

# Андрей ЛЕВШИНОВ

УМНЫЙ ТРЕНИНГ, МЕНЯЮЩИЙ ЖИЗНЬ

**#КАК РАЗВИТЬ СПОСОБНОСТЬ  
БЕЗОШИБОЧНО РАСПОЗНАВАТЬ**

# ЛОЖЬ

**И ПРОТИВОСТОЯТЬ ЕЙ**



## **ВСЯ ПРАВДА О ЛЖИ**

Умный тренинг, меняющий жизнь

Андрей Левшинов

**Как развить способность  
безошибочно распознавать  
ложь и противостоять  
ей. Вся правда о лжи**

«Издательство АСТ»

2018

УДК 159.9  
ББК 88.53

**Левшинов А. А.**

Как развить способность безошибочно распознавать ложь и противостоять ей. Вся правда о лжи / А. А. Левшинов — «Издательство АСТ», 2018 — (Умный тренинг, меняющий жизнь)

ISBN 978-5-17-108030-3

Эта книга научит вас узнавать лжеца с первых слов – по мимике, жестам, интонации, понимать истинные мотивы вашего собеседника, и вас никто больше не сможет ввести в заблуждение. Но она даст вам намного больше, чем умение определять, когда вам врут, а когда нет. Невозможно привести в порядок ни свое здоровье, ни всю свою жизнь, пока человек является рабом лжи. Лжи себе самому и лжи, которой наполняют его жизнь другие люди. Привычка жить в постоянном обмане закрывает путь к любым достижениям. Книга Андрея Левшинова, признанного Учителя и русского Просветленного Мастера йоги, откроет вам глаза на истинное положение дел в вашей жизни и поможет сделать первые шаги в обучении распознаванию лжи на всех уровнях – от бытового до кармического, – и противостоянию ей.

УДК 159.9  
ББК 88.53

ISBN 978-5-17-108030-3

© Левшинов А. А., 2018  
© Издательство АСТ, 2018

## Содержание

От автора	6
Что нужно знать, чтобы научиться распознавать ложь	7
Структура кармы	8
Карма и ее виды	8
Ступени йоги. Основные понятия, на которые мы будем опираться	9
«Вкус» вашей судьбы	11
Преобладание физической части кармы	11
Преобладание вербальной части кармы	13
Преобладание ментальной части кармы	15
Конец ознакомительного фрагмента.	16

**Андрей Левшинов**  
**Как развить способность**  
**безошибочно распознавать ложь и**  
**противостоять ей. Вся правда о лжи**

© Левшинов А. А., 2018

© ООО «Издательство АСТ», 2018

\* \* \*

## От автора

Покаюсь в первых же строках – в этой книге отнюдь не вся правда. Лжи вокруг так много, что впору писать даже не серию книг, а ежедневно переучивать общество по всем телеканалам и в интернет-блогах. Но все же я попытаюсь внести свой, пусть небольшой, скромный, но имеющий важное прикладное значение вклад в дело разоблачения обмана и лжи.

Легендарный «железный канцлер» Германии Отто фон Бисмарк говорил, что франко-прусскую войну выиграл немецкий учитель. И в его словах есть огромная доля истины – ведь это сотни обыкновенных, безымянных для истории педагогов воспитали будущих немецких солдат, взрастив в их душах любовь к отечеству, преданность своему государству, возвышенную веру и представления о чести.

Все, что закладывается в детскую психику, во многом определяет поведение человека в нравственной и социальной сфере на протяжении всей его жизни.

Можно сказать, что в голове у каждого из нас заложена своеобразная программа – так было и до изобретения микрочипов, и ничего не изменилось и по сей день. Все знания, которыми мы обладаем и, скорее всего, даже гордимся, поступили к нам извне, пройдя через определенный фильтр. Когда-то взрослые – родители, воспитатели, учителя, наставники – рассказали нам, как устроен человек и окружающий мир, а мы приняли эту информацию, согласно кивнув головой и совершенно не задумываясь, так ли это на самом деле.

