

НИЛ ДОНАЛД УОЛШ

NEALE DONALD WALSCH

WHEN
EVERYTHING CHANGES,
CHANGE EVERYTHING

*In a Time of Turmoil,
a Pathway to Peace*

НИЛ ДОНАЛД УОЛШ

КОГДА
ВСЕ МЕНЯЕТСЯ,
ИЗМЕНИ ВСЕ

*Как использовать
энергию перемен*

УДК 615.851
ББК 53.57
У63

Перевод с английского Е. Мирошниченко

Уолш Нил Доналд

У63 Когда все меняется, измени все: Как использовать энергию перемен / Перев. с англ. — М.: ООО Книжное издательство «София», 2017. — 320 с.

ISBN 978-5-906897-04-6

Автор трилогии «Беседы с Богом» предлагает нам свежий и неожиданный взгляд на единственное, что в нашей жизни неизменно: Перемены.

В жизни каждого из нас происходит множество перемен. Но равнозначны ли «перемены» «кризису»? Нет, не равнозначны. Не равнозначны, если у вас есть средство, позволяющее изменить то, как вы их воспринимаете.

Эта книга нечто большее, чем просто книга о переменах. Она — об истинной природе перемен, о том, почему они происходят, как с ними справиться и сделать так, чтобы эти перемены были к лучшему.

УДК 615.851
ББК 53.57

Книга опубликована ранее под названием
«Беседы с Богом: Время перемен»

When Everything changes, change everything
Copyright © 2009 by Neale Donald Walsch

Original English language edition published by EmNin Books.

Все права зарезервированы, включая право на полное или частичное воспроизведение в какой бы то ни было форме.

ISBN 978-5-906897-04-6 © ООО Книжное издательство «София», 2015

СОДЕРЖАНИЕ

Ментальная и духовная основа перемен	7
Об авторе.....	9
Девять Изменений, Которые Могут Изменить Всё ...	16
Несколько слов от автора.....	17
Часть первая. О механике ума.....	19
1. Очень своевременная книга	20
2. Первое изменение	33
3. Однажды, давным-давно.....	43
4. Нормальная реакция на перемены	52
5. Настало время прыжка	61
6. Второе изменение	67
7. Третье изменение	75
8. Четвертое изменение.....	78
9. Есть лишь одна эмоция.....	85
10. Всё о последствиях	91
11. Заметь мгновение.....	106
12. Откуда приходит наша истина	118
13. О змеях, львах и заодно о людях.....	131
14. А теперь вопрос, который способен изменить жизнь	144
15. Конец части первой	157

Часть вторая. О Системе Души	163
16. Ответ на Всё	164
17. Пятое изменение	172
18. Шестое изменение	182
19. Вечное путешествие души	195
20. Значение точки зрения	212
21. Седьмое изменение	228
22. Восьмое изменение	248
23. Чудо жизни	269
24. Девятое изменение	277
Послесловие	301
Благодарности	313
Посвящение	315
Учебное пособие	317

Ментальная и духовная основа перемен

Поразительно ясный и полезный текст этой книги дает читателю великолепные инструменты для исцеления и для дальнейшей жизни.

Это живая беседа о том, как проходить через перемены в вашей жизни — те, которые есть, и те, которые будут. Благодаря этой прекрасной книге и общению в сети вам больше не придется справляться с жизненными переменами в одиночку.

Автор цикла книг «Беседы с Богом» предлагает нам свежий и неожиданный взгляд на единственное, что в нашей жизни неизменно, — *Перемены*.

Как ты переживаешь перемены?

Ныне в жизни каждого из нас происходит множество перемен. Но равнозначны ли «перемены» и «кризис»? Нет, не равнозначны. Не равнозначны, если у вас есть средство, позволяющее изменить то, как вы их воспринимаете, — и сейчас вы держите такое средство в своих руках.

Это нечто большее, чем книга о переменах. Это книга о том, как функционирует *сама жизнь*. Она — об истинной *природе* перемен, о том, почему они происходят, о том, как с ними справляться, и о том, как сделать, чтобы эти перемены были «к лучшему». На этих страницах вы познакомитесь с *Девятью Изменениями, Которые Могут Изменить Всё*.

Может быть, эта книга попала к вам как раз вовремя — как вы думаете?

Об авторе

Нил Доналд Уолш — автор серии книг «Беседы с Богом». Шесть книг этой серии — бестселлеры. Результатом работы Нила стало движение духовного возрождения во всем мире. Его книги, переведенные на 37 языков, читают миллионы людей.

