

## Сумароков Максим – Мудрая матрица или Эффективное управление собственной жизнью



### Предисловие М. С. Норбекова

Интуичь. Начало  
Терминология понятий  
В поисках приветствия  
Предисловие  
ГЛАВА I • Анализируй!  
Представление *Мирзакарим Норбеков*  
ГЛАВА II • Лидируй!  
ГЛАВА III • Ощущай  
ГЛАВА IV • Формула погони за «хвостом»  
ГЛАВА V • Состояние абсолютного счастья  
ГЛАВА VI • Развивайся!  
ГЛАВА VII • Трансформируйся!  
ГЛАВА VIII\* Тренируйся!  
ГЛАВА IX • Формула денег, или Что Бог пошлет  
Эпилог...  
Интуичь. Послесловие

Мастерская Норбекова  
Москва АСТ • Астрель

Интуиция - это нечто за пределами интеллекта. Интуиция - это прыжок. Прыжок, который не поддается анализу. Не поддается интеллектуальному объяснению. Интеллект - это наносное, это человеческое. Интеллекту можно научить. А интуиция - это истина. Нет точного научного описания интуиции. Это явление ненаучно и иррационально. Интуиция -это чудо. Когда тело действует спонтанно - это называется инстинктом. Когда душа действует спонтанно - это называется интуицией. С проявлениями тела мы не спорим - оно материально и осязаемо. Наш разум забит до предела мыслями. Эта мысленная словомешалка ни на минуту не оставляет нас в покое, создавая в голове невообразимый шум и гам. А интуиция - это шепот. Невозможно расслышать шепот в гонке повседневности. Для этого необходимо остановиться.

К чему это я?!

Вещи и явления не таковы, какими нам кажутся. То, что нам кажется, на самом деле обстоит не так, а вообще никак.

События нейтральны.

Мы сами смотрим на них через жизненный опыт проблем и придаем им тот или иной смысл.

## **Интуичь! Начало**

*Одна монахиня училась многие годы*

*Но не могла достичь Просветления.*

*Однажды поздним вечером*

*Она несла воду в старом ведре.*

*По дороге она наблюдала*

*Отражение луны на поверхности воды.*

*Вдруг бамбуковые полоски скрепляющие ведро разорвались и оно разорвалось.*

*Вода хлынула наружу*

*И отражение луны исчезло.*

*В этот момент монахиня стала Просветленной*

А на самом деле этого смысла нет.

Дорогой читатель! Прошу читать книгу внимательно.

Просветление, озарение - это только факт развитого интуитивного мышления.

Почему до сих пор наука четко и точно не описала интуицию?

Да потому, что само это явление ненаучно и иррационально.

Интуиция - это нечто за пределами интеллекта, А интуиция - это прыжок. Прыжок, который не поддается анализу. Не поддается интеллектуальному объяснению.

Интуиция - это чудо.

А чудо в современном мире не модно и не может быть по определению. Во взрослом мире чуда нет.

Поэтому объяснить интуицию достаточно сложно, для начала потребуется договориться с человеком о том, что мир не состоит только из тех вещей, которые он знает. Поэтому в этом Пособии я буду добиваться того, чтобы вы, дорогие читатели, задали себе вопрос: «А может, я действительно чего-то не знаю?»

Когда тело действует спонтанно - это называется инстинктом. Когда душа действует спонтанно ~ это называется интуицией.

Но с проявлением тела мы не спорим - оно материально и осязаемо.

А душа... это детские сказки, в которых мы, взрослые люди, разуверились.

Мир - это громадная паутина, и человечество становится с каждым днем все менее гармоничным, потому что на земле появляется все больше людей, которые излучают все больше и больше мыслей. Не осознавая, мы думаем о чем угодно. Наш разум забит до предела мыслями, гонкой от пустоты.

А интуиция - это шепот.

Невозможно расслышать шепот в череде повседневности.

Для этого необходимо остановиться. Эта книга - это остановка.

Мы все рождены свободными, а умираем рабами.

Начало жизни - свободное и естественное, но потом вмешивается общество, появляются правила, законы, мораль, дисциплина, разнообразные учения - и тогда начинает исчезать раскованность, непосредственность, искренность.

Человек начинает создавать себе панцирь, мы становимся все более скованными и грубыми.

Вокруг маленького существа, появившегося па (ист, образуется что-то вроде крепости; безопасность создается, но менее ранимым человек от этого, не становится, свобода теряется.

Он начинает заглядывать другим в глаза: их одобрение, отказ, осуждение или признание начинают иметь для него большее и большее значение.

«Другие» становятся критерием, и мы начинаем подражать и следовать другим, потому что мы живем вместе в этом современном мире.

Интуиция - это дорога домой, это Путь к свободе.

Человек очень похож на каштан - снаружи иголки, в середине - непробиваемый панцирь и только потом - мягкая середина.

Для того чтобы понять себя, необходимо пойти в начало.

В то время, когда мы руководствовались ощущениями и чувствами, а не моралью и правилами.

## **ПУТЬ К СЕБЕ - ЭТО ПУТЬ РАЗВИТИЯ ИНТУИЦИИ**

Интеллект на этом пути не помощник. Наоборот, он большой тормоз.

Интеллект только спотыкается в темноте, пытается сообразить, что к чему.

Интеллект - это наносное, это человеческое.

Интеллекту можно научить.

А интуиция - это истина.

Истине нельзя научить, ее можно только постичь!

Интеллект из всего делает проблему.

Интуиция приносит смысл.

Интеллект - это беспокойство.

Интуиция делает человека мудрым.

Интуиция похожа на инстинкт в том, что с ней ничего нельзя сделать. Это часть сознания, точно так же, как инстинкт - часть тела. Ничего нельзя сделать с инстинктом и ничего нельзя сделать с интуицией. Но точно так же, как вы проявляете инстинкт, вы можете проявлять интуицию.

И вы будете удивлены, какие же силы до сих пор в себе носили!

Я не прошу со мной соглашаться. Речь не идет о том, чтобы соглашаться или нет. Речь о другом мировосприятии.

Когда вы видите розу - соглашаетесь вы с ней или спорите?

Когда наблюдаете рассвет - соглашаетесь или спорите?

Когда ночью видите луну, вы просто ее видите! Либо видите, либо нет - речь не о согласии или споре.

Этой книгой я делюсь тем, что со мной случилось.

И в этом процессе, если вы будете участниками, то это может произойти и с вами. Пролетание преображает.

Ученые говорят, что мы видим только 5% реальности. Представьте себе - только 5%. Это колоссально мало.

С помощью интуиции человек начинает сона-страиваться с окружающим миром.

Лишь с помощью интуиции человек может постичь разницу между интеллектом, логическим мышлением и собственной душой и духом.

Чтобы снова поверить в чудо, необходимо стать ребенком.

Чтобы стать ребенком, надо отбросить весь свой ум.

Только дети верят в чудо. Взрослые притворяются.

Помните, по каким правилам живем мы, взрослые люди?..

Врем, делаем вид, что не врем и... продолжаем врать.

Да не кому-то, а самим себе. Ведь внутри, под бронемягкость, доброта и любовь.

И она заставляет идти к преобразованиям.

*Анекдот-быль:*

*Один из известных политиков приехал к Альберту Эйнштейну в точно назначенное время, но жена ученого сказала:*

*- Вам придется подождать, потому что сейчас он в ванной, и никто не знает, когда он выйдет, оттуда.*

*Прошло полчаса, и политик спросил жену Эйнштейна:*

*- Сколько еще времени он будет мыться?*

*Она ответила:*

*- Это непредсказуемо.*

*- Что же он такое делает в ванной? Жетина рассмеялась.*

*- Он играет с мыльными пузырями.*

*- Зачем? - удивился политик.*

*И она сказала:*

*- Именно во время игры с мыльными пузырями он всегда приходит к определенным озарениям в проблемах, над которыми он думает и думает, но безрезультатно.*

Внутри каждого человека есть проводник, но человек им пользуется так редко и мало, что даже забыл, что все знания находятся внутри.

Мы в шутку говорим близким:

- Ты такой хороший, когда спишь носом к стенке...

Мора ПРОСНУТЬСЯ!

И человек есть человек только тогда, когда перестает думать!

Сначала приходится убеждать свой ум. И, пока вы его убеждаете, вы теряете возможности.

Интеллекту требуется время, и, пока вы размышляете, наблюдаете и обдумываете, вы упускаете мгновение.

Жизнь вас не ждет.

Жить необходимо здесь и сейчас!

Пункт назначения - это сам процесс постижения истины.

Если есть конкретный путь назначения, то это искусственно созданное, это ложь, это то, что снаружи.

А истина внутри.

Поэтому в этой книге только направление.

***Дорогой читатель, для того, чтобы мы друг друга понимали, прочти нижеследующую выписку из «Словаря практического психолога».***

***(М.:Харвест. 1998)***

### **Терминология понятий**

**АДРЕНАЛИН**- гормон, вырабатываемый мозговым веществом надпочечников. Его активизирующее действие на организм сравнимо с действиями симпатической нервной системы.

**АНАЛИЗ** - процесс расчленения целого на части.

**БЕССОЗНАТЕЛЬНОЕ** - совокупность психических процессов, обусловленных явлениями действительности, во влиянии которых субъект не отдает себе отчета.

**БОДРСТВОВАНИЕ** - состояние активации всего организма, позволяющей ему улавливать, отбирать и интерпретировать сигналы внешнего мира.

**БОЛЬ** - психическое состояние, возникающее в результате сверхсильных или разрушительных воздействий на организм при угрозе его существованию и целостности.

**БОЯЗНЬ (СТРАХ)** - состояние ожидания опасности и подготовки к ней.

**ВЕРА** - особое состояние психики человека, признание чего-либо истинным с такой решительностью, которая превышает силу внешних фактических и формально-логических доказательств.

**ВЛИЯНИЕ** - процесс и результат изменения индивидом поведения другого человека, его установок, намерений, представлений, оценок.

**ВОЛЯ** - сторона сознания, его деятельное и регулирующее начало, призванное создать усилие и удерживать его так долго, как это необходимо.

**ДЕЙСТВИЕ** - произвольная преднамеренная опосредованная активность, направленная на достижение осознаваемой цели.

**ДУША** понятие, отражающее исторически изменившиеся воззрения на психику человека и животных; в религии, философии и психологии душа - нематериальное, независимое от тела животворящее и познающее начало.

**ЗАКОН** - обнаруженные устойчивые взаимосвязи явлений, выявление коих позволяет описать, объяснить и предсказать явления действительности.

**ЗНАК** - предмет, или явление, служащий представителем другого предмета, явления, процесса.

**ЗНАНИЕ** - в совокупности с навыками и умениями обеспечивает правильное отражение в представлениях и мышлении мира, законов природы и общества, взаимоотношении людей, места человека в обществе и его поведения.

