



ЗАЩО БОГАТИТЕ ЧЕСТО СА НАЙ-БЕДНИ



Познавам много хора, които живеят цял живот в миналото си или целеустремени за бъдещето си, но никога в настоящето – тук и сега.

Миналото и бъдещето са голяма илюзия. Вярвам, че когато сме фокусирани над това, което се случва сега и в настоящия момент – това определя бъдните ни дни. Миналото, разбира се, също влияе на бъдещето. Мъдрите хора са казали: „Каквото е било, ще бъде отново!“ Обърнете се към миналото си с любов, приемете го като уроци, които са ви направили такива, каквито сте днес, защото едно лошо минало може да ви превърне в злодей, но пък за злодея може да стои чисто сърце, изпълнено с любов.

Първо, човек сам трябва да види своето чисто сърце, за да го видят и останалите. Когато осъзнаем, че минало, настояще и бъдеще са едно цяло, животът ни става много по-лек и добър. Затова, върнете се мислено назад в миналото си с любов и си задайте въпросите: „Какво добро научих от моето минало? С какви хубави качества се сдобих благодарение на него?“ Много е важно да видим и разберем грешките си, за да не ги повтаряме отново. В противен случай влизаме отново и отново в омагьосания кръг. Всяка история на разочарование, болка и тъга ни прави по-силни само ако осъзнаем

и се поучим от тях и сме достатъчно решителни да не ги повтаряме. Ако не опитаме, тялото ни ще бъде изпълнено с агресия, лицето ни – изпито от тъга, а очите – хълтнали. Да живееш с тъга, е все едно да си мъртъв.

Всяко действие или импулс води до някъде и ако знаем как да действваме – осъзнато и отговорно, то тогава няма как да ни се случват лоши неща. Точно затова вярвам в историите. Те пробуждат съзнанието и показват на човек къде се намира, а именно – тук и сега. Аз съм правила много грешки през живота си и съм ги правила многократно, като винаги водеха до едно и също място. В един момент осъзнах в каква бъркотия съм се озовала и си казах: „Край!“ Казах го, но много малко хора биха го казали като мен и биха започнали да търсят промяната. Мнозина живеят, повтаряйки едни и същи грешки. В моите очи това е все едно да повтаряш един и същи клас в училище. Да искаш да продължиш в горните класове, без да учиш. Просто няма как. Има процес, полагаш усилия, учиш, внимаваш в часовете, редовен си, след което продължаваш в следващия клас, спазвайки правила. Точно така се случва и с живота ни. Учим и ако сме наблюдателни към грешките си – осъзнаваме бързо. Всяка ситуация ни научава на нещо, независимо дали е добро или лошо. Колкото по-бързо се учим и трансформираме, толкова по-бързо ще достигнем до сърцето си – там, където няма ego, няма критика, осъждане, контрол, болка, тъга... За да достигнем до това ниво на осъзнатост, се иска много работа и концентрация. Трябва да наблюдаваме и анализираме внимателно какво се случва в живота ни и на какво се учим точно в този момент! Да знаем какво искаме наистина.

Има много въпроси, които човек може да си зададе, за да разбере дали живее чрез сърцето си или чрез болното си ego.

През годините на лична трансформация, осъзнах колко е хубаво, спокойно и освободено човек да живее чрез сърцето си. Всичко е различно и според мен колкото повече хора живеят така, толкова по-добър ще е заобикалящият ни свят. Влияем си взаимно. Ако от 100 човека, десет живеят чрез сърцето си, а останалите деветдесет – чрез егото си, естествено, че егото ще повлияе на нашите емоции.

Аз съм много позитивна и спокойна, но когато видя стра-

гащи хора, сърцето ми се къса. Един ден плаках на рамото на моята приятелка Теди и я попитах:

– Защо има толкова много болка по света?

А тя ми отговори:

– Няма как да съществува светлина, ако няма тъмнина. Няма как да има добро, ако няма зло.

Попитах я, защо е целият този цирк тогава? Тогава ми отвърна:

– Само така се случва еволюция. Иначе стоим на едно място.

За да стигнем до сърцето си и да се доближим до божественото в нас, всеки трябва да премине по определен път и колкото по-бързо и осъзнато живеем, по-бързо стигаме до там. А когато човек достигне до сърцето си, той се връща към първоизточника си на енергия – любовта. Тогава в живота ни има баланс и хармония. Защото винаги може да се случат лоши неща, но ако човек живее осъзнато, той умее да направлява емоциите и реакциите си, а не обратното. Да успееш да заживееш освободено, със сигурност не е толкова лесно, колкото изглежда, но наистина си заслужава всеки от нас да се познава, да знае кой е и да живее свободно.

Егото ни прави точно обратното, повтаря едно събитие, вярвайки че резултатът ще бъде различен. Егото иска да променя другите и да ги контролира, а сърцето умее да приема и да дава свобода. Егото те кара да вярваш, че всичко ти е гаденост, а сърцето те учи да цениш това, което имаш и да си благодарен.