Со времени публикации первой книги, которая оставалась в списке бестселлеров *Times* более двух с половиной лет, Уолш много путешествует по миру, распространяя вдохновляющее послание «Бесед с Богом». С ним можно связаться напрямую через сайт в Интернете:

www.nealedonaldwalsch.com



Сядь, пожалуйста.

Я серьезно.

Пожалуйста.

Сядь.

Вполне вероятно, что ты читаешь эти слова стоя (где-нибудь в книжном магазине или, возможно, в гостях) — скользишь взглядом по строкам, решая, стоит ли продолжать.

Если это так, лучше сядь. Ты не отложишь книгу после пары абзацев. Тебе захочется побыть с этим текстом подольше. Так что прочти как можно больше, прежде чем решишь, нужно ли ее приобрести, — я хочу, чтобы ты знал, во что ввязываешься.

Это не просто книга. Она задумана в виде беседы, в ходе которой мы исследуем, как работает жизнь на духовном и ментальном уровнях. В результате мы придем к удивительному откровению о том, *как изменить свое восприятие перемен* — и тем самым, конечно же, *восприятие жизни*.

Эта беседа обращена к тем, кто как раз переживает *перемены* в жизни, — я предлагаю тебе путь, на котором

ты обрешь помощь и покой. И я пригласил тебя сесть потому, что хочу, чтобы тебе было как можно комфортнее — так ты сможешь лучше меня услышать и усвоить информацию.

То, чем я хочу с тобой поделиться, не годится «хватать на бегу», маленькими кусочками и щепотками — страничку там, страничку тут. Эта книга — из тех, которые нужно читать сидя.

И еще я полагаю, что тебе лучше бы сидеть, когда я скажу тебе одну новость. И вот она. Сидишь ты или стоишь, готов ты или нет, вот эта новость:

Перемены в твоей жизни не прекратятся никогда.

Если ты надеешься тихонечко переждать, пока все утрясется, тебя ждет разочарование. Ничто не «утрясется». В течение некоторого времени на этой планете и в твоей жизни потрясения будут происходить *постоянно*. На самом деле... хм, ладно уж, скажу тебе это... на самом деле так будет *всегда*.

Перемены *есть* — и этого не изменишь.

Однако можно изменить свое отношение к переменам и то, каким образом эти перемены изменяют тебя.

Именно об этом книга, которую ты сейчас читаешь.

Мы здесь будем говорить о том, как реагировать не только на мелкие, но и на действительно серьезные перемены. Я имею в виду перемены, которые происходят в результате крушений, несчастий и катастроф — или, по крайней мере, того, что мы называем этими словами. Так что, если твоя жизнь сейчас терпит крушение, если ты переживаешь несчастье, если только что случилась катастрофа, *этот текст может спасти твою жизнь*. В эмоциональном смысле. Хотя... знаешь что? Возможно, даже и в физическом.

Я предложу тебе *Девять Изменений, Которые Могут Изменить Всё*. Этот небольшой список полностью преобразует твое видение реальности.

Или не преобразует. Выбор за тобой.

Однако ты можешь хотя бы прочесть этот список. Хотя бы выяснить, о чем он.

Я надеюсь, что ты осуществишь эти *Девять Изменений* как можно быстрее. Это важно не только потому, что переживаемые тобой (и всеми нами) перемены не прекратятся, но и потому, что *темпы* этих перемен будет *нарастать*.

Несколько лет назад кто-то из моих знакомых заметил, что еще мой прадедушка вполне мог за всю жизнь ни разу не столкнуться с обстоятельствами, которые бросили бы серьезный вызов его мировоззрению, поскольку происходило совсем немного событий, способных изменить его представления о том, как обстоят дела в мире и в жизни. А если что-то такое и происходило где-нибудь, то прадед вполне мог об этом и не узнать.

А вот опыт моего деда уже был другим. Он вряд ли мог бы прожить больше тридцати-сорока лет без того, чтобы до него дошла какая-то информация, серьезно противоречащая его представлению о мире. За время его жизни, вероятно, произошло с полдюжины такого рода событий или процессов, о которых ему стало известно.

При жизни моего отца зазор между переменами сократился до промежутка всего в пятнадцать-двадцать лет. Таков приблизительно промежуток времени, в течение которого папа мог держаться за свои представления о жизни, о том, как работает Мироздание, и о том, что верно, а что нет. Рано или поздно происходили какие-то события, полностью обрушивающие его ментальную

конструкцию и требовавшие радикально изменить свои представления и образ мыслей.