Вот удивительная, даже невероятная с точки зрения традиционно мыслящего человека история. Одна девочка в четырехлетнем возрасте погрузилась в летаргический сон и очнулась только через тридцать лет. Первым ее желанием было – посетить туалет. Ей сказали, где находится уборная, и она полетела в ту сторону по воздуху, пройдя при этом насквозь две стены.

Почему это оказалось возможно? Ее сознание не подверглось внушениям учителей, а СМИ в детстве ее еще не интересовали. На самом деле мы все можем летать и проходить сквозь стены, но настолько не верим в свои возможности, что это кажется нам чудом. Этих возможностей нас лишают в детстве, замещая правду о мире потоком бесконечной лжи.

В этой книге я поделюсь с вами своими наблюдениями, которые помогут вам лучше узнать себя и окружающих вас людей. Вы научитесь видеть, как отчаянно человек оповещает всех о своей лжи, и поймете, почему тем не менее она остается незаметной.

Итак, приятного и познавательного вам чтения!

## **Что нужно знать, чтобы научиться распознавать ложь**

Так уж получилось, что в восемнадцать лет в первый месяц студенческой жизни, по советской традиции начавшейся «на картошке», я стал бригадиром. То ли я выглядел чуть старше своих сверстников, а может быть, причина была в майке-тельняшке, треугольником выглядывающей из-под ворота рубашки, так или иначе, преподаватель внимательно оглядел нас и из всех студентов-первокурсников выбрал меня. С тех пор я начал вплотную сталкиваться с обманом, учился его распознавать и обходить, чтобы, несмотря ни на что, добиваться нужного мне результата.

Несколько лет спустя, когда, добившись определенных успехов в освоении каратэ, я сам стал преподавать японское искусство пустой руки, я снова учился видеть – где ученик врет, а где нет.

Так, постепенно, начав с самых простых видов и приемов лжи, я знакомился со все более изощренными способами искажения реальности.

В этом мне очень помогло общение с бизнесменами, бандитами в 90-е годы, политиками и нынешними миллиардерами.

Чувствуя в себе некоторую лень повторять одно и то же, я изложу в этой книге самые простые и надежные способы определения лжи, которые останутся у вас в памяти после прочтения всех глав, словно это вы сами прожили мои последние бурные сорок лет.

Настройкой для этого будут системные знания, изложенное мной в простой и доступной форме, и мои впечатления, описания которых еженедельно публикуются на сайте.

Начнем мы с разговора о карме, то есть том знании, которое описывает человека, мир и всевозможные ситуации.

## Структура кармы

### Карма и ее виды

У каждого из нас есть карма. Вам, очевидно, не раз приходилось сталкиваться с феноменом схожести или полной противоположности судеб людей.

Живут, например, два брата, очень похожие друг на друга внешне, воспитанные в одной семье, почти ровесники. Но у одного судьба складывается из рук вон плохо, а другому в любом деле улыбается удача. Через двадцать лет один из них становится алкоголиком, а другой, пожиная плоды своего успешного труда, – известным, обеспеченным человеком, окруженным любящими детьми. Такую колоссальную разницу двух судеб невозможно списать на различия в воспитании, образовании, культурном уровне или социальном статусе. Здесь-то и всплывает почти мистическое понятие судьбы, которая, несмотря на родство и схожесть, у каждого – своя и вершится где-то на небесах.

Можно привести и другой пример. Две женщины: лучшие подруги, вместе выросли, а потом разъехались – одна в Москву, другая в Санкт-Петербург – поступать в институт. И, несмотря на то что с тех пор они видятся крайне редко, судьбы у них весьма схожи: почти одновременно вышли замуж, с разницей в год родились дети, карьера у обеих стабильно развивается, материальное положение практически одинаковое. Что это – совпадение? Или у них схожая карма?