Един от съществените въпроси, които си задаваме, е: „Колко пъти трябва да загубя, за да се науча да ценя?“

При някои е нужен един-единствен път, при други – много. И всичко това се учи с преживявания и трупане на житейски опит.

Ние можем да се учим от своите грешки или избори, или можем да се учим от грешките и изборите на някой друг. Затова историите на хората около нас са полезни и за нас самите. Виждаме какво води до разрушение и можем да си го спестим. Така създаваме нашия живот такъв, какъвто го искаме. Но за да го създадем, първо трябва да знаем точно и ясно какво искаме. Това, естествено, понякога е сложно, за-

щото човек разбира какво иска едва след като натрупа богат житейски опит, и точно тук е капанът, в който може лесно да влезем. Едва ли не, трябва да повтаряме едно и също нещо милион пъти. Това вече не са уроци, а мъчение. Все едно да опитвам зеленчук, който не харесвам и да вярвам, че, опитвайки го отново и отново, някой ден ще ми хареса. Не, никога не съм харесвала този зеленчук и няма начин да ми хареса и за в бъдеще. Или когато си слагам сако, аз се задушавам с него и никога няма да се почувствам удобно в подобна греха.

Човек трябва да бъде по-наблюдателен и осъзнат, да се вслушва какво му говори тялото! Хубавото на тялото ни е, че реагира веднага, ако има нещо, което не ни харесва, или обратното. Когато действаме против тялото си, резултатът винаги ще ни направи нещастни. Всички компромиси водят до разрушение. Не казвам, че съм против компромисите, но да бъдат компромиси, които тялото ни приема, както и да не се наранява емоционално, защото когато човек падне и му се обелят коленете – появява се рана, тя зараства и се затваря, но душевната болка остава и се лекува трудно. Казваме си: „Е, голяма работа – за това или онова...“, но не осъзнаваме как всичко оставя свой отпечатък и след време избухва силно и разрушително върху нас, било чрез болести или депресия... Колкото по-често позволяваме да ни нараняват, толкова повече ще плащаме цената за тази болка. Лошо е, че връщане назад няма. Когато човек е млад, трябва да мисли за себе си, защото, ако самият той не мисли за себе си, няма кой друг да го направи.

Бъдещето е една измама, една илюзия, но всеки знае, че ще остарее. Ето защо избира сега, точно този момент, да се трансформира, да се създаде, да се намери. После, когато вече е възрастен, няма да намери покой и пропуснатото ще му тежи. Поради тази причина, много обичам да се опитвам до по-възрастни от мен хора, като всички те ми казват едно и също, знаейки, че им остават малко години живот и че всеки ден за тях е награда:

„Живей и обичай... Умей да се радваш на живота, бъди мъдра и живей хубавата страна на живота. Неслучайно има щастливи и нещастни хора.“

Колкото до нещастните хора – според мен това е временно състояние, стига човек да е готов за промяна. Нещастнието е състояние на преминаване през изпитания, за да видим лошата страна на живота, като след това ни очаква и хубавата. За да бъдем благодарни за това, което ни се изпраща и това, което получаваме впоследствие.

Човек трябва да бъде гъвкав и бърз, като хамелеон. Да се приспособява според ситуацията и да се трансформира бързо. Моята учителка винаги ми повтаряше: „Гордея се с теб, защото умееш да се трансформираш бързо и да се напасаеш, учиш се и едновременно помагаш на другите...“

Казват ми, че съм специална, но в моите очи всеки от нас е специален по своему. Има много любов в очите на хората, която се крие зад болката им. Само трябва да съумееш да я видим и оценим.

Често чуваме:

„Богати, да им имаш проблемите... Какво разбират те от болка? Парите си ще вземат на оня свят.“

Някога, признавам си, и аз мислех така. И на този етап от живота си виждах една огромна неправда в света. Но с времето имах възможност да се запозная с различни личности – различни както по народност, така и по финансово състояние и образование. Тогава осъзнах, че всички ние си приличаме по душа. Много неща ни свързват и едновременно ни различават...

Настъпни моментът да ви споделя повече за моя житейски и професионален опит и защо тази книга ще бъде полезна за вас.

Моята консултантска професия ми дава привилегията да виждам отвъд фасадата и право в душите на хората, които срещам. При мен идват най-различни клиенти с всякакви проблеми. Когато заговорим, падат прегради, егото остава на заден план, всеки от тях разкрива душата си. Вече няма маски, оставаме просто хора. Споделят ми болките си, щастието си. Всички мои клиенти са еднакви за мен, но все пак съм забелязала някои основни разлики в типовете поведение.

Сред тях често забелязвам няколко основни поведения: *бедни, но богати по душа, както и бедни, но агресивни по душа. На*