В мое время этот промежуток сократился до пяти-восьми лет.

А для моих детей соответствующий срок будет составлять года два, а то и меньше. А уж *их* дети будут переживать такого рода потрясения раз в тридцать-сорок *недель*.

И в этом нет никакого преувеличения. Ты сам можешь наблюдать тенденции. Социологи говорят, что скорость перемен возрастает экспоненциально. А во времена моих праправнуков временной промежуток между переменами сократится до считанных дней. А затем, возможно, даже *часов*.

На самом деле мы *уже* живем в наиболее бурное время — это время было *всегда*. Ибо на самом деле ничто не остается неизменным ни на миг. Все пребывает в движении, и если мы определим перемены как изменения тех или иных конфигураций, то увидим, что они представляют собой часть естественного порядка вещей. Мы с самого начала живем в безостановочном водовороте перемен.

Что изменилось сейчас, так это количество *времени*, необходимое нам для того, чтобы заметить непрестанно происходящие перемены. Наше восприятие перемен изменилось в силу того, что у людей появилась возможность в течение считанных секунд сообщать о чем угодно на весь мир. Скорость общения догоняет скорость перемен. И *это обстоятельство само по себе способствует увеличению скорости перемен*.

Ныне наш язык и способы самовыражения изменяются в течение дня, обычаи и стили меняются за один сезон, верования, интерпретации и даже некоторые глубоко укорененные представления изменяются уже

не от поколения к поколению, но *в пределах* каждого поколения.

И поскольку перемены происходят внутри нас и вокруг нас столь стремительно, нам необходим некий путеводитель — своего рода «*Инструкция пользователя*» — для людей, сталкивающихся с резко изменяющимися жизненными реалиями.

Таким образом, эта книга представляет собой нечто большее, чем собрание «историй из реальной жизни» людей, которые прошли через перемены или изжили слишком легкомысленное отношение к чему-то, что заслуживает глубокого понимания.

Следующий ниже текст знакомит тебя с *опытом* людей (включая меня самого); и это знакомство полезно не только потому, что такой опыт может оказаться ценным сам по себе, но и потому, что ты обрешь очень важное объяснение ментальных и духовных *основ* перемен — и получишь понятные инструкции относительно того, как использовать различные ментальные и духовные инструменты, чтобы *изменить то, как перемены изменяют тебя*.

Девять Изменений дают силы не для того, чтобы остановить перемены (надеюсь, ты уже понимаешь, что это невозможно), и даже не для того, чтобы их замедлить, но для того, чтобы осуществить квантовый скачок в собственном *подходе* к переменам, в том, как мы *реагируем* на них, — и в том, каким образом их *создаем*.

И еще одно важное замечание. Предложенные тут идеи основаны на древней мудрости, современной науке, бытовой психологии, прикладной метафизике и

духовности нашего дня. Приглашение этой книги опирается на целый ряд исходных допущений:

- Бог есть;
- жизнь обладает смыслом;
- у человека есть душа;
- наше тело представляет собой нечто, что мы имеем, но чем не являемся;
- мы всегда можем контролировать свой ум.

Отвергать любое из этих положений означает лишиться основания многое из того, что здесь сказано.

Если же эти идеи кажутся тебе верными, тогда может стать, что сейчас в твои руки попала одна из самых полезных и сильных книг, какие тебе только доводилось читать.

Девять Изменений, Которые Могут Изменить Всё

1. Измени свое решение «пройти через это в одиночку».
2. Измени свой выбор эмоций.
3. Измени свой выбор мыслей.
4. Измени свой выбор истин.
5. Измени свои представления о Переменах Как Таковых.
6. Измени свои представления о том, почему Перемены происходят.
7. Измени свои представления о будущих Переменах.
8. Измени свои представления о жизни.
9. Измени свою личность.

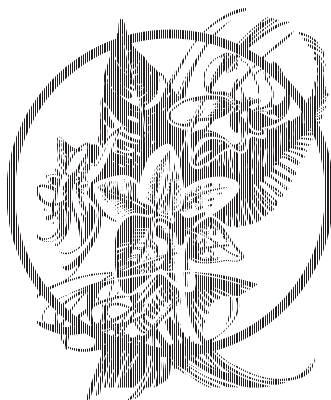
Несколько слов от автора

Дальнейшее исследование делится на две части. В первой мы говорим о физических аспектах того, как люди ощущают перемены, а вторая — об аспектах метафизических. Иными словами, вначале мы разберемся, как работает ум, а затем — как работает душа.