Подобные факты, с которыми мы довольно часто сталкиваемся в жизни, порождают множество вопросов. Существуют ли какие-либо общие черты у разных групп людей? Зависит ли судьба человека от того, как он живет, или она предопределена изначально и изменить ее невозможно? А если зависит, то как следует жить, чтобы избежать плачевной участи? Классическая йога (на ее практику мы с вами будем опираться), исследуя возможности воздействия на свою судьбу, определяет карму как закон причинно-следственной связи, в соответствии с которым место рождения, пол, раса, внешний облик, психотип, продолжительность жизни, социальный статус человека и т. д. определяются результатами его прошлых жизней, произрастающими в данное существование. В русском языке понятию карма наиболее родственны слова: судьба, участь, жребий, доля, рок, предопределение.

В классической йоге различают три вида кармы: ФИЗИЧЕСКУЮ, или телесную, ВЕРБАЛЬНУЮ (выраженную словами) и МЕНТАЛЬНУЮ (деятельность сознания).

Это разделение условное, потому что любая живая система, разделенная на части, нежизнеспособна.

Невозможно разъединить человека на части тела и отдельные органы, а потом вновь соединить их и оживить. Пока это никому не удавалось.

Человек, его личность – это не дом, построенный из одинаковых кирпичей, который можно разобрать, перевезти на новое место и снова собрать в первоначальном виде. Живая, одухотворенная структура материи не подчиняется закону математики о перемене мест слагаемых и неизменной сумме.

Однако, несмотря на то что деление кармы на виды условно, оно имеет глубокий смысл. Это деление дает возможность работы над каждой из частей кармы, приводя всю ее сложную структуру в заданный Богом порядок, «повторяя линией своей судьбы почерк Божественной руки».

Мы вполне можем работать с каждым видом кармы по отдельности, изучая его внутренние законы и принципы взаимодействия с другими видами, подобно тому, как медики изучают

работу и функции каждого органа человеческого тела, не забывая при этом, что имеют дело с целой, неразделимой системой, вне которой каждый отдельно взятый орган нежизнеспособен.

## Ступени йоги. Основные понятия, на которые мы будем опираться

### Яма

Первой из восьми ступеней йоги является яма – великие этические заповеди, истинные для всех религий, народов и времен: *ненасилие* (ахимса), *правдивость* (сатья), *неворовство* (астея), *целомудрие* (брахмачарья), *нестяжательство* (апариграха). Несоблюдение заповедей порождает хаос, насилие, ложь, воровство и зависть. Корни этих зол кроются в чувствах алчности, вожделения и привязанности, приносящих людям лишь страдания и невежество.

### Нияма

Нияма – правила индивидуального поведения. Патанджали перечисляет пять ниям: *чистота* (шауча), *удовлетворенность* (сантоша), *рвение* (тапас), *изучение Я* (свадхья) и *преданность Богу* (Ишвара Пранидхана).

Следует понимать, что достигнуть целей самосовершенствования и сорвать плоды медитаций невозможно, если не следовать моральным принципам. Поэтому до начала занятий необходимо очистить ум с помощью практики ямыниямы.

### Асаны

Асана – это любая устойчивая, неподвижная поза. Использование практики асан укрепляет тело. Эта ступень йоги характеризуется снятием напряженности и медитацией.

Однако нужно понимать, что асаны – это не просто гимнастические упражнения, а позы, которые дают человеку здоровье и подвижность, снимают усталость, успокаивают нервы и способствуют концентрации ума. Асаны совершенствовались в течение веков так, чтобы воздействовать на каждый мускул, нерв и железу организма.

Выполняя асаны, человек подчиняет себе свое тело, делая его инструментом духа, и становится свободным от физических и умственных раздражений. Ни в коем случае нельзя пренебрегать нуждами тела, отрицать их или думать о них как о чем-то небожественном: отрицая свое тело, человек отрицает жизнь Вселенной. Потребности тела – это потребности Божественного Духа, который существует посредством тела.

Во время выполнения асан тело человека часто принимает положения, напоминающие позы различных существ. Как правило, асаны носят имена растений, животных, птиц, насекомых и животных, например: *дерево* (врикша), *лотос* (падма), *саранча* (шалабха), *скорпион* (вричика), *рыба* (матсия), *черепаха* (курма), *лягушка* (бхека), *крокодил* (накра), *петух* (кукута), *цапля* (бака), *павлин* (майюра), *лебедь* (хамса), *собака* (швана), *лошадь* (ватаяна), *верблюд* (уштра), *лев* (симха), *змея* (бхуджанга). Освоив асаны, человек перестает различать такие дуальности, как приобретение и потеря, победа и поражение, слава и позор, тело и ум, и переходит к пранаяме – четвертой ступени йоги.