**ИНДИВИДУАЛЬНОСТЬ** - свойство человека, характеризующее со стороны своих социально значимых отличий от других людей; своеобразие психики и личности индивида, ее неповторимость.

**ИНСТИНКТ** - совокупность врожденных компонент поведения и психики животных и человека.

**ИНТЕЛЛЕКТ** - относительно устойчивая структура умственных способностей индивида, относимых к познавательной сфере, прежде всего к мышлению, памяти, восприятию, вниманию и т. д.

**ИНТУИЦИЯ** - знание, возникающее без осознания путей и условий его получения - как результат целостного охватывания условий проблемной ситуации.

**ИНФОРМАЦИЯ** - факт отражения в психике человека предметов и условий существования всего живого и неживого.

**ИСТИНА** - соответствие знания действительности, объективное содержание эмпирического опыта и теоретического познания.

**ЛЕНЬ** - универсальное средство защиты от бесполезного труда, следствие неуверенности в цели, отсутствие стимулов.

**ЛИДЕР** - член группы, за коим все остальные члены группы признают право принимать ответственные решения в значимых для нее ситуациях, решения, затрагивающие их интересы.

**ЛИЧНОСТЬ** - феномен общественного развития, конкретный человек, обладающий сознанием и самосознанием.

**ЛЮБОВЬ** - высокая степень эмоционально положительного отношения, выделяющего его как объект среди других и помещающего его в центр жизненных потребностей и интересов субъекта.

**МЕДИТАЦИЯ** ~ интенсивное, проникающее вглубь размышление, погружение умом в предмет, идею, достигаемое путем сосредоточения на (н)ном объекте. Прием психической тренировки.

**МЕЧТА** необходимое условие преобразования действительности, побудительная причина, мотив деятельности с отсрочкой реализации во времени.

**МИРОВОЗЗРЕНИЕ** - система взглядов на объективный мир и место в нем человека.

**МОЗГ** - центральный отдел нервной системы человека и животных, главный орган психики.

**МОЗГОВЫЕБИОРИТМЫ**-один из видов фоновой, спонтанной, электрической активности мозга человека.

**ОБУЧЕНИЕ** - процесс целенаправленной передачи общественно-исторического опыта; организация формирования знаний, умений, навыков.

**ОДАРЕННОСТЬ** - качественное своеобразное сочетание способностей, обеспечивающее успешности выполнения деятельности.

**ОЗАРЕНИЕ (ИНСАЙТ)** - внезапное, мгновенно возникающее и невыводимое из прошлого опыта новое понимание, постижение существенных отношений, задач, проблем в целом, посредством которого достигается осмысленное решение проблемы.

**ОЩУЩЕНИЕ** - действительно непосредственная связь сознания с внешним миром, превращение энергии внешних раздражений в факты сознания - в информацию.

**ПАМЯТЬ** - процессы организации и сохранения прошлого опыта, позволяющие его повторное использование в деятельности или возвращение в сферу сознания.

**ПОДСОЗНАНИЕ** - собирательное понятие, означающее различные неосознаваемые системы психики.

**ПСИХОЛОГИЯ** - наука о закономерностях развития и функционирования психики как особой формы жизнедеятельности.

**РОЛЬ** - социальная функция личности; соответствующий принятым нормам способ поведения людей в зависимости от их статуса или позиции в обществе, & системе межличностных отношений.

**РАЗУМ** - тип работы мышления, при котором происходит глубокое и обобщенное схватывание единства противоположностей, позволяющее постичь различные стороны объектив их несходстве, взаимопереходах и сущностных характеристиках.

**САМОСОЗНАНИЕ** - высший уровень развития сознания - основа формирования умственной активности и самостоятельности личности в ее суждениях и действиях.

**СОЗНАНИЕ** - высший уровень психического отражения и саморегуляции.

**СОМНЕШИЕ**- неадекватное, тягостно-тревожное переживание нравственно-этического, ипохондрического и пр. содержания не соответствующее реальной и возможной неприятности или беде.

**СПОСОБНОСТЬ**- индивидуально-психологические особенности человека, выражающие его готовность к овладению определенными видами деятельности и к их успешному выполнению.

**СТЕРЕОТИП**- относительно устойчивый и упороченный образ социального объекта - группы, человека, событий, явлений и пр., складывающийся в условиях дефицита информации как результат обобщения личного опыта и представлений, принятых в обществе (нередко предвзятых).

**ТАЛАНТ** - высокий уровень развития способностей, как правило, специальных.

**ТЕЛЕПАТИЯ** - явление передачи на расстоянии - без помощи достоверно известных науке способов общения - информации о состоянии одного человека другому или же каких-либо мыслей и образов.

**ТОЛПА** - бесструктурное скопление людей, лишенных ясно осознаваемой общности целей, но взаимосвязанных сходством эмоционального состояния и общим эффектом внимания.

**ТРЕНИНГ** (социально-психологический) -область практической психологии, ориентированная на использование активных методов групповой работы с целью развития способности адекватного и полного познания себя, других людей и отношений, складывающихся в ходе общения.

**УБЕЖДЕНИЕ** - осознанная потребность личности, побуждающая ее действовать согласно своим ценностным ориентациям.

**УМ** - обобщенная характеристика познавательных возможностей человека.

**УПРАЖНЕНИЕ** - повторное выполнение действия с целью его усвоения.

**ХАРАКТЕР** - совокупность устойчивых свойств индивида, в которых выражаются способы его поведения и эмоционального реагирования.

*ЦЕЛЬ* - осознанный образ предвосхищаемого, желаемого результата, на достижение которого направлено действие человека; заранее мыслимый результат сознательной деятельности.

*ЧЕЛОВЕК* - существо, воплощающее высшую ступень развития жизни на Земле, субъект общественно-исторической деятельности.

*ЭМОЦИЯ* - психическое отражение в форме непосредственного пристрастного переживания жизненного смысла явлений и ситуаций, обусловленного отношением их объективных свойств к потребностям субъекта.

*Я (ЭГО)* - сфера личности, характерная внут- ренним < ем приспособления личности к реальности.

Дорогие читатели, на этом позвольте мне закончить сухое, научно-логическое повествование и разрешите общаться с вами обычным языком домашнего использования.

И сразу разъясню свою позицию. Я считаю, что любая книга - это теоретическая информация. Так вот, в этом пособии все 100% информации я дал. Единственное «но»: я предлагаю считать ваше обучение пространственным. То есть растянутым во времени и пространстве. Это значит что вам придется время от времени откладывать книгу и заниматься ПРАКТИКОЙ для того, чтобы понять полностью, о чем идет речь. Проверить я это не смогу, просто доверяю вам. Заранее благодарю.

*Уважаемый читатель!*

*Эта книга написана с целью поддержать твоё стремление к саморазвитию и самопознанию.*

*Для того чтобы быть эффективным, необходимо менять некоторые свои установки и утверждения. Сделать это очень непросто.*

*Предыдущий опыт будет тянуть обратно.*

*Помни всегда:*

*мне важен твой успех и твоё качество жизни.*

Эту книгу я посвящаю:

В первую очередь моим близким - *моей семье*. Только благодаря вам, милые мои, вашему терпению и пониманию этот мир для меня становится лучше, ярче, духовно насыщенной, а самое главное - мудрее. *Своим Учителям:*

Мирзакариму Норбекову - за развитие силы тание характера Победителя, за привитие навыков видеть и отличать правду от лжи.

Робину Шарма - автору международного бестселлера «Монах, который продал свой "феррари"» и великолепному тренеру за ту глубочайшую мудрость и искреннюю поддержку, которую я получил от него при моих первых самостоятельных шагах в бизнесе.

Бодо Шефферу, немецкому миллионеру, за знания о природе денег. Сразу, конечно, до меня «дошло». Но время делает свое.... И постепенно я меняю отношение к этому инструменту социального мира.

*Друзьям:*

За то, что перед вами можно быть естественным. Тем более уж вы-то знаете меня как облупленного с детских лет. И это очень ценно для меня.

*«Открытому Форуму» за новые возможности. Всем моим выпускникам:*

Спасибо за работу над собой, за ваши результаты, за упорство и целеустремленность и терпение при общении со мной.

*Тебе, дорогой мой читатель:*

За то, что ты есть и идешь со мной рядом на Пути познания себя, за то, что ты ищешь и чувствуешь, что мир устроен по-другому.

Я хочу показать всем вам свою дорогу к раскрытию таланта и феноменальных качеств.

воли, тяги к прекрасному и истинному, за воспи-

Это требует холодного ума, горячего сердца, чистоты души и моментальных перемен.

Если вы пока не готовы, то нам не по пути\*

Я не буду вас уговаривать. Я буду вас ждать.

Это толчок для тех, кому дорога жизнь и кто ценит каждое неповторимое ее мгновение.

Начнем!

Я, Максим Сумароков, родился в степях Маньчжурии. Как вам известно, воины Маньчжурии были самыми лучшими учениками Верховного ламы Тибета и его преданными соратниками, не бросившими его в дни китайских потрясений. Место моего рождения наложило отпечаток на всю мою жизнь. Благодарю своих военных маму и папу. Пока они обустроивали свою молодую жизнь в забытом Богом гарнизоне, я до трех лет воспитывался в глухой забайкальской деревне у целительницы-ведуньи, которая, в свою очередь, по совместительству была моей родной бабушкой. До обычной советской школы было три месяца детского сада, откуда меня благополучно спланировали другой бабушке и дедушке с формулировкой «неуправляемый» и «избалованный». Затем были студенческие годы, закончившиеся солдатской службой. Потом поступление в военный институт. Это первое высшее образование. Восемь лет отслужил в Вооруженных силах РФ. В период службы судьба свела с одним из Учителей. И то, что было заложено в меня моей незабвенной бабулей, в течение нескольких лет начало под его руководством приобретать какие-то формы более-менее нормального «зрячего» человека. Хотя, по мнению Учителя, из меня выйдет толк, только если каждый день на протяжении 100 лет бить по дурной голове большой палкой. Но, я думаю, он *лукавит* и где-то в глубине души Очень любит меня. Восток дело тонкое. По его же настоянию я получил второе высшее образование и стал педагогом-психологом. Сейчас в моем Личном активе несколько изобретений и ряд научных статей в очень нудных и неинтересных журналах, которые читают люди, неистово верующие в то, что они разбираются во всем на свете, короче - профессионалы от науки.

В настоящее время я принимаю участие в работе, которая, я знаю, приведет к научному открытию. Суть этого открытия в двух словах: показать человеку, что он может реализовать себя как личность в этой жизни в достаточно короткий срок.