Научившись управлять этими двумя аспектами нашего существа (ум и душа), мы вспоминаем не только как нужно думать, но и *что* нужно думать. Я абсолютно уверен в том, что ум является своего рода инструментом, механизмом, — а топливо для этого механизма дает душа. Чем меньше ты используешь топлива, тем менее эффективно работает мотор. Если же твоя душа в достаточной мере наполняет ум духовной энергией, тогда ум работает на полную мощность — и эта машина способна творить чудеса.

Часть 1

О механике ума



*И о том, как ее знание поможет изменить опыт
переживаемых тобою перемен*

Очень своевременная книга

Если сейчас в твоей жизни происходят какие-то важные перемены, сочувствую.

Я знаю, как комфортно себя чувствуешь, когда добьешься того, чтобы какие-то вещи встали на свои места. И мне знакомо страстное желание, чтобы эти вещи *оставались* на своих местах. А еще мне известно, как огорчает, когда они не хотят и просто *не могут* оставаться на своих местах.

Если же перемены касаются условий и обстоятельств, которые непосредственно затрагивают твою БЕЗОПАСНОСТЬ, тогда «огорчает» — это весьма слабо сказано.

Если ты вдруг оказываешься без средств к существованию под завалами неоплаченных счетов, а то и вообще лишаешься крыши над головой, тогда слова «произошли некоторые перемены» не вполне адекватно описывают твоё состояние. Точнее будет: «Всё потеряно». Тут нельзя просто сказать, что ты чувствуешь себя сбитым с толку

и дезориентированным, — скорее, речь идет об ощущении *угрозы*.

Даже если с тобой происходят не столь бедственные, но все же радикальные перемены, в этом опыте все равно значительную роль может играть ощущение *угрозы*. Большинство из нас отчетливо ощущают угрозу для своего образа жизни, когда оказываются перед лицом любых значительных перемен, — особенно если перемены эти так или иначе касаются Большой Тройки:

ВЗАИМООТНОШЕНИЯ

ДЕНЬГИ

ЗДОРОВЬЕ

Если что-то одно из этого списка меняется, у тебя могут возникнуть немалые сложности. Если изменяются две вещи из списка, это может привести к огромным трудностям. Если же изменяются *все три* вещи из списка, это может стать просто катастрофой.

Я знаю. Я через это прошел.

Все три. Я пережил изменение всех этих факторов. Одновременно. И что касается ощущения *угрозы*...

...Я сломал себе шею в автокатастрофе (*здоровье*), лечение и реабилитация оказались долгими, так что работу пришлось оставить, а страховая компания искала любой повод, чтобы сократить размер компенсации или вообще ничего не платить (*деньги*). Одновременно у меня происходил болезненный разрыв с моей спутницей жизни и нашими детьми — жизнь каждого из нас радикально меняла направление (*взаимоотношения*).

Это все к разговору об ощущении *угрозы*...

Закончилось это все тем, что я стал бездомным. Целый год жил без крыши над головой. Клянчил мелочь у прохожих на улице, собирал бутылки и жестяные

банки, чтобы наскрести денег на еду (бывали дни, когда это удавалось не вполне). Все мои пожитки состояли из спальника, палатки, двух пар джинсов, трех рубашек и еще нескольких мелочей.

Так что мне известно, что значит утратить всякое ощущение защищенности. Я знаю, что такое беспомощно стоять в стороне и наблюдать, как твоя жизнь рушится прямо на глазах и в течение каких-нибудь двух недель изменяется до неузнаваемости.

Да, я все это знаю. Ты уж поверь.

И еще — я кое-что знаю о том, что нужно делать в таком случае. Не то чтобы я так уж блестяще справился со своей ситуацией тогда... но эта книга — о том, чему я с тех пор научился.

Мы будем обсуждать здесь почерпнутую мною из некоторых очень авторитетных источников информацию о том, как *реагировать на перемены*. Ибо в конечном счете все сводится именно к переменам. Мы можем ощущать это как «крушение», «несчастье», «катастрофу»... но все это — внешние следствия единственной причины: перемен. Что-то стало не так, как было прежде. Что-то изменилось. Бесповоротно, неизмеримо, фундаментально и абсолютно.