### Пранаяма

Пранаяма означает удлинение дыхания и контроль над ним, предполагающий управление всеми дыхательными функциями: *вдохом* (пурака), *выдохом* (речака) и *задержкой дыхания* (кумбхака). Однако не следует путать ее с чисто дыхательными упражнениями. «Прана» – это «жизненная сила», а «яма» – контроль, управление. Целью пранаямы является торможение беспокойства, суетливой деятельности ума.

Считается, что жизнь человека измеряется не количеством дней, а количеством дыханий, поэтому нужно соблюдать определенную схему ритма дыхания. Медленное и глубокое дыхание укрепляет дыхательную систему, успокаивает нервы и ослабляет желания, способствуя освобождению и концентрации ума.

Прежде чем делать попытки задержки дыхания, важно научиться правильному дыханию – медленному, глубокому и стабильному. Во время занятий пранаямой глаза нужно закрывать, чтобы ум не отвлекался на внешние объекты. Занятия желательно проводить под руководством опытного наставника, поскольку неправильной практикой можно вызвать серьезные нарушения в организме.

### **Пратьяхара**

На этой ступени йоги человек учится осуществлять контроль над чувствами. Причины рабства и свободы людей заключены на самом деле в их уме. Ум, привязанный к объектам желаний, приносит рабство, отрешившись же от них, приносит освобождение. Когда все желания и страхи уничтожены, ум очищается.

Согласно индийской философии, сознание проявляется в трех разных качествах.

Для человека его жизнь и сознание вместе со всем Космосом – это воплощения одной и той же космической сущности, различающиеся по своему предназначению в зависимости от того, какое из *качеств* (гун) в них преобладает. Вот эти гуны.

1. *Саттва* (качество просветления, чистоты, добра), ведущая к ясности и умиротворенности.
2. *Раджас* (качество подвижности или деятельности), делающий человека активным и энергичным, страстным и своевольным.
3. *Тамас* (качество тьмы и косности), препятствующий и противодействующий стремлениям раджаса к труду и саттвы к просветлению.

### **Дхарана**

Когда тело закалено *асанами*, ум очищен *пранаямой*, а чувства обузданы *пратьяхарой*, человек достигает шестой ступени йоги – дхараны, на которой он полностью сосредоточивается на одном объекте или задаче. Именно здесь и начинается настоящая йога. Для достижения такого состояния должен быть успокоен *ум* – инструмент, который оценивает и классифицирует *впечатления*. Чтобы хорошо воспользоваться умом, нужно знать, как он действует.

Состояния ума подразделяются на пять групп.

*Первая* – это состояние *кишипта*, когда ум находится в беспорядке и гоняется за объектами желаний. В этом случае преобладает раджогуна.

*Вторая группа* – состояние *викишипта*, когда ум взволнован и расстроен, а желания не контролируются.

*Третья* – это состояние *мудха*, в котором ум растерян и не знает, чего хочет. Здесь преобладает тамогуна.

*Четвертое состояние* – *экагра*, когда ум очень внимателен и ментальные способности сосредоточены на одном-единственном объекте. В этом случае преобладает саттвагуна. Человек такого типа отличается прекрасными интеллектуальными способностями, точно знает, чего хочет, и использует все свои силы для достижения своей цели. Однако зачастую, в погоне за желаемым, он не думает о последствиях и в результате страдает не только он сам, но и окружающие. Если чувства не находятся под контролем, ум ведет себя так же. Для сохранения умственного равновесия человеку типа *экагра* нужно научиться любить Бога. Этот человек не узнает счастья, пока не утратит ощущение «я».