Веду тренинги в США, Израиле, Германии, Прибалтике, России. И наконец-то пишу книгу. Пора в путь.

1998 году мне впервые сшили смокинг на заказ. Он был очень красивый, и мой Учитель впервые похвалил меня, сказав: «Какой краси-смокинг пошили этому балбесу». И 2000 году у меня родилась дочь, и Учитель

Второй раз похвалил меня, сказав: «Хоть что-то у этого дуралея получилось».

К чему это я?

Книга написана с применением восточной системы обучения, или, по-научному, с применением метода «психологических качель». То есть дедовский метод кнута и пряника.

Извините, по-другому - не работает. По себе знаю.

Я буду вас немножко ругать и совсем чуть-чуть хвалить.

Заранее прошу прощения у очень обидчивых.

Если вы в глубине души знаете, что достойны большего и желание получить это еще не угасло, то эта книга для вас.

Эта книга для тех, кто к чему-то стремится в жизни, чувствует свою неповторимость, для тех, кто знает, что пришел на эту Землю для великих свершений.

Эта книга для тех, кто еще не имеет Успеха, но целенаправленно идет к нему.

Эта книга для тех, кто уже знаком с Успехом, но временно потерял его и теперь ищет причину своей неудачи. Ведь это случается с каждым из нас.



Эта книга для тех, у кого есть Успех, - она поможет превратить твой Успех в систему и усилить его.

Если ты еще с детства чувствовал в себе талант или это открылось только сейчас, то отбрось страхи и стань таким, каким тебя создал Г'бсподь, или природа, как угодно. По образу и подобию.

Знаешь, милый читатель, самое неблагодарное дело - это обучать очень грамотных, иногда с двумя «верхними» образованиями, ну очень умных и всезнающих, то есть таких, как Я сам, то есть ТЕБЯ.

Почему? Да потому, что мы - опытные, пожившие и познавшие и счастье, и невзгоды. До таких людей очень трудно донести что-то новое. Трудно, но можно. Как говорится в народной поговорке: «Надежда умирает последней!» Рискнем?!

В этом руководстве пойдет речь о развитии феноменальных качеств, таланта, гениальных способностей. Здесь нет никакого чуда или мистики, а есть очень старые знания, которые сейчас открывают нам свой истинный смысл, достижения современной науки и новый взгляд на события в жизни.

Если ты не собираешься стать ГЕНИЕМ, ПОВЕЛИТЕЛЕМ И ВЛАДЫКОЙ своей судьбы - до свидания.

Спасибо за честность.

Всем остальным - здравствуйте и удачи вам на пути к себе!

Максим Сумароков

## **ПЕРВОЕ ПРАКТИЧЕСКОЕ УПРАЖНЕНИЕ**

*Упражнение состоит из двух одинаковых частей для того, чтобы исключить случайность. Когда наконец-то сдал эти строки в издательство, на дворе стоял 2006 год. Я выбрал две случайные цифры из шкалы чисел от 0 до 9. Одну из них я назвал верной, другую - ложной (неверной).*

*Я не знаю, когда вы читаете эту книгу...*

*Вам предстоит определить эти две цифры, которые Я выбрал. Как? Предупреждаю: это о-о-очень сложное упражнение для тех, у кого техническое образование, и тех, кто работает бухгалтером или юристом. Проверено на практике неоднократно.*

*Как это сделать? Попробуйте представить, почувствовать, что я ощущал в тот момент, когда определил цифры для вас. Сосредоточьтесь на своих ощущениях, чувствах, переживаниях. И теперь то, что вы почувствовали, выложите на бумагу.*

*Сами слова - верная и ложная - никакого смысла не имеют. Они просто призваны запутать вашу логику. Когда логика как следует запутана, начинается все самое интересное.*

*Сначала запишите в одну строчку десять цифр, в произвольном порядке, так, как вам кажется наиболее оптимальным. Затем на строчке ниже оставьте только семь, на ваш взгляд, более подходящих цифр. Потом, еще на строчку ниже, отбросьте еще две самые безобразные, на ваш взгляд, цифры и оставьте пять кандидатур. Потом оставьте три. Выкиньте еще одну, ту, которая вам меньше остальных нравится. И наконец, выберите ту из двух оставшихся, которую, как вы считаете, выбрал я.*



*Пожалуйста, выбирайте цифры не думая, методом ляпа, или тыка. Критерий отбора цифр строго субъективный. Если начнете думать, то включится логика, а это сейчас совсем некстати. И опасайтесь заранее выбранных цифр - это дата моего рождения, это число дьявола, а это номер кабинета в поликлинике, где сидит мой участковый терапевт...*

*Вы ведь не знаете, верная она или нет, просто вы ее когда-то уже выбрали. А теперь у вас вокруг нее лоббистский комитет, который помогает кандидату стать депутатом. И он в настоящий момент проталкивает эту цифру, как закон в Думе. Это я про ваши мыслительный процесс.*

*Пожалуйста, прямо в книжке.*

*Пример:*

*И повесьте на нее ярлык, какая она - верная или ложная? Впишите цифру в рисунок.*

*Теперь вторая часть упражнения:*

*сделайте то же самое для второй цифры и выберите для нее ярлык (верная или ложная).*

*Подскажу: это разные цифры*

*Цель упражнения не в том, чтобы уличить вас в отсутствии развитой интуиции, а в том, чтобы увидеть, как мы на самом деле принимаем решения, которые потом влияют на нашу жизнь.*

*Удивительный факт!*

*Исходя из опыта моей собственной многолетней практики:*

**Выбранная тобой цифра будет выброшена на предпоследнем или на последнем этапе в этом упражнении.**

*Представляете? Среди десяти цифр искомая присутствует. Когда вы оставляете семь - она есть. И среди пяти тоже. Она, как правило, даже*

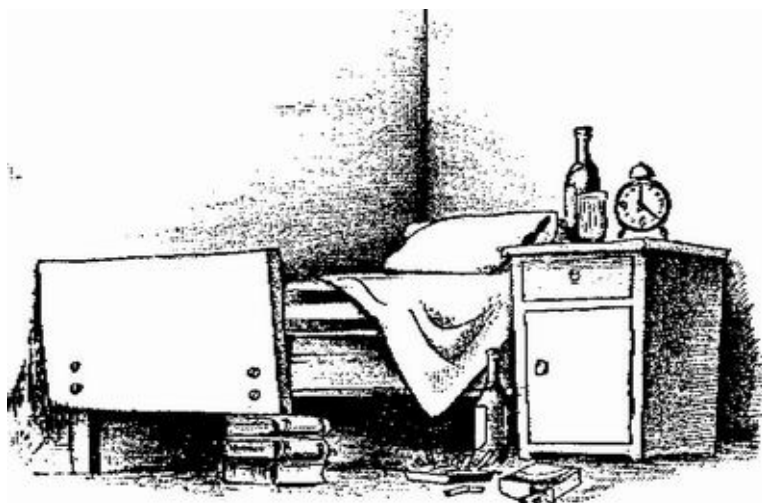
**М. Сумароков**

*попадает в тройку. А вот потом человек ее почему-то бракует. Почему?*

*Это упражнение называется «Как женщины выходят замуж?». То есть когда вы, милые дамы, мучаетесь вопросом, от кого из двух ухажеров принять руку и сердце.*

**ПРИНИМАЯ ОКОНЧАТЕЛЬНОЕ РЕШЕНИЕ - ВЫ ОШИБАЕТЕСЬ!**

*А потом начинается... «Я тебе все самое ценное отдала, ты мою жизнь загубил, мерзавец, будь проклят тот день, когда... Г'бворила же мне моя мама...»*



В утешение слабому полу могу сказать, что ответа на вопрос «Как мужчины женятся?» наука пока ответа дать не может. Это вообще за гранью какого-либо понимания. Мужчина - он же как автобус...

Сначала его долго ждешь. Потом он приходит, но всегда не тот, которого ждешь.,.

Ответ на это упражнение вы найдете на одной из страниц в этой книге. Йе? Я и сам пока не знаю. Но точно не там, где будете искать: не здесь, не в конце и не в разделе

«Ответы к упражнениям». Такого раздела вообще нет. Просто в какой-то момент вы дочитаете книгу до того места, где будет ответ. А за несколько страниц до этого я предложу вам еще раз сделать это упражнение.

Тем самым вы проверите себя на интуицию, меня на «вшивость» и как минимум развлечетесь. Хотя читающие эту книгу только для развлечения просто не представляют, с какими мощными ресурсами они развлекаются.

Я попробую сделать так, чтобы развлекающихся было как можно меньше. Они будут отсеиваться по ходу чтения. Если в какой-то момент вам станет скучно<sup>1</sup> то, значит, вам пора... То есть мне кажется, что вам пора закрыть книжку и положить ее туда, где у вас лежат остальные недочитанные книжки. Допустим, у одной из ножек кровати.

В этой книге вообще все старательно запутано. Можно подумать, что автор конкурирует с детективами и специально изъясняется почти понятными загадками.

На самом деле это не книжка такая, а такая система обучения: занять чем-то вашу логику, ваш интеллект. И пока он занят, незаметно сунуть вам ДРУГИЕ ЗНАНИЯ. А то ваш интеллект почему-то уверен, что всё знания предназначены только для него одного, а весь «остальной ВЫ» знаний не заслуживает.

Классический пример - управление машиной. Ученик все делает головой. И едет как «чайник». Как только он научается отключать голову от процесса вождения, руки и ноги «сами» отлично водят машину.

***Участие думающего интеллекта в процессе принятия решения о нажатии ногой на педаль тормоза опасно для вашего здоровья.***

Должен выработаться автоматизм реакции, то есть рефлекс!

Вообще о роли этой «думалки» в вашей жизни **мы** еще поговорим, а сейчас обратим внимание **«на»** систему обучения.