Сегодня мне по электронной почте прислала письмо одна женщина, которая переживает очень тревожный период в жизни. Зная, что я работаю над книгой о переменах, она пишет:

«Не уверена, смогу ли я когда-либо назвать то, что происходит ныне в моей жизни, «переменами». Когда такое случается с тобой, — когда все вокруг разваливается на куски, — не получается воспринимать все это как «перемены». Все это больше похоже на КОНЕЦ... Все, что ты знаешь,

подходит к концу, и *после этого нет ничего*. Если бы до того, как я услышала о вашей книге, у меня спросили, переживала ли я в жизни перемены, я не назвала бы таким словом то, что происходит со мной прямо сейчас. Моя жизнь рухнула, закончилась — и я не знаю, какими другими словами можно описать происходящее».

Далее Ли — эта женщина, любезно позволившая мне процитировать здесь свое письмо, — сделала одно очень пронцательное замечание:

«Перемены пугают, но они оставляют после себя ощущение, совсем не похожее на «Игра окончена». Я посмотрела определение слова «перемена» в словаре.

Перемена подразумевает наступление чего-то нового. Это может совсем не совпадать с ощущениями некоторых людей (тех, кто переживает тяжелые времена), и возможно, для них было бы очень полезно, если бы вы помогли им просто осознать тот факт, что происходящее с ними — ПЕРЕМЕНЫ, если бы вы помогли им понять само определение слова *перемены*».

Правильно, Ли. Прочтя это письмо, я заново переписал уже написанную первую главу. Я понял, что Ли права. Итак, приведу здесь определение ПЕРЕМЕН в том смысле, в каком использую это слово я:

Перемена — это столь радикальное изменение обстоятельств, ситуации или условий (физических или нефизических), когда положение вещей становится не просто отличным от прежнего, но

совершенно неузнаваемым и нет возможности вернуть все к прежнему состоянию.

Иными словами, мы говорим здесь об очень серьезном *сдвиге* — речь идет не о смене костюма, или обеденного меню, или телевизионных предпочтений. Мы говорим о событиях, которые изменяют жизнь — причиняют боль, наносят ущерб, сокрушают мечты, срывают планы и разрушают наше будущее, — и еще мы говорим о возможности *исцелиться* от их последствий при помощи не менее важных и радикальных событий. Мы говорим о том, что в случаях, когда все меняется, наилучшее, что можно сделать, это взять и изменить *всё*. И не только на физическом уровне, но и на *нефизическом* тоже — включая эмоции, мысли и даже истины.

Мы с тобой тут говорим о полном *перевороте* — сверху донизу, внутри и снаружи. В конце концов, твоя жизнь и так была практически вывернута наизнанку, так почему бы не довести это дело до конца? Но при этом нужно добиться, чтобы ты ощущал происходящее так, как хочется *тебе*, а не так, как тебе навязано извне...

Надеюсь, начиная вместе со мной это исследование, ты чувствуешь, что я хотя бы отчасти понимаю, что с тобой происходит. Надеюсь, ты не думаешь, будто все эти слова говорит человек, не имеющий ни малейшего представления о твоих нынешних проблемах, — какой-то «гуру готовых решений», который читает проповедь, сидя на вершине горы, хотя сам никогда не бывал в твоей шкуре. Я надеюсь, что, даже если прямо сейчас в твоей жизни ничего особенного не происходит, ты все равно чувствуешь, что уже само по себе твое решение взять эту книгу в руки стало хорошим событием.

Так что по меньшей мере одно хорошее событие сегодня произошло.

С этого и начнем. Отсюда и отправимся в путь. Стоя плечом к плечу, мы с тобой снова соберем твою жизнь воедино — совсем по-новому, и она станет еще лучше, чем была прежде.

Не слишком ли это смелое обещание? Что ж, я отвечу: «Давай попробуем». Давай посмотрим, что мы можем сделать. Ведь тебе же нечего терять, верно? Так давай попробуем. Давай сделаем так, чтобы твое решение взять в руки эту книгу стало не просто одним хорошим событием *сегодня*, но одним из лучших событий *в твоей жизни!*

Что скажешь? Хочешь сделать это? Попробуешь?

Если ты слишком устал, слишком разбит и истощен от жизненных битв, чтобы даже пытаться, тогда, может быть, хотя бы... хотя бы *попытаешься попытаться?*

Если ты попытаешься попытаться, полагаю, у нас все получится. И могу пообещать следующее: тебе не придется двигаться быстрее, чем ты сам захочешь, — быстрее, чем комфортно для *тебя*.