*Последнее* ментальное состояние называется *нируддха*. В нем ум, интеллект и эго контролируются и направлены к Богу. Без сосредоточения на Боге невозможно постичь божествен-

ности внутри себя. Чтобы этого достичь, рекомендуется сосредоточение на звуке «аум» – символе Бога.

### **Дхьяна**

Созерцая какой-либо объект, ум принимает его форму. Ум, сосредоточенный на любви к Богу, в конечном итоге преобразуется в Его подобие. Когда сосредоточение становится непрерывным, возникает состояние медитации, или дхьяны.

Тело, ум, дыхание, чувства и эго соединяются в объекте созерцания – *Вселенском Духе*. У человека, пребывающего в этом состоянии сознания, исчезают все чувства, кроме ощущения *Высшего Блаженства*.

Он видит *Свет*, сияющий в его собственном сердце, и становится *Светом* для других. Его ум спокоен и свободен от вожделений, а тело здорово. Человек становится воплощением смирения, посвящает себя Богу, находя в Нем убежище, и освобождается от *кармы*.

Во время медитации необходимо избегать борьбы с умом, так же как и усиленных попыток сосредоточиться. Не нужно сопротивляться или пытаться побороть нежелательные мысли – это лишь приводит к бесполезной деятельности и потере энергии. Лучше постараться стать безразличным свидетелем, взирающим на волнующую вас ситуацию со стороны, либо просто заменить тревожащие вас мысли на абстрактные, переключившись с материальных помыслов на духовные.

### **Самадхи**

Вершиной медитации является состояние самадхи, в котором чувства и тело человека отдыхают, как во сне, а ум действует, как при бодрствовании.

У человека остается только переживание *Истины*, покоя и невыразимой радости. Словами невозможно описать состояние самадхи, его можно выразить лишь глубоким молчанием. Человек, достигший самадхи, расстался с материальным миром и погружен в *Вечность*.

Чтобы достичь самадхи, необходимо преодолеть пять немощей: невежество, эгоизм, симпатии, антипатии и привязанность к материальной жизни.

## **«Вкус» вашей судьбы**

Хотя все три части кармы – неделимое целое, в каждом индивидуальном случае можно констатировать, что энергии одной из трех частей кармы у человека больше, чем двух других. Чтобы было легче это понять, представьте себе химический раствор, состоящий из трех компонентов, – скажем, из соли, сахара и соды. Компонентов всегда три, однако вкус раствора будет меняться в зависимости от того, в каких пропорциях они смешаны. Много сахара, щепотка соли и щепотка соды дадут один вкус, а много соли, много соды и чуть-чуть сахара – совершенно другой, правда? Так же и с кармой. Преобладание той или иной ее части придает судьбе определенный «вкус» и соответствующую направленность.

## **Преобладание физической части кармы**

Физическая карма включает в себя все то, что касается тела. Ее параметры тесно связаны с параметрами человеческого организма – его ростом, весом, объемом, формой. Физическая карма зависит от строения мышц, подвижности суставов, состояния позвоночника, интенсивности процессов, протекающих внутри организма, – обмена веществ, кровяного давления, обновления клеток, гормонального фона. Сексуальность человека оказывает на физическую карму самое непосредственное воздействие. Половой потенциал составляет значительную часть энергетики физической части кармы.

Человек, у которого составляющая физической части кармы велика, активно использует свое тело и сексуальность для взаимодействия с окружающим миром. Вместо того чтобы оценить что-то умом, он, скорее всего, подключит свое тело и органы чувств – пощупает, посмотрит, понюхает, попробует. Такой человек не способен адаптироваться к существованию, в котором отсутствует физическая нагрузка. Любая работа, требующая усидчивости, где задействован только рациональный интеллект, способна свести такого человека с ума.

Преобладание физической части в кармическом «растворе» человека вовсе не означает, что такой человек примитивен, лишен интеллекта или не способен занять высокое положение на социальной лестнице. Однако для достижения жизненного успеха такой человек должен соблюдать одно непреложное условие – помнить о своей сущности. Пройдя путь от грузчика до генерального директора, он не должен забывать о том, что его тело нуждается в регулярных физических нагрузках. И пусть это уже не тяжелые коробки, а элитный спортзал или бассейн аквапарка. В любом случае не следует упускать из виду свои кармические потребности. Иначе, перестав следовать кармическим законам, такой человек будет страдать, болеть и в результате лишится достигнутого успеха.