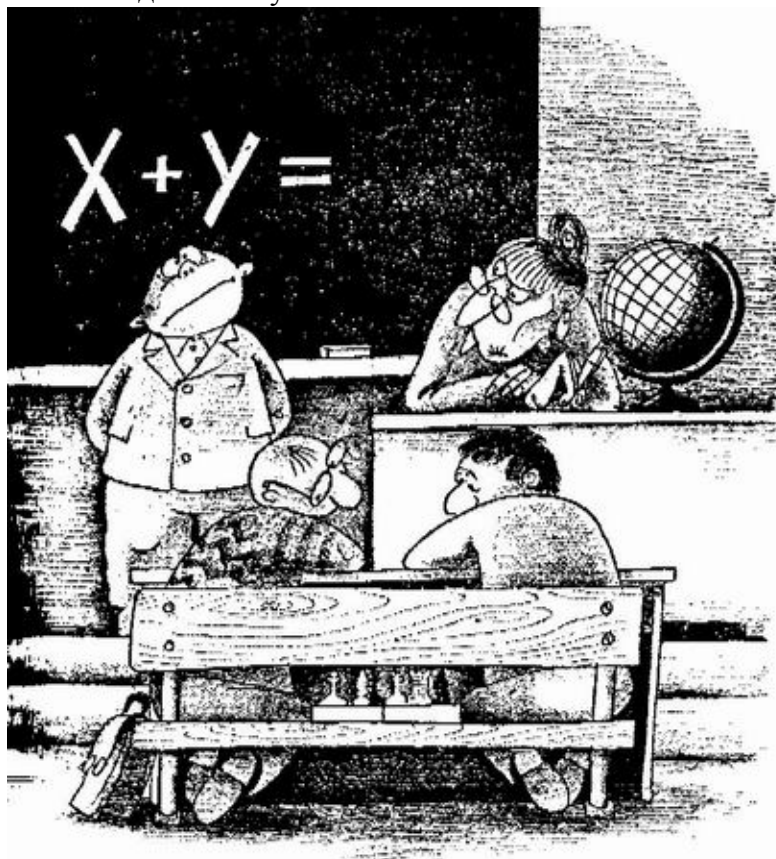
Так что самое время разобраться, что же у нас тут с вами происходит.

Что такое метод ускоренного обучения? Это когда логике задается задача, как минимум, с думая взаимоисключающими решениями-ответами. Наступает короткая фаза неопосредованного восприятия мира, и информация оседает в памяти без искажений. Книга будет заводить ваш мыслительный процесс в тупик. И новые знания вы без осмысления и сразу же положите в копил очку, без отбора - это мне надо, это не надо, это я запомню, это не запомню, этим **Я** пользуюсь, этим не пользуюсь, в это верю, в это не верю.

***«Великие дела надо совершать, а не обдумывать бесконечно».***  
***Гай Юлий Цезарь***

Общепринятая система предполагает, что если ты правильно ответишь на вопрос и выполнишь задание, то получишь такой-то балл. Так Или нет?

Как давно вы учились? Вспомните.



Помните, как у Пушкина: «Мы все учились понемногу. Чему-нибудь и как-нибудь»?

Самое время обобщить пройденный материал.

Вспомним наш жизненный ПУТЬ.

Мы родились, пошли в садик, потом в школу. Затем пошли в институт, в университет, на работу, еще куда-то. Все наше образование, вся наша сознательная жизнь построены на социальном интеллекте.

Мы изначально предполагаем, что у нас есть интеллект. В целом ряде случаев это даже верно. Значит, его необходимо развивать.

Этот путь - назовем его **Путь № 1** - четкий, понятный, здесь есть конкретные вопросы, конкретные параграфы, которые нужно выучить, конкретные экзамены, конкретные даты. Здесь все сделано так, чтобы

интеллекту было комфортно. Он любит ясность.

***Университет развивает все способности, в том. числе - глупость.***  
***Антон Чехов***

Интеллекту так, конечно, комфортно. Только в результате подобной системы обучения из нас получаются идеальные исполнители чужих заданий. Мы удобны. Сначала выполняем задания, данные учительницей. Потом преподавателем вуза. Потом начальником на работе. А если бизнес, то задания дает заказчик.

Вроде бы все нормально. Но по этому пути мы идем под вечной угрозой наказаний, разочарований, стрессов, неудач, плохих отметок (папа, мама узнают, будет скандал) и выплаты неустоек - я сейчас просто перечисляю, у кого что могло быть. Одним словом - бегство от возможных проблем.

Подобных проблем на самом деле избежать невозможно. Они заранее распределены по всей длине жизни. Но жизнь заранее предупреждает об их существовании, и знаки о них есть на каждом шагу. Будешь плохо вести себя в садике, отругают. Будешь плохо учиться в школе, не поступишь в вуз. Не поступишь в вуз, пойдешь в армию. Поступишь, но будешь плохо учиться -

Тоже в армию. А в армии та же система обучения, только строже. А принцип тот же:

**Выполняй чужие задания - и получишь награду + следующее задание.**

**Не исполнишь - наказание + повторное выполнение старого задания.**

И так без конца.

И что характерно, угрозы наказания с каждым уровнем становятся все страшнее. Если школьнику за плохо сделанное задание грозит двойка, то его учительницу, если что не так, увольняют с работы. Начальника понижают в должности. Большому начальнику грозят судом.

А уж возможные неприятности бизнесменов лучше на сон грядущий не перечислять. Зачем быть богатым, когда с тобой такое может случиться? Избежать проблем богатых очень легко. Нужно не быть богатым. «Богатые тоже плачут» - *рот* главное утешение вечных исполнителей чужих заданий. Знакомая фраза? Это тот же са-'мый бесконечный сериал.

Отсюда, как следствие, хотим мы этого или нет, - **укрепление рефлексорного страха к л ю-бым переменам, к движению вперед**. Так получается. Нас учат с детства, что надо бояться новых действий и связанных с ними трудностей, воз-ложных страданий. Реализация личности - через неверие в свои силы. Абсурд! Поэтому нам жизненно необходимо уничтожить это подсознательное Искусственно-рефлексорное неверие в свои силы.

Логика при столкновении с трудностями делает вывод: лучше не двигаться дальше, потому что чем дальше, тем страшнее. И так вполне нормально, не хуже других...

У нас с вами внутри сидит, на клеточном уровне, в крови, с молоком матери впитанная, рефлексорная ненависть к сверхчеловеку, сверхкачеству, собственному свободному таланту. Мы можем ее не осознавать, можем осознавать, можем верить, можем не верить в ее существование. Но она в нас все равно сидит.

И часто выдает себя за инстинкт самосохранения. Открыть собственный бизнес, скажем, или переехать в другой город так же страшно, как и прыгнуть вниз головой с обрыва. Хотя действия все-таки разные.

И это при том, что интеллект в этой системе развивается отлично. Исполнители бывают умными образованными людьми. Попадают даже приятные в общении. Они выполнили невероятное количество заданий, с ними удобно, им есть что рассказать, и они хорошо умеют слушать.

***Служить бы рад, прислуживаться тошно.***  
***Александр Грибоедов***

А вот их руководители - тупые и ограниченные люди. Квадратного уравнения решить не могут, так как сами абсолютно квадратные. Даже В школе нормально учиться не смогли. Интеллект - около нуля. Про курсовые и дипломные работы я ужине говорю. В исполнители эти люди не годятся. Но оказывается, **развитый интеллект не гарантирует успеха и необходимым условием для успеха не является**.

Хотя сам по себе интеллект бывает полезным. Да что я вам рассказываю! Мы же умные, образованные люди.

Переходим к рассмотрению пути обучения номер два.

Путь № 2 - это путь озарения.

Это такое мгновенное обучение, без ступеней. Обучение вдруг. Моментально, сразу и все. Без осмысления и логического объяснения.

Путь озарения тоже имеет свою систему, но нет тут ни контрольных вопросов, ни экзаменов, и даже диплом не всегда дают. Обучение озарению - это путь развития интуиции, когда я не знаю, что мне нужно выучить, и никто мне никогда не скажет, что именно во мне изменится. На этом пути можно предполагать только срок развития качеств и то не всегда.

**ЭТО ТВОЯ УЧЕБА, ВОТ ТЕБЕ КНИЖКА, экзамены тогда-то, вопросы такие-то.**

**В реальной жизни такого не бывает. НЕ БЫВАЕТ!**

Я постоянно задаю вопросы одному из своих Учителей:

- Когда вы учить меня начнете? Он мне всегда отвечает:
- Не знаю, посмотрим... Может, вечером.
- Ну когда, когда покажете конкретное упражнение?
- Не знаю, давай позже.

И только потом доходит: ё-моё, учеба-то идет!

Путь озарения - это, как правило, обучение через чувства и ощущения. Здесь есть только направление. Стоит флажок, и написано: ИДИ ТУДА!

Развитому интеллекту на этом пути будет мучительно скучно. Хотите попробовать?

Кто это уже делал, может постоять в сторонке и понаблюдать, а все остальные делаем вместе дружно:

### **УПРАЖНЕНИЕ:**

*Сели удобно, закрыли глаза. Ждем озарения! То есть сидим и ждем, когда осенит чего-нибудь ценное.*

Ну вот и славно. Много времени, надеюсь, не ааяло. Могу поспорить на что угодно, что многих осенила одна и та же мысль. И произошло это **на** первой, ну максимум на второй минуте сидения. Мысль на самом деле ценная. Глубокая мысль, касающаяся самых основ личности. Не мысль, а просто однозначное руководство к действию. Словами она выражается просто:

**-ХВАТИТ СИДЕТЬ!**

«Хватит сидеть» - это чувство. Оно возникло. Вслед за ним возникло его интеллектуальное оправдание. Хотя оправдывать чувство никто не просил. «Хватит», потому что нога затекла, голова чешется, ребенок не кормлен, срочно надо позвонить другу, да и вообще - вид у меня дурацкий...

Все это соображения. И подобные соображения выдает интеллект.

Груженному образованием интеллекту просто стало скучно. Вроде образованный, а ведет себя, как ребенок - двух минут в покое посидеть не может. С таким по пути озарения далеко не уйдешь. Поэтому...

***Ни один из этих двух путей не будет у нас лидирующим.***

Наша с вами задача - оказаться посередине. Взять лучшее из пути № 1 и лучшее из пути № 2.

***Усилие есть необходимое условие нравственного совершенствования.***

***Л.Н. Толстой***

Наша интуиция может отражаться и в инстинктах, и в интеллекте, и в информации, которую мы получаем. Все, что необходимо, - это их уравновесить.

Ведь что получилось? В качестве побочного эффекта от первого пути (садик - школа - институт) в нагрузку к мощному интеллекту мы получили инстинкт исполнителя-неудачника. Мы постоянно ждем от кого-то заданий и без заданий чувствуем себя неуютно.

Более того, если человеку дать задание, но не поставить сроков и не пригрозить наказанием за невыполнение, работа сделана вообще не будет. Причем по тысяче «совершенно не зависящих от вас» причин. В результате способный и образованный человек постоянно инстинктивно ищет себе неприятностей - чужих заданий, за неисполнение которых его будут ругать.

Мы натренировали инстинкт неудачника! У нас нет инстинкта Победителя, потому что мы вечно заняты избеганием проблем. Вместо того, чтобы решать их, мы тренируем страх и неуверенность. Общепринятая модель обучения даже у прирожденных лидеров нагоняет страх и неуверенность в собственных силах. Согласитесь, современный лидер склонен к ним.