Мы будем устраивать много передышек, у тебя всегда будет возможность перевести дух и отдохнуть, когда устанешь. Нет ничего хуже, чем книга типа «Чувствовать себя хорошо — это проще простого!» — когда ты ощущаешь в точности обратное. Терпеть их не могу. Не переношу эти книжонки вроде «Ура! Ура! Трах-бах — и готово!» «Ну да, ну как же я сам не догадался! — говорю я себе. — Просто не падай духом, и все будет отлично». А потом мне становится совсем поршиво, поскольку ничего у меня не получается, хотя автор книги утверждал, что нет ничего проще...

Так что давай определимся вот с чем: *это не легко*. Не легко, если у тебя нет инструментов. А у кого они есть? В какой школе обучают «Методам преодоления несчастий»? Где преподают «Основы осуществления

перемен в наши дни»? Именно из-за того, что такого обучения нет, большинству из нас нелегко иметь дело с масштабными и важными переменами.

Между тем перемены могут даваться легко. Ты можешь проходить через перемены, находиться в самом эпицентре катастрофы — и чувствовать себя хорошо. *Очень* хорошо. Возможно, это в корне противоречит всему, что подсказывает тебе интуиция, но так уж получается, что это правда.

Вот и все, что я хотел сказать тебе в первые минуты нашего общения, — просто дать тебе причину продолжать. Причем речь идет не только о чтении этой книги. Ты понимаешь, о чем я говорю. Ну хорошо. Полагаю, ты уже получил достаточно пищи для размышлений. Если хочешь, можешь читать дальше, но это не обязательно. Я имею в виду, что сейчас идеальный момент, чтобы остановиться, отложить книгу в сторону и сделать перерыв.

Как я уже говорил, в этой книге задумано много остановок. Много мест, где тебе предлагается перевести дух и побыть наедине с собой и с обсуждаемыми тут идеями. Ты заметишь, что эти места для отдыха расположены не только в конце глав, но и посреди них. (Мне очень не нравится это ощущение, когда ты словно бы обязан дочитать хотя бы до конца главы, а иначе сам себе кажешься каким-то недоумком, который не в состоянии даже главу дочитать до конца, не то что книгу...)

На самом деле я был бы *счастлив*, если бы ты не прочитывал целую главу в один присест. Это означало бы, что прочитанное произвело на тебя впечатление и ты решил прерваться, чтобы немного подумать об этом. И это замечательно.

Замечательно.

Так что не стесняйся — остановись прямо здесь и задумайся о том, что я только что сказал: «Ты можешь проходить через перемены, находиться в самом эпицентре катастрофы — и чувствовать себя хорошо. *Очень хорошо*».

Это важная мысль, и ее стоит усвоить. Все остальное ты можешь проработать позже. Когда захочешь. Если вообще захочешь. Черт возьми, а может быть, ты предпочтешь просто взять и выбросить эту книгу на свалку. Решать тебе.

И это второе хорошее событие, которое произошло с тобой сегодня.

Ты снова обрел контроль над тем, что с тобой происходит.

Да-да, такая мелочь — решение, стоит ли читать эту книгу дальше, — именно так все и начинается. Именно так начинается восстановление...

Поэтому, если хочешь, остановись сейчас же, и...

передохни.

Вдохни то, что ты только что прочел, а затем реши, хочешь ли ты сейчас продолжать или предпочтешь немного отдохнуть и вернуться к этой книге позже... или вообще больше не брать ее в руки.

Если ты готов продолжить, тогда переходим к...

ТОМУ, ЧТО МЫ ЗДЕСЬ ДЕЛАЕМ.

Если ты все еще держишь книгу в руках, полагаю, это потому, что почва уходит у тебя из-под ног. Что-то изменяется в твоей жизни — или уже изменилось, —

причем что-то для тебя очень важное. Не исключено, что под вопросом оказалась твоя личная безопасность и уверенность в себе. И может быть, ты как раз пытаешься разобраться с обуревающими тебя эмоциями. Или же эти эмоции обрушились на тебя уже довольно давно, но ты до сих пор не сумел справиться с ними.

Ты взял эту книгу в руки либо по этой причине, либо же купил ее для кого-то другого — для приятеля, родственника, клиента, единоверца... в последнем случае *дочитай ее* поскорее и немедленно отдай кому задумал!