*Чемпион мира по фехтованию Станислав Д. после ухода из большого спорта работал тренером юношеской команды в детской спортивной школе.*

*Через год его как заслуженного спортсмена и талантливого тренера пригласили работать в спорткомитет на ответственную должность организатора международных соревнований. Теперь он сидел за столом в солидном кабинете, решал вопросы по телефону, вычерчивал графики и колонки с данными, а домой его возил личный шофер. Воодушевление Станислава, с азартом принявшегося за новую работу, спало уже через несколько месяцев. Впервые в жизни он почувствовал себя вялым и разбитым. Не понимая причин своего состояния, он даже заподозрил, что такую слабость могла породить только опасная болезнь. Станислав тщательно обследовался у разных специалистов, но все врачи в один голос утверждали, что он абсолютно здоров.*

*Именно этот диагноз («Никаких патологий, но сил совершенно не осталось...») и привел его ко мне на прием. С первых слов, с первого взгляда на Станислава было абсолютно ясно, что он человек преимущественно физической части кармы. Спортом увлекается с раннего детства («Минуты не мог усидеть на месте, все виды спорта прошел, пока не остановился на фехтовании...»). Работая тренером, он бегал и прыгал, скакал и плавал вместе со своими воспитанниками («Не на скамеечке же мне сидеть командовать, правда? Все – личным примером!»). С одной стороны, Станиславу вовсе не хотелось уходить с престижной работы («Там люди интересные, замыслы грандиозные. Жена довольна – с таким рвением мне рубашки наглаживает! Да и зарплата очень даже устраивает»). А с другой – ему кажется, что все его беды – недомогание и слабость – происходят именно от новой работы («Никогда раньше со мной такого не было!»).*

*Я познакомил Станислава с основными понятиями теории кармы, с принципами увеличения энергетического запаса и удержания энергии, и в том числе с той самой классификацией людей, о которой теперь рассказываю вам. Мой совет, как я потом узнал, Станислав оформил в виде плаката и повесил над своим креслом в кабинете. Привожу его дословно.*

Чтобы чувствовать себя нормально и продвигаться к успеху, человеку с преобладанием физической части кармы необходима физическая нагрузка.

Если ты вынужден работать только головой, не забывай о мышцах – и жизнь наладится!

*Второе предложение Станислав приписал уже от руки через некоторое время, когда его жизнь действительно наладилась. Начал он с того, что по выходным вместе с детьми стал пропадать в спортзале и бассейне. В будни, когда времени на занятия не было, он прибежал*

*к маленьким хитростям. Прежде всего, Станислав расстался с личным шофером, с работы и на работу ходил быстрым шагом. Телефоны у себя в офисе поставил в разных углах кабинета. Теперь он не сидел в кресле, а перебегал от одного телефонного аппарата к другому. Перестал пользоваться лифтом. К себе на девятый этаж поднимается только пешком. Что еще добавить? Чувствует себя превосходно, получил второе высшее образование – экономическое, занял пост заместителя начальника департамента...*

Пример со Станиславом – это скорее пример умелой компенсации энергии, являющейся основной в структуре кармы. Но в жизни часто случается так, что человек, не понимая собственной природы и предназначения, ищет его в среде, совершенно ему чуждой. Так, например, мама неугомонного пятилетнего малыша, который и ходить-то не умеет – только бегаёт, стремясь как-то обуздать своего сорванца, отдаёт его в музыкальную школу. Там все дети тихие, спокойные, и ей хочется, чтобы её малыш вырос таким же. И если такому ребёнку не повезёт, если его оттуда не выгонят за неуспеваемость, то со временем он притихнет и выучит нотную грамоту. Правда, скорее всего, испортит зрение и осанку, подорвет здоровье, станет апатичным и вялым. Именно такими «симптомами» жизнь порой даёт нам знать, что мы движемся не в том направлении. Именно таким образом Бог останавливает человека на пути, по которому тот следует, и показывает, подталкивает, заставляя найти истинный свой путь следования по жизни. Для людей с преобладанием физической части кармы – это путь, связанный с нагрузкой на физическое тело, где будет работать то, что дано от Бога.