Нам с вами надо стать истинным Лидером. А для этого надо забыть про инстинкт неудачника. Перестать его тренировать. Чтобы он сдулся, как мышца без тренировки. Будем учиться и получать удовольствие, которое ждет нас на пути № 2. Будем работать и развивать чувства и ощущения.

Мы с вами будем развивать чувства и ощущения, а существующую на клеточном уровне ненависть к развитию будем убирать. Чтобы у нас появился стимул к развитию со знаком «плюс». Чтобы наш организм, наше сознание, наше подсознание, каждая наша клеточка

стремились получить удовольствие и выйти на путь созидания. Чтобы мы с вами могли обучаться путем озарения. У вас когда-нибудь было озарение?

Вселенная каждому дает почувствовать это. Например, вы знаете что-то, хоть никогда об этом не читали, а только через месяц на глаза попадается книга, подтверждающая верность вашего знания. Было такое с вами?

Еще проще... То, что вы читаете сейчас, вы раньше где-нибудь читали? Очень может быть, что и да. Но даже тогда вы ощущали, что все это вы и так знаете? Было такое? Откуда такая уверенность?

Никто ведь вам лекций с кафедры не бубнил. Вы сначала чего-то такое сами поняли, а потом на лекции стали ходить, книжки всякие читать, в том числе и пособие по развитию интуиции. Если бы вы сами не пришли к знанию того, что все сказанное выше - правда, вы бы эту книжку до этой строчки не дочитали. Она бы произвела на вас такое же впечатление, как университетский учебник физики на студента литературного института.

*Удуши, как и у тела, есть своя гимнастика, без которой душа чахнет, впадает в апатию бездействия.*

**В.Г. Белинский**

А раз дочитали, значит, в вашей жизни это все уже есть. Осталось только убрать из жизни всю шелуху. Правда, это сделать не так уж просто. Потому что нет гарантий - сделай так и так, получишь это и это. Такая гарантия может быть только на первом пути, а мы там уже были, мы так уже жили.

У великих людей, которые влияли на развитие цивилизаций, не было никаких гарантий. Они совершали свои великие дела, потому что знали, что будет так, как они хотят, и гарантия им была не нужна. Они знали то, что будет при их жизни.

А вы знаете, что при вашей жизни будет? Не знаете. Почему не знаете? Потому что изначально человек живет по законам социального мира. А законы эти созданы специально для того, чтобы вы совершенствовались не как творец, а как исполнитель. По принципу «лишнего вам знать не надо».

Если мы с вами разовьем интуицию, если будем владеть информацией, уже не нужно будет ничего делать. Ни планировать, ни контролировать, ни подстраховывать, ни связывать, ни держать в поле зрения - это все будет не нужно. Потому что все будет складываться само собой. У человека, как вы знаете, пять основных чувств.

Интуиция - шестое чувство.

Так вот, когда шестое чувство восстанавливается, человек становится создателем своей **судьбы**. Ваше пожелание добра кому-то начинает приносить добро этому человеку. Иногда это даже пугает. Потому что это - **новое** состояние!

**Это жизнь личности, жизнь индивидуальности!**

Как найти такое решение, чтобы ваш КПД жизни умножился, за что бы вы ни взялись? Что сделать, чтобы увеличить ваши возможности в тысячи раз как в материальном, так и в духовном мире?

Найти свой Путь - настроить себя на Успех.

За что бы вы ни взялись, это начинает получаться. Вы приходите к цели, находите решение в нужном месте и в нужное время. То есть вы начинаете по-другому планировать свою жизнь.

*Когда человек не знает, к какой пристани он держит путь, для него ни один ветер не будет попутным..*

**Сенека**

Может быть, вы программируете ситуацию в информационном поле, а может, вы видите этот случай в будущем. Суть не меняется, но эффективность вашей жизни увеличивается во

много, много, много раз! Понятно? Вот ради этого я делюсь с вами знаниями, которые передали мне мои Учителя.

*Зазвали как-то приятели одного мужика на рыбалку. Ну понятное дело, ни у кого не клюет, а мужик ловит золотую рыбку. Она ему: «Отпусти, а я тебе три желания».*

*Он: «Ну, Бог с тобой, иди».*

*Рыбка плюхается в воду и изумленно спрашивает: «А три желания?..»*

*Мужик: «Ну, Бог с тобой, давай, говори., свои... три желания».*

Самое время напомнить!

Дорогой читатель - книга написана с применением метода психологических качель. А это значит, что пришло время для первого ВЫГОВОРА или взбучки.

Это книжка - не руководство по развитию интуиции. Это пособие. В чем разница? Да вот в этом-то и разница. Руководить вами легко. Вы натренированы на то, чтобы вами руководили. А пособие - это от слова «пособить», то есть помочь. А помочь вам очень не просто. Потому что трудно помогать человеку, если он сознательно сопротивляется любым переменам и информации, ведущей к ним.

Как можно быть больным, немощным и бедным? Как такое может быть? Объясните? Это насколько же нужно не любить себя, чтобы позволять такое унижение?! Это называется «унижение себя перед самим собой». Это оскорбление себя. Ладно бы за болезни или невзгоды деньги хорошие платили! Ну, хотя бы 1000 у.е. за любой средней тяжести диагноз... Тогда, понятно, был бы стимул болеть. Так ведь не платят!

***Мало обладать выдающимися качествами, надо еще уметь ими пользоваться.***

***Ф. Ларошфуко***

Это у вас что, образ жизни такой? Или вы решили доказать всему миру, что ваш случай уникальный? Или вам кажется, что вы таким образом заботитесь об окружающих, себе, семье? Вы думаете, что все уже исправили и есть просто остаточные явления? Очень смешно.

**-ХВАТИТ СИДЕТЬ!**

Когда начнете жить, руководствуясь знаниями, а не комплексами? Когда начнете работать над собой? И что заставит вас начать действовать?

Осмелюсь предположить - неудобство. Вот вы сели на диван, и вам удобно. И ничто вас оттуда не сдвинет. А вот если там, куда вы сели, оказались гвоздик или лужа, вы мигом предпримите какие-то действия.

Так вот. В этой книге гвоздей и луж для вас расставлено предостаточно/Предупреждаю, вам будет неудобно. Иногда вам будет казаться, что я топчу грязным сапогом все ваше самое чистое и светлое. Иногда буду повторяться и вкрадчивым голосом вещать общеизвестные истины. Ругаться буду. И даже структура этого пособия задумана мною так, чтобы максимально подключить вашу эмоциональность. Ведь по общеизвестной истине человек запоминает только то, что вызвало в нем эмоцию.

Но ради справедливости напоминаю: ХВАЛИТЬ я вас буду тоже!

Привычный порядок написания книг выглядит следующим образом. Сначала автор дает слово своему Учителю, потом представляется сам. Потом вступление. Потом теоретическая часть. Упражнения. Выводы. Заключительная часть. Оглавление.

И все опытные студенты точно знают, что делать. Слова Учителя читают, потому что они в начале. Представление автора читают наискосок. Вступление не читает никто. Теоретическую часть - только самые-самые исполнительные. Упражнения делают все, потому что тут легче всего проверить результат. А правильные ответы ищут через оглавление.

А я уже дал вам одно упражнение, правильного ответа на которое вы по-прежнему ждете. Уже залез немного в теоретическую часть. Вступление вы прочитали, даже его не заметив. Так что сейчас самое время для слов Учителя.



Уважаемые читатели\*

Сегодня у меня очередное радостное событие. Очередной вылет будущего Писателя из нашего гнезда!

Прежде чем его представить, начну, как всегда, издалека. Хочу задать вам один вопрос: вы идеальный человек? У вас есть недостатки? Исходя из своего опыта, знаю, что из тысячи человек, сидящих в зале, двое или трое всегда поднимают руки и говорят: «Да, мы идеальные!»

Правда, обычно это бывают женщины, да и то неоднократно разведенные! Парадокс? Да не-е-ет, просто закон жизни!

Если у вас недостатки есть, значит, вы прекрасный человек - у вас есть над чем работать\* У каждого из нас свой набор достоинств, благодаря которым мы держимся в рядах прекрасных людей. У каждого из нас свой набор недостатков, с помощью которых мы время от времени скатываемся в сторону плохих людей.

А вот бывают те, кто еще ни хороший, ни плохой. Это молодые\*. Энергия кипит, бурлит, из ушей дым валит, огонь, пар! копыта стучат, и искры летят, им хочется рваться в бой! Вперед, вперед! Участвовать в гонках, состязаниях. И слышится гордое конское ржание жеребца с медалями на пиджаке\*.

Мы все рождаемся со своим назначением. Кто-то рождается девочкой, кто-то - мальчиком. До полового созревания мы имеем **относительную** бесполость. А потом наступает время, и потихонечку у этого бесполого существа начинают прорезаться усы, голос из писклявого переходит в рык.

А у этой бесконечно лазящей по заборам и деревьям хулиганки вдруг появляются какие-то округлости, просыпаются первые признаки ума...

Это значит, что наступило время найти свое место в жизни, завоевать место под своим солнцем. И потихонечку бесполоая стая превращается в прекрасных лебедей.

И когда набрано достаточное количество призов, завоеваны территории, накоплены знания и опыт, человек приближается к границе, к которой он так долго шел, к которой так долго стремился.

Это - горы, горы мудрости, которые появляются на горизонте. И, приходя к их подножию, ты бу? дешь грызть каждый камень, лишь, бы подняться еще выше, еще дальше, С каждым подъемом назад оборачиваешься - Боже мой, сколько знаний я раньше не видел! Та тропинка, оказывается, проходила между высоких холмов, а за лесами и морями скрывались луга! Ты смотришь на них с вершины своего опыта, своих возможностей, своего восприятия -и начинаешь заново видеть свой путь...

В начале пути ты заметил только узкое ущелье, думал, как быстрее бы протолкнуться, быстрее дойти до во-о-он того дерева... Подняться до этого холмика, преодолев какие-то препятствия... А на самом деле за этими препятствиями -уходящие во все стороны бесконечные бескрайные знания...

Поднимаясь на эти утесы мудрости, с высоты ты видишь, какие горизонты пропустил/стремясь вперед. Ты пропустил их, так и не побывав там! И эту зону ты пытаешься восполнить с помощью своих учеников.

По сравнению с ними ты ушел достаточно далеко от того места, которое называется «юность», и у тебя нет возможности повернуть все вспять. Тебе опять надо идти дальше! А так хочется - ох, как хочется! - возвратиться назад!

Показывая ученику мир со своей высоты, ты с огромной радостью хотел бы поменяться с ним местами, оказаться на. его стартовой позиции.