Теперь, когда мы выяснили, почему ты здесь, позволь рассказать, почему здесь я. Я здесь потому, что бывал в твоей шкуре и хочу тебе помочь. Я здесь потому, что в свое время получил необходимую мне помощь и теперь хочу передать ее дальше.

И еще я здесь потому, что вижу, как в мире происходят весьма странные вещи, — те же самые вещи, которые видишь ты, — все вокруг так быстро меняется, что мы едва успеваем уследить за этими переменами. Я здесь потому, что знаю: если мы не научимся правильно обращаться с этим *изменяющимся полем перемен* — как на коллективном, так и на индивидуальном уровне, — ничего хорошего нас не ждет. Поэтому я пришел к тебе с приглашением. С состоящим из девяти частей приглашением навсегда изменить твой опыт перемен. Я здесь для того, чтобы призвать тебя «изменить перемены».

Итак, вот причины, почему я здесь. А теперь давай поговорим о том, что мы можем со-творить* вместе.

* *Co-create* (англ.) — со-творение или со-творчество — термин, часто используемый Уолшем и обозначающий «совместное творение» или «совместное творчество». — *Прим. перев.*

Я беседовал об этом со своей женой Эм, и некоторые ее слова просто поразили меня. Эм сказала:

«Я не воспринимаю эту книгу как книгу. Я воспринимаю ее как *обязательство* перед собой. Я считаю, что, уже просто взяв ее в руки, человек принимает на себя обязательство совсем по-новому относиться к жизни и каждому прожитому моменту. Это как если бы ты занялся боевым искусством с пониманием того, что оно полностью изменит твой стиль движения по жизни. Или как если бы ты решил выучить иностранный язык настолько хорошо, чтобы говорить на нем стало для тебя естественным. Эти занятия — на всю жизнь, и они изменяют самую *основу твоего бытия*.

Мы живем в обществе мгновенно удовлетворяющихся потребностей, где тебе доставят все что угодно в течение пятнадцати минут. Однако эта книга — не макароны быстрого приготовления. Тут обсуждаются некоторые по-настоящему глубокие и важные идеи, которые дошли до нас через века, и их невозможно спрессовать в яркий буклет на нескольких страницах.

Здесь речь идет о необходимости вывернуть себя наизнанку, чтобы снова открыться для всей жизни — и по-настоящему ощутить, что ты живешь *в жизни*... а ведь многие из нас не чувствовали этого лет с четырех, а то и вообще никогда.

На обложке этой книги написано: «*Когда всё меняется, измени всё*». Поэтому я надеюсь, что, взяв ее в руки, люди будут отключать свои мобильные телефоны, чтобы хоть на полчаса в день полностью погрузиться в чтение, — я наде-

юсь, что они превратят работу над книгой в *настоящую практику*».

Я не смог бы сформулировать все это лучше. И я сказал об этом Эм.

— Ведь нет ничего более важного, чем то, *как ты ощущаешь жизнь, любимый*, — улыбнулась она. — А что еще у нас есть?

Затем она ладонью убрала со лба свои темные волосы — движением, от которого у меня всегда замирало сердце, — и лицо ее сделалось очень нежным.

— Нет ничего более священного для тебя, чем собственное ощущение Себя как проявления жизни. *А что еще у нас есть?*

Я снова с ней согласился. А теперь я приглашаю *тебя* посмотреть на то, как ты ощущаешь жизнь и проявляешь себя в ней, а затем задать замечательный вопрос, зазвучавший с легкой руки доктора Филадельфии на всех языках мира: *а как это работает в твоём случае?*

Если в твоём случае это работает не особенно хорошо, возможно, это послание пришло к тебе как раз вовремя. Возможно, твоя душа *привела тебя* к этой книге, чтобы, говоря словами Эм, ты снова мог открыться для жизни.

(И знаешь что? Я думаю, что именно так все и произошло...) А сейчас я хочу перевести наш разговор на более личный уровень — чего, возможно, с тобой еще не бывало при чтении других книг. Я хочу не обращаться к тебе, но беседовать с тобой.

Я вижу тебя сидящим прямо передо мной и представляю, как мы спокойно беседуем — по-дружески, не торопясь. Я вместе с тобой переживаю события последних дней и порой ненавязчиво предлагаю какие-нибудь решения.