Еще раз повторю: было бы глубоким заблуждением считать, что люди с преобладанием физической части кармы могут заниматься исключительно теми видами деятельности, которые связаны с физическими нагрузками, и не способны ни к утонченному восприятию мира, ни к деятельности на интеллектуальном поприще. Эти люди могут достичь любых высот, если будут помнить о том, что основные энергетические запасы их кармы лежат в области тела и, следовательно, для их извлечения требуются определенные усилия в физической ее части.

Чтобы подтвердить это, приведу два весьма неординарных примера.

*Король Греции Константин II Ольденбургский лишился трона в 1967 году после прихода к власти диктатуры «черных полковников». На сегодняшний день он знаменит не столько своими родственными связями с действующими монархами Европы, сколько тем, что стал обладателем золотой олимпийской медали. Король – профессиональный яхтсмен, специальный делегат Международного олимпийского комитета, активно борется за возвращение своих гражданских прав на родине.*

*А вот права румынского короля Михая I Гогенцоллерн-Зигмарингер больше никто не оспаривает. В 1997 году ему возвращено румынское гражданство. Сейчас ему больше 80 лет. Интересно, что на протяжении всей жизни он совмещал общественную деятельность с занятием... садоводством. Дело в том, что люди с преобладанием физической части кармы могут удовлетворить свои кармические потребности, полностью «загрузив» работу всех пяти органов чувств. Садоводство – один из лучших способов добиться этого. Человек работает руками и одновременно прислушивается к пению птиц, любит цветы, вдыхает их аромат, пробует на вкус плоды...*

## **Преобладание вербальной части кармы**

Вербальная карма связана прежде всего со словами. Слово, вербальный образ – ее основные составляющие. Все, что в жизни человека связано со словами, так или иначе влияет на вербальную карму. Процессы воспитания и образования, в значительной степени опирающи-

еся на речь, составляют вербальную карму человека. Вербальная карма весьма изменчива и постоянно находится в процессе «творения» – люди не могут обойтись без слов, а каждое слово влияет на их судьбу.

Человек с преобладанием вербальной части кармы всегда более изящен, истинен, легок в общении, эмоционален, а проявление эмоций требует включения всех трех частей кармы – физической (дыхание, сердцебиение, жест, мимика), вербальной (речь, голос) и ментальной (смысловой подтекст). Среди людей с преобладанием вербальной части кармы основную часть составляют женщины. Несмотря на приписываемую обычно прекрасному полу слабость, эта часть кармы более значимая, сильная и мощная, чем физическая часть.

Обратите внимание: там, где грубая физическая сила наталкивается на непреодолимое препятствие, дело может решить женщина, со свойственной ей мягкостью, эмоциональностью, легкостью в общении. Вот как Фабр Д'Оливе описывает влияние женщины в общинах наших предков.

«В воинствующем клане между двумя соперничающими воинами возникает ссора. Рас- свирепев, они собираются броситься друг на друга; нападение уже началось; в эту минуту женщина из их клана с распущенными волосами бросается между ними и разделяет их. Это – сестра одного и жена другого. Глаза ее мечут молнии, голос звучит властно. Она восклицает, и слова ее бьют, как молотом...»

Эмоции, властные интонации, смысловой контекст речи действуют умиротворяюще на физически сильных воинов, ослепленных ненавистью друг к другу, – такова сила вербальной части кармы. Такова полноценная женская сила, если женщина правильно определяет и развивает свой кармический потенциал.

Женщина воздействует на мир эмоциями и речью не потому, что обделена физической силой (существует немало женщин, которые не уступают в силе мужчинам), а просто потому, что именно такой способ существования (в вербальной части кармы) определен для нее природой.