На его месте ты ушел бы не вперед, а направо, налево и пошире обхватил горизонт знаний. И ты стараешься поделиться с ними своим опытом. Чтобы они в ту точку, где в данный момент ты находишься, пришли более образованными, более мудрыми]

И потом, когда ты остановишься на склоне этих гор, на склоне, образно говоря, возраста, собравшись с ними вокруг костра, начнешь спрашивать: «Что вы там видели!» А они пытаются узнать у тебя: «А что там, впереди?» Вместе мы сильнее, чем каждый по отдельности! Общее количество знаний куда больше знаний одного человека! Вот поэтому ученики на самом деле являются твоими Учителями!

Дай Бог каждому из вас, дорогие читатели, огромное количество учеников! Чтобы, чем бы вы ни занимались, ваш опыт, ваши знания не ушли с вами. И чтобы вы с гордостью и радостью это наследие кому-то передавали.

Ученики так сильно не похожи друг на друга! Один отличается мудростью, но малой энергией, другой амбициозностью, но недостаточным знанием, третий - ходячая энциклопедия, и при этом - никакого желания поделиться с другими!

Каждый ученик - это целый мир. наставник является ювелиром, а его алмазы - его ученики. У каждого алмаза свой вес, свой объем, свой след, свой изъясн!

Алмазы без изъянов встречаются в природе достаточно редко! Находишь алмаз без изъяна, а он еще маленький! Находишь огромный алмаз - чистейший, аон с трещинкой! И ты знаешь, что и ты когда-то был таким же алмазиком в руках своего наставника.

И теперь уже твоя задача дать огранку этому ученику. Убрать именно те участки, в которых есть трещинки, чтобы в этом бриллианте осталась только самая лучшая часть - вот это и есть труд наставника.

Один ученик может с одного угла засверкать, другой - с другого. А моя задача - опираясь на тот участок, в котором заключены его лучшие черты, благодаря которым он движется в жизни, - расширить и другие его грани!

А теперь позвольте представить вам наш очередной ученический дебют. Дебют безгранично энергичного ученика. Вечного непоседы, вечного возмутителя спокойствия. Новый Писатель родился! Каков его труд, какова его работа - вам судить! Первая работа любого писателя - это смесь первой любви, первого поцелуя с первым блином!

И если вы увидите здесь первую трепетную любовь, значит, это так. Если же ком - значит, это тоже так!

Эта книга с таким трудом рождалась, с такими боями! Она была переписана много раз. Было много «драк», слез, обид! Роды, особенно первые, всегда сопровождаются длительным токсикозом, психозом, муками. Но самое главное - первенец родился!

Жду от Максима еще много-много трудов, которые сохранятся тысячи и тысячи лет! А сохранность книги зависит от ее полезности. Желаю ему от всего сердца еще больше мудрости, еще больше знаний, еще больше поиска и - самое главное - служения людям.

Разрешите с гордостью представить вам своего ученика - Максима Сумарокова!

Дебют!

Искренне ваш, Мирзакарим Норбеков

Современный человек живет в условиях диктатуры собственного интеллекта. Изначально интеллект был инструментом. Одним из инструментов. Когда нужно - пользуемся, когда не нужно - нет. Но впоследствии интеллект захватил власть. Как, например, армия или спецслужбы в какой-нибудь далекой банановой республике.

Из инструмента он превратился в диктатора. Теперь все происходящее проходит через его жесткую цензуру, все ресурсы направляются на его развитие, и вообще - все для фронта, все для победы!

Интеллект сам себя убедил в собственной абсолютной значимости и лезет туда, где он совсем не нужен. Он поставил знак равенства между собой и вами. На самом деле он - НЕ ВЫ, он ВАШ!

Вы можете двигать рукой, а можете не двигать. Но если рука захватит власть над вами, то вы будете махать этой рукой 24 часа в сутки без перерыва. Вам будет казаться, что весь смысл вашей жизни в этом махании. И не казаться, а именно так и будет.

Наша задача - вырастить здоровую и сильную оппозицию диктатору. Его нужно поставить на место. Он должен служить вам, а не вы ему. Кто составит эту оппозицию? Те, кто больше всех страдает от нынешнего режима. Это чувства и ощущения. Они есть, они давно сидят в глубоком подполье и потихоньку, исподтишка занимаются мелким вредительством. Ничего другого им не остается.

Все болезни от нервов. Это, я думаю, для вас не новость, это уже стало поговоркой. А что такое нервы? Это те самые чувства, которые не смогли до вас достучаться, поскольку вы заменили себя собственным интеллектом и просто не слышите, что они вам говорят. Вот они и вынуждены заниматься подрывной деятельностью. Портят сердце, портят кишечник, глаза, кожу и прочие жизненно важные органы.

А мы на это как реагируем? Правильно, таблетками. Травим недовольных диссидентов химическим оружием.



Таблетки, кстати, придуманы интеллектом. Обычный интеллектуальный подход: если организм отказывается производить, например, какой-нибудь кальций или растит ненужную опухоль, то кальция добавим снаружи в виде таблеток, биодобавок и т. д., а опухоль удалим оперативным путем.

В древности медицина была другой. Врачи вели себя иначе. У них не было компьютеров, у них не было рентгена, ничего у них не было! Зато у них был другой взгляд на человека. Не математический. Например, у пациента можно было спросить, что ему снилось сегодня ночью, и по сну определить, чем же он болеет.

Представляете, если врач в ответ на ваш слезоточивый рассказ о вашей любимой больной печени спросит, что вам снилось? Вы сразу же поставите этому врачу диагноз. Потому что в настоящий момент вы - это интеллект. А он всегда все знает. И с его точки зрения связи между печенью и сновидениями нет и быть не может.

много - убрать, где мало - добавить. Плюс, минус - математика. А математика - она вся продукт интеллекта. Чувства вопросов про дважды два не задают.

*Каждый человек - алмаз, который может очистить себя. В той мере, в какой он очищен, через него светит вечный свет. Стало быть, дело человека - не стараться светить, но стараться очищать себя.*

*Лев Толстой*

*Анекдот*

**Направил Бог-отец Иисуса Христа поработать в поликлинику.**

**Вот сидит он в кабинете в белом халате, и к нему завозят пациента на коляске.**

**- Что у вас?**

**- Да вот, ноги не работают**

**- Тогда встань и иди**

**Выходит бывший калека в коридор. Его спрашивают:**

**- Ну, как новый врач?**

*-Как, как?! Да как все! Даже не выслушал!*



задача - совершить РЕВОЛЮЦИЮ СОЗНАНИЯ.

Я залезаю на броневик, засовываю большой палец левой руки в карман жилетки, правую протягиваю вперед и вверх и произношу программную речь: «Революцию будем совершать осторожно!»

Наша цель - не уничтожить врага, а просто поставить его на место. Мы не хотим лишиться такого важного инструмента, как интеллект. Мы не станем безумными. Но чуть-чуть сумасшедшими стать придется. Чтобы вырваться из проявлений слепого, вы обязаны быть с точки зрения обычного среднестатистического обывателя психически нездоровым человеком.

«Революцию **будем совершать** осторожно!»

Потому что психическим здоровьем современное общество называет состояние полной чувственной инвалидности. Но мы хотим иметь право по своему желанию пользоваться и другими инструментами, данными нам самой природой. Чувствами и ощущениями.

Чем отличается человек от сверхчеловека? Правильно - способностями!

Они даются от рождения и реализуются сразу или приобретаются со временем? Есть люди, которые видят и прошлое, и будущее, и настоящее, которые лечат руками, могут найти человека по фотографии и без нее, производят секундные вычисления огромных и сложных чисел в уме.

Этих людей общество называет лидерами.

**Лидер обычный** - это тот, кто совершает действия, поддерживает, планирует, возглавляет, ведет за собой, контролирует, вдохновляет, регулирует, назначает, отвечает за людей - то есть совершает какие-то видимые действия.

Посмотрите: есть ли такие личности в вашем окружении?

**Лидер истинный** - это человек, в присутствии которого судьба окружающих его людей меняется в лучшую сторону. Все происходит само собой просто потому, что он находится рядом.

Никаких видимых действий он не совершает!

Есть ли такие люди?

Нам с вами предстоит раскрыть способности истинного лидера. Оцените, ще вы находитесь. Вы уже обычный лидер или еще нет?

Медицина интеллектуальна, образование интеллектуально, вся шкала социальных ценностей построена на интеллекте и для интеллекта. Мы сами создаем законы, по которым живем. А какие законы мы с вами можем создать, если наше самосознание ограничено одной лишь сферой интеллекта и со всех остальных точек зрения мы абсолютно слепы?

Мы с вами - слепые котята. Без интуиции мы познаем мир единственным доступным нам методом - методом проб и ошибок. То есть путем эксперимента, правильно? Наша жизнь - это затянувшийся эксперимент. Сомневаемся, ставим эксперимент. Подтверждается - делаем, не подтверждается - не делаем.

Интеллект там правит бал. Наша

***Верное средство приобрести авторитет у людей - быть им полезным.***

***М. Энбер Эшенбах***

Рассмотрим типологию лидеров. Лидер обычный и Лидер истинный. В чем отличие? И тот и другой знают, чего хотят. Есть рядом в вашей жизни Лидер? Формальный или неформальный - без разницы.



***М. Сумароков***

*Пример:* Может человек быть от природы высоким и здоровым, поднять лошадь от земли одной рукой? Бывают такие люди? Правильно, бывают. А есть такие люди, которые не могут этого делать. Например, я. Ну не гну я подковы, не поднимаю лошадей. Но если я буду тренироваться, я смогу это сделать.

Необходима только тренировка. Сейчас я не могу поднять лошадь, но если родители отведут меня в блимпийскую секцию по подниманию лошадей одной рукой, там меня научат. Может быть, я не выполняю это на уровне олимпийских чемпионов, но я буду ее поднимать, и притом одной рукой. Таких примеров в жизни очень много, и в этом сомнений нет.

Хорошо, объясню еще раз для сомневающихся: бодибилдинг был назван бодибилдингом известнейшим русским атлетом начала XX века Александром Ивановичем Зассом по прозвищу

«Железный Самсон». Это был богатырь от природы, который и лошадь поднимал, и рояль с пианисткой на платформе! Просто он родился с такой феноменальной способностью и особо в жизни не тренировался. А другой человек, семикратный чемпион мира по бодибилдингу, имеющий титул «Мистер Олимпия», родился худым, бледным и болезненным мальчиком. Понимаете мой намек? Арнольд Шварценеггер начал тренироваться только в 14 лет, когда лопнуло терпение от издевательств одноклассников и побоев отца!

Таких примеров много: Брюс Хлебников - сильный от природы, но такие же способности развили в себе обычные люди посредством тренировки.