Знаю, знаю... это всего лишь книга, но, если ты позволишь, она может стать чем-то большим. Именно потому, что я сам прошел через многое из того, что происходит с тобой сейчас, думаю, мы сможем вместе создать текст, способный делать не только то, к чему пригодно большинство книг (донести до тебя информацию), но и то, что удастся лишь очень немногим образцам печатной продукции: создать реальный живой опыт.

Итак, я приглашаю тебя совместно устранить существующую между нами дистанцию во времени и пространстве. И во всем этом есть одно замечательное обстоятельство. Для этого даже не нужно, чтобы я был жив. Живым должен быть *Ты*, а я — *не обязательно*. Видишь ли, ты не можешь прочесть эту книгу, если ты мертв. Тем не менее вполне *возможно*, что ты читаешь ее через много лет после *моей* смерти... и тогда мы все равно можем наладить *связь* на сущностном уровне через наш общий человеческий опыт.

И это замечательно, если задуматься, верно? Я здесь пишу это *сейчас*... и *ты* здесь *читаешь* это *сейчас*. Наши *сейчас* совсем не обязательно должны совпадать для того, чтобы совпадал наш опыт. Вот таким способом разум служит для единения Времени.

Так что, независимо от того, жив ли я, когда ты читаешь эти слова, или же я уже отпраздновал свой День Нового Рождения, мне бы хотелось со-творить вместе с тобой *интерактивный опыт, который сможет изменить твою жизнь*.

Из опыта я знаю, что самое важное для тебя сейчас — не оставаться в одиночестве. Я пережил такого рода одиночество и совсем не желаю ничего подобного тебе. Никогда. Так что эта книга — мой способ быть рядом с тобой. Эта книга — наша *беседа*.

Не делай вид, что в Тебе
никогда не жила эта Тоска,
раскачивающаяся, как маятник.
Ты сбился с пути и, словно воришка,
уволок Свое Сердце во тьму.
Но жизнь устала,
о мой Таинственный Друг,
идти по жизни без Тебя.
Она словно рука матери,
потерявшей своего ребенка.
И если Ты хоть немного похож на меня,
то Тебе было страшно.
И если Ты хоть немного похож на меня,
то Ты познал свою смелость.
Эта лодка еще не ушла:
займи Свое место.
Возьми весло, и мы все
— Мы Все —
погребем вперед, чтобы вернуть Свои Сердца
обратно
Домой.

Эм Клиер. Тоска © 2005

Первое изменение

Хорошо, давай допустим, что мои предположения на тему «почему ты читаешь эту книгу» верны. И если они верны, то тебя обрадует весть о том, что существует способ изменить положение дел и сделать твою жизнь такой, какой ты всегда мечтал ее видеть. Причем такой способ не один — их множество. На вершину горы ведет много разных троп, и я хочу сразу позаботиться о том, чтобы меня не приняли за парня, который считает, будто знает Единственный Верный Ответ.

Между тем *один* из ответов у меня есть, причем я точно знаю, что этот ответ верен, поскольку в моем случае он сработал, — ведь я уже *рассказал*, через что мне довелось пройти. Итак, я пришел сказать, что один из способов изменить положение вещей состоит в том, чтобы осуществить...

ДЕВЯТЬ ИЗМЕНЕНИЙ,
КОТОРЫЕ МОГУТ ИЗМЕНИТЬ ВСЁ

Литературно-художественное издание

Нил Доналд Уолш

КОГДА ВСЕ МЕНЯЕТСЯ, ИЗМЕНИ ВСЕ

Как использовать энергию перемен

Перевод *Е. Мирошниченко*

Редактор *И. Старых*

Корректор *Е. Введенская*

Оригинал-макет *Е. Мукомол, Г. Булавко*

Обложка *И. Дерий*

ООО Книжное издательство «София»

115191, г. Москва, Гамсоновский пер., д. 2, стр. 1

Для дополнительной информации:

Издательство «София»

04073, Украина, Киев-73, ул. Фрунзе, 160

Подписано в печать 22.12.2016 г.

Формат 84x108/32. Усл. печ. л. 16,80.

Тираж 4000 экз. Зак.

Отделы оптовой реализации
издательства «София»

в Киеве: +38(044) 492-05-10, 492-05-15

в Москве: +7(499) 643-43-03

в Санкт-Петербурге: +7(812) 676-07-68

www.sophia.ru

Мы в соцсетях

facebook.com/SophiaBooks

vk.com/sophia_publishing

[instagram: sophia_publisher](https://instagram.com/sophia_publisher)