В современном мире женщины довольно часто отходят от своей природы, забывая о мягкости, эмоциональности, изяществе, скромности (нужно отметить, что все эти качества определяют женскую сущность и являются функциями большей активности правого полушария). Именно тогда Бог (Природа) напоминает ей о том, что она выбрала неверный путь, и стремится возвратиться в лоно истинной женственности и вербальной части кармы. К сожалению, зачастую такое напоминание является женщине не только в виде «случайных» неприятностей и проблем, но и в виде вполне конкретных гинекологических заболеваний<sup>1</sup>.

При деформации естественных женских устремлений (оттока энергии из вербальной части кармы) меняется внутренний гормональный фон: уменьшается выработка эстрогена и увеличивается производство тестостерона, поскольку активизируется левое полушарие головного мозга. Та же причина – отход от гендерной роли, от источника «мужской» энергии – способствует развитию и мужских заболеваний. В соответствии с этим становится понятным принцип лечения импотенции – активизация работы правого полушария головного мозга. Мужчина должен анализировать, творить, думать, планировать и т. д. Насыщенная творческая жизнь усиливает половую функцию и продлевает способность к полноценной половой жизни до глубокой старости. Широко рекламируемая «виагра» и подобные ей средства только отнимают у мужчины его природную силу и довольно быстро превращают его в необратимо больного человека как телесно, так и психически.

---

<sup>1</sup> Гинекология – в переводе с греческого означает «женщина», «род», «слово». Если объединить все три этих значения, получится – «родильный дом слова», то есть вербальная часть кармы. Чаще всего гинекологические заболевания связаны не с физической частью кармы (тело, секс), а с вербальной (эмоции, слова). Поэтому и лечение таких заболеваний нужно начинать с тренинга вербальной части кармы. На индивидуальных приемах моим ученицам удается избавиться от многочисленных сопутствующих заболеваний, в том числе и гинекологических.

Если в кармическом «растворе» человека преобладает вербальная часть кармы, его жизненный путь должен быть связан со словом, общением, пением, эмоциями. В этих видах деятельности у такого человека очевидны явные преимущества перед другими людьми.

## **Преобладание ментальной части кармы**

Если люди с преобладанием вербальной части кармы живут по большей части сердцем, то представители человечества, у которых преобладает ментальная часть кармы, живут исключительно умом. Их конек – логика, анализ, знание. Они обладают реальной властью над собой, основанной на собственной воле, знают цену всему на свете (приравнивают все к деньгам), обладают социальной зависимостью.

Несчастье этих людей прекрасно описано Грибоедовым и очень точно им названо – горе от ума. Они пытаются все контролировать разумом, даже некоторые функции своего организма – питание, секс, сон, отдых, дыхание. Следуя своему предназначению, такие люди часто становятся учеными. Именно человек с преобладанием ментальной части кармы может быть заслуженным деятелем наук, обладать многочисленными знаниями о мире, охватывать умом непостижимо сложные законы природы и при всем при этом находиться под «каблуком» у собственной жены, не имея дома никаких прав. Реальная жизнь для таких людей слишком нелогична, эмоции и чувства окружающих им непонятны, потому что не укладываются в привычные им причинно-следственные связи. Повседневная жизнь представляется им сумасшествием, хаосом и заставляет страдать каждый раз при столкновении с ней.

Другим ярким примером может служить обращение Эйнштейна (человека, у которого преобладала ментальная часть кармы) с одной из своих жен. Он составил для нее список разрешенных действий, из которого следовало, что она должна вовремя подавать на стол еду, не разговаривать с ним, пока он того не позволит, не подниматься к нему в рабочий кабинет и пр. Возмущенная женщина (представитель вербальной части кармы) через короткое время покинула великого ученого, требовавшего от нее невозможного – жить в ментальной части кармы. Этот случай выдает и другое весьма распространенное качество людей с преобладанием ментальной части кармы – гордость. Если их интеллектуальные способности достаточно велики, они полагают, что превыше ума нет ничего на свете. Такая гордость – основа гордыни и как следствие – причина многочисленных заболеваний.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.