Значит, верна следующая формула: **Лидер обычный + тренировка = Лидер истинный.**

Но, прежде чем приступить к тренировке, нам с вами необходимо определить свою степень обычного лидерства и убрать всю шелуху в виде неверного представления о жизни и своей роли в ней.

***Как проживешь, так и прослывешь.***

***Народная мудрость***

**Это не опасно, но для некоторых может быть очень болезненно. Запомните: все ложные начинания в жизни разрушатся!**

Вы приобретете силу. Она не бывает плохой или хорошей. Сейчас эта сила будет направляться в сторону созидания вашей жизни. И это разрушит все ложные начинания, даже если вы только ими и жили. Это может не совпасть с тем, что вы делаете в жизни, чем занимаетесь сейчас. Ничего не поделаешь, революция.

Так что, прежде чем раскрыть способности, подумайте. Готовы ли вы к изменениям? А может, вы уже давно идете в правильном направлении. Очень давно. Идете, идете, идете, идете... Правильно идете, но слишком долго. Потому что без компаса, карты и не с той скоростью. Вы продираетесь через кусты, когда совсем рядом есть хорошо утрямбованная десятками поколевши грунтовая дорога.

Новые знания и способности добавят вам сил, и вы узнаете, стоит ли вам продолжать идти или уже пора бежать. Это я вам гарантирую. Хотя гарантии, как я уже говорил, это не наш стиль. Гарантия - это когда вы учите материал и знаете, какую вам за это должны поставить оценку. А в реальной жизни есть гарантия? Правильно - нет.

И когда вы читаете книгу, или учитесь в школе, или проходите тренинг - это жизнь! А она везде одинаковая. И в лесу, и на дачном участке, и в городе, и на той яхте в Атлантическом океане, которая вам пока не по карману. И за кухонным столом, и в зале, где проходит тренинг...

И конечно же там, где вы сейчас читаете эти строки, которыми автор гордится, как трехлетний ребенок, первый раз нарисовавший папу с признаками человека. Всюду жизнь, и всюду работают одни и те же законы.

И все же, уважаемые перестраховщики, я дам вам гарантию. Просто чтобы ваш любимый интеллект перестал нервно вопрошать: «А что же мне с этого будет?»

#### **Гарантия:**

##### **Уровень интуиции поднимется минимум на 50%.**

По статистике мы используем интуицию примерно на 20-40%. То есть количество правильных решений у обычного человека (мужчины) примерно 2-4 из 10. Вот и представьте: если хотя бы половина ваших дел станет верной... Не жизнь, а малина тогда наступит.

Это у мужчин.

С женщинами же все, как обычно, намного сложнее. У женщин количество правильных решений существенно выше. Зато степень реализации намного ниже, чем у мужчин. Вместо того чтобы просто реализовать пришедшее правильное решение, женщины продолжают рассуждать.

И принимают одним махом еще штук десять решений. И пока из всего этого разнообразия выбирают одно, мы, мужчины, оперативно приватизируем то единственно верное решение, воплощая его в жизнь, выдавая его за свое! То есть, милые дамы, просто подворовываем у вас.

Чтобы интуиция начала работать как следует, нужно время. Вот в физиологии для формирования привычки нужно примерно 40 дней. В спорте, чтобы достичь первого результата, необходимо заниматься примерно один год. Так и интуиции необходим примерно год.

Представьте, что все то, что вы разрушаете в жизни, сократится на 50%, а то, что создаете, увеличится на 50%. По-моему, это не просто много, а колоссально много. Только вообразите, что при реализации 50% всех интуитивных решений ваш доход будет составлять больше 2000 у.е. в месяц.

Это для тех, кто пока получает меньше. Для тех, кто получает больше, другая схема. Там идет умножение дохода в несколько раз! Мы еще много будем разговаривать о деньгах, но в свое время...

##### **Так как же привести свой успех к системе?**

Природа благосклонна к тем, кто может заявить о себе. И все это потому, что наш мир - мир сильных, мир Победителей. Закон естественного отбора никто не отменял. Природа заинтересована в том, чтобы выживали сильнейшие.

Поэтому тем, кто добивается поставленных целей, природа дает новую порцию сил для решения более сложных задач. А слабые должны умереть. Это жестокий закон, ко с природой не поспоришь! Глупо.

Если вы заявили Миру о себе как Победитель, вы сознательно поменяли причину со следствием - стали вести себя как человек, добившийся своего и по праву увенчавший себя лаврами Победителя. Автоматически природа замечает вас, открывая практически неограниченный доступ к реальным энергетическим потокам, так как свои мысли вы стали излучать на волне, доступной только Победителям.

*Наблюдение на утреннике в детском саду Дед Мороз дает подарки в первую очередь тем, кто протягивает ручки. Тем, кто стоит в углу и сосредоточенно ковыряет в носу, подарков может и не хватить.*

Из физиологии известно, что реакции льва и кролика отличаются по большому счету только одним - уровнем содержания в крови определенных гормонов - адреналина (гормон страха) и нор-адреналина (гормон силы, победы). В крови человека эти гормоны тоже присутствуют, причем их относительное содержание все время колеблется: то одного чуть больше, то другого.



Если в крови больше адреналина, то клетки, получая этот гормон, снижают свою активность - вы цепенеете. Напротив, после выброса в кровь норадреналина организм начинает работать более мощно и продуктивно. После выброса адреналина человек может сделать что-то сверхъестественное, но его действие краткосрочно - затем следует упадок сил. А вот после воздействия норадреналина все ресурсы организма подключаются, и человек чувствует себя превосходно.

***Будь равным среди первых и первым среди равных.***

## **Остановка**

Давайте остановимся и пройдем маленький тест на мотивацию достижения цели, чтобы оценить количество работы на этом пути.

### **ТЕСТ**

#### ***Шкала оценки потребности в достижении***

Мотивация достижения - стремление к улучшению результатов, неудовлетворенность достигнутым, настойчивость в достижении своих целей, стремление добиться своего во что бы то ни стало - является одним из ядерных свойств личности, оказывающих влияние на всю его жизнь.

Многочисленные исследования показали тесную взаимосвязь между успехом и уровнем мотивации. И это неслучайно, ибо доказано, что люди, обладающие: высоким уровнем этой самой мотивации, ищут ситуации достижения.

Они уверены в успешном исходе, стремятся к информации, готовы принять на себя ответственность, решительны в неопределенных ситуациях, проявляют настойчивость в стремлении к цели, получают удовольствие от решения задач, не теряются в ситуации соревнования, показывают большое упорство при столкновении с препятствиями. Список продолжите сами. Но сначала ответьте на вопросы теста.

Возможны только два ответа - «да» или «нет».

**Суждения:**

1. Думаю, что успех в жизни скорее зависит от случая, чем от расчета.  
(Да - 0 баллов, нет - 1 балл)
2. Если я лишусь любимого занятия, жизнь для меня потеряет всякий смысл.  
(Да-1, нет-0)
3. Для меня в любом деле важнее не его исполнение, а конечный результат.  
(Да - 0, нет - 1)
4. Считаю, что люди больше страдают от неудач на работе, чем от плохих взаимоотношений с близкими.  
(Да-0, нет-1)
5. Уровень моих требований к жизни ниже, чем у моих товарищей.  
(Да-0, нет- 1)
6. В жизни у меня было больше успехов, чем неудач.  
(Да-1, нет-0)
7. Эмоциональные люди мне нравятся больше, чем деятельные.  
(Да-0, нет-1)
8. Даже в обычной работе я стараюсь усовершенствовать некоторые ее элементы.  
(Да-1, нет-0)
9. Поглощенный мыслями об успехе, я могу забыть о мерах предосторожности.  
(Да-0, нет - 1)
10. Мои близкие считают меня ленивым.  
(Да-0, нет-1)
11. Думаю, что в моих неудачах повинны, скорее, обстоятельства, чем я сам.  
(Да-0, нет-1)
12. Терпения во мне больше, чем способностей.  
(Да-0, нет-1)
13. Мои родители слишком строго контролировали меня.  
(Да-0, нет-1)
14. Лень, а не сомнение в успехе вынуждает меня часто отказываться от своих намерений.  
(Да- 1,нет-0)
15. Думаю, что я уверенный в себе человек. (Да-1,нет-0)
16. Ради успеха я магу *рисковать*, даже если шансы на победу не велики.  
(Да - 1, нет-0)
17. Я усердный человек.  
(Да-0, нет- 1)
18. Когда все идет гладко, моя энергия усиливается.  
(Да - 1, нет-0)
19. Если бы я был журналистом, я писал бы, скорее, об оригинальных изобретениях людей, чем о происшествиях.  
(Да-1, нет-0)
20. Близкие обычно не разделяют моих планов.  
(Да - 0, нет - 1 балл)

*Уровень мотивации Сумма баллов* Низкий 1-11

Средний 12-15

Высокий 16-20

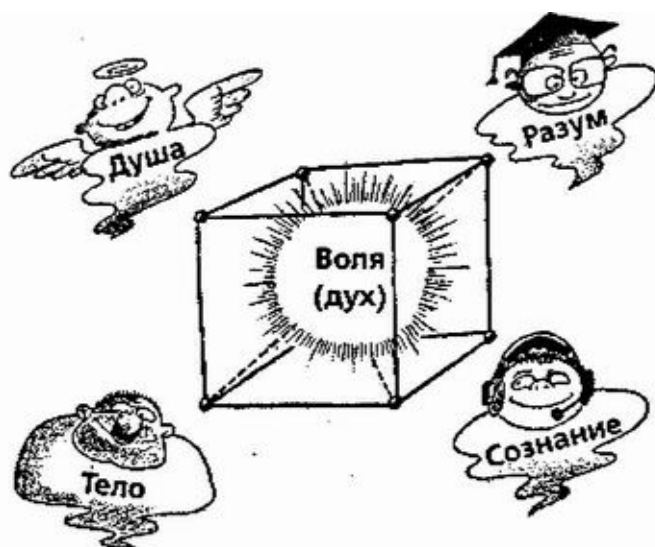
Дорогие друзья, по правде, если ваш уровень мотивации низкий, то у нас с вами ничего не получится!

Лучше подарите книгу своим друзьям. Это будет честно!



Давайте рассмотрим человека. Понятно, что делать это можно самыми разными способами. Ниже я приведу схему, которая известна с глубокой древности.

### Составляющие человека



И вы, и я, и кто угодно может представить все по-другому и тоже окажется прав. Эта схема легко объясняет ту концепцию, которая генеральной линией проходит через всю книгу. Условно назовем

тело- **ИНСТИНКТОМ**  
сознание - **ИНТЕЛЛЕКТОМ**  
душу - **ИНТУИЦИЕЙ**  
разум- **ИНФОРМАЦИЕЙ**

Из этого следует следующее линейное уравнение жизни:

$$И = И = И = И.$$

**Информация** - это окружающий нас мир со всеми его проявлениями, это то, что находится везде и всегда.

**Интуиция** - это способность получать, улавливать, воспринимать информацию о мире, в котором мы живем. И абсолютно не важно, какая это информация - из прошлого, будущего или мимолетного настоящего.

Интеллект - это инструмент мышления. Кто-то соображает лучше, кто-то хуже, кто-то быстрее, а кто-то медленнее... Интеллект дает возможность объяснить самому себе все то, что происходит в реальной жизни. С помощью интеллекта мы анализируем те ситуации, в которые попадаем в жизни. И объясняем то, что в нашей жизни есть, и, естественно, очень хорошо объясняем тот факт, почему у нас чего-то нет.

**Инстинкт** - свойство, которое позволяет человеку через ощущения и чувства получать ту или иную информацию и реагировать определенным образом. Например, у всех людей во всем мире, невзирая на национальность и вероисповедание, на различия в социальном статусе или образовании, реакция на горячий утюг **ОДИНАКОВАЯ!**

Информация отражается как в сознании, так и в телесных ощущениях, но познать данный факт возможно только через **интуицию**. Интуиция отражается в теле. А информацию от тела мы называем ощущениями.

Значит, начнем с тренировки ощущений. В предыдущей главе я говорил, что для получения первых результатов потребуется около года.

Те, кто понял это так, что нужно только прочесть эту книжку - и через год свершится чудо, отправляются читать все сначала. Чтобы что-то получить, необходимо сначала что-то сделать.

### УПРАЖНЕНИЕ

Предлагаю упражнение из актерского мастерства по системе Станиславского: **тренировка ощущений**.

*Попробуйте хоть раз в жизни никуда не торопиться. Потратьте на это упражнение столько времени, сколько сочтете возможным. И еще чуть-чуть (пару месяцев, например).*

### Зрение

*Для начала представьте себе как можно больше различных цветов.*

*Представьте не только основные цвета, но и их оттенки, например такие, как персиковый, золотистый, болотный и т. д. Не забудьте про черный и белый.*

*Представьте облака, плывущие по небу...*

*Ночное звездное летнее небо...*

*Зимнее утро...*

*Крошечный огонек от спички в кромешной тьме.*

*А теперь вы стоите высоко на горе и смотрите на прекрасный вид, открывающийся внизу.*

*Представьте улыбающееся лицо друга.*

*Дверь дома, в котором живете.*

*Представьте, что вы приземляетесь на самолете и в иллюминатор видите приближающийся город, улочки, здания, машины, различаете людей, видите посадочную полосу, которая увеличивается по мере приближения к вам.*

### **Осязание**

*Представьте, что вы гладите кору дерева. Проводите ладонью по гладкой коже младенца.*

*Берете кубик льда из холодильника, и они тают у вас в руках.*

*Представьте, как вы моете руки с мылом теплой водой.*

*А теперь горячая кончилась, есть только холодная.*

*Греете руки у костра в зимнем лесу.*

*Прогуливаетесь по песчаному пляжу босиком.*

*Идете по лесной тропинке на рассвете, и капли росы с травы и цветов попадают на ступни.*

*Представьте, как вы выходите из горячей ванны и прохладный воздух обволакивает ваше тело.*

*Выгладите собаку.*

*Кошка трется о ваши ноги.*

### **Слух**

*Представьте звук взлетающего реактивного самолета*

*Звук удара мяча о грунтовый корт. Звук бормашины в кабинете зубного врача. Детский смех на игровой площадке. Шум спокойного моря в летний день. Потрескивание поленьев в костре. Представьте вой полицейской сирены. Далекий гудок. Звон колокольчика. Пение птиц в лесу. Детский плач. Папин храп. Веселые голоса. Звон бокалов. Шелест листвы.*

*Стрекотание кузнечиков на лесной полянке.*

### **Обоняние**

*Представьте, что вы стоите на самой оживленной магистрали города и вдыхаете выхлопные газы.*

*Запах поджаренного мяса.*

*Запах костра.*

*Запах свежей рыбы.*

*Запах стирального порошка в хозяйственном отделе магазина.*

*Запах новых канцелярских товаров. Запах свежее испеченного хлеба. Запах навоза в деревне.*

*Запах кофе.*

*Запах сигаретного дыма в маленьком помещении.*

*Запах любимых цветов.*

*Запах волос любимого человека.*

### **Вкус**

*Представьте, что вы жуеете сочный лимон без сахара.*

*Вкус мятной конфеты. Острого сыра.*

*Крепкого свежего зеленого яблока. Вкус ванильного мороженого, которое тает у вас во рту.*

*Вкус клубники.*

*А теперь клубники со сметаной. Вкус зубной пасты.*

*Представьте, что вы целкаете жареные семечки.*

*Вкус холодной родниковой воды. Вкус горелой картошки. Вкус соуса чили.*

*Теплое молоко.*

### **Движение**

*Представьте, что вы спускаетесь по лестнице в темноте и видите внизу свет.*

*Вы тянетесь руками к верхней полке, чтобы взять оттуда предмет, который не видите.*

*Вы идете по колено в ручье с каменистым дном.*

*Представьте, как вы плывете в бассейне. Вы залезаете на дерево.*

*Вы идете босиком по горячему асфальту.*

*Вы бежите против сильного ветра.*

*Садитесь на велосипед и едете в гору.*

*Представьте, как вы играете в баскетбол, прыгаете под корзину.*

*Волейбол... вы летите в прыжке принять нижний мяч.*

*Представьте, как вас за шею обнимает трехлетний ребенок.*

**Проанализируйте свои ощущения!**

Что вы почувствовали отчетливо, ярко, а что нет? Какие ощущения были самыми слабыми?

### **ШКАЛА ОЦЕНКИ ОЩУЩЕНИЙ**

1. Ощущения чрезвычайно глубоки и отчетливы, как в реальной жизни.
2. Ощущения довольно отчетливые, но не такие, как в реальной жизни.
3. Ощущения недостаточно отчетливые, но все же реалистичные.
4. Туманные, неясные ощущения, минимально схожие с реальными ощущениями.
5. Бесформенные, расплывчатые, трудно распознаваемые ощущения.
6. Отсутствие каких-либо ощущений, простое обдумывание предлагаемых примеров.

Какие ощущения были яркими, какие слабыми? Какие ощущения появлялись внезапно и сразу же пропадали, какие были стабильными и сохранялись достаточно долго? Обратите внимание, какие ощущения появляются первыми? Какие чувства появляются первыми? Они и являются для вас преобладающими.

К примеру: вы сначала увидели реактивный самолет, а потом уже услышали рев его двигателей. Может быть, вы не слышали запах хлеба, а просто видели буханку. Определив преобладающие чувства, вы сможете их использовать как фундамент для развития остальных.

Проанализируйте, как появляются образы. Как вы смотрите - со стороны, как сторонний наблюдатель, или находитесь внутри процесса? Используйте полностью все образы для тренировки их яркости. После анализа ощущений сделайте упражнение еще раз.

Пример: *Представьте тропинку в поле, по обе стороны которой растет высокая трава.*

*Почувствуйте, как вы прикасаетесь к ней. Обратите внимание на то, какое это время суток, какая стоит погода, какие звуки и запахи. Все это представляйте, находясь в своем теле и обычным образом используя чувства.*

Теперь попробуйте выполнить это упражнение по-другому: представьте, что вы видите себя идущим по дорожке, то есть смотрите на себя со стороны.

Запишите, пожалуйста, свои ощущения:

### **ВОСТОЧНАЯ ПРИТЧА**

**Интуиция** - это то, что в прошлом, будущем и в настоящем одновременно! Информация о мире и истине у нас есть. Она внутри. А мы почему-то с завидным упрямством ищем ее снаружи, там,

*Однажды вечером люди увидели, как Рабия выскочила на улицу из своей хижины и отчаянно стала что-то искать. Они собрались вокруг нее и спросили:*

- *Что случилось? Что ты ищешь? Не поднимая головы, она ответила:*

- *Я потеряла иголку.*

*Все бросились искать ее. Вскоре кто-то додумался спросить:*

- *Рабия, улица большая, ночь спустилась, скоро станет совсем темно, иголка такая маленькая. Ты можешь точно сказать, где она упала?*

*Рабия ответила:*

- *Иголка упала в доме.*

- *Ты, должно быть, сошла с ума? Если игла упала в доме, что ты делаешь здесь?*

- *Здесь светлее, а в доме совсем темно.*

- *Правильнее будет принести свет в дом, и там ты сможешь найти иголку! Даже если свет здесь, как ты найдешь иглу там, где ее не теряла?*

*Рабия засмеялась и сказала:*

- *Вы так внимательны к мелочам. Когда же вы станете пользоваться вашим разумом в вашей личной жизни? Почему вы стремитесь к счастью во внешнем мире? Вы потеряли его там?*

Первое, чему необходимо научиться в развитии интуиции, - это умению отличать **ЛОЖЬ** от **ИСТИНЫ**. Это будет нашим базовым упражнением. С древних лет до нас дошли некоторые упражнения для развития интуитивного мышления. Сейчас об этом написано много книг. А раньше эти знания передавались от Учителя к ученику.

В свое время мой Учитель тренировался на горохе. Раскладывал горох разного цвета в различные ведра. Взяв за прообраз этот горох, были придуманы тренировочные карты для развития интуиции.

Возьмите простые картонные карточки. Половина из них белые, половина - черные. Мы будем использовать их как счетные палочки в первом классе. Если негде взять, сделайте сами.



Это аналог обычных игровых карт, тех, которыми вы играете в «дурака» или «храп». Сделайте хотя бы по 25 белых и 25 черных карт. Внимание! Рубашка у всех должна быть одинаковой.

Для тех, кто очень ленив, в Интернете есть множество различных программ по развитию интуиции, все они работают по этому же принципу.

А вообще вместо карт может быть что угодно - игральные кости, обычные карты... Проявите фантазию.

У нас внутри есть только одно знание: **ЛОЖЬ** и **ПРАВДА**. **СМЕРТЬ** и **ЖИЗНЬ**, **ЧЕРНОЕ** и **БЕЛОЕ**.

Мы будем с вами учиться отличать все эти понятия, но не посредством логики — она здесь бессмысленна, а посредством телесных ощущений и чувств. Потому что будем работать вслепую, так же, как живем в этом мире.

Вы чувствуете разницу в ощущениях ЛЖИ и ПРАВДЫ? Большинство, как правило, нет. Но, прежде чем приступить к описанию тренировки, - небольшая теоретическая подготовка.

Интуиция похожа на зрение новорожденного. Развитие зрения идет следующим образом:

- смутное различие;
- перевернутое представление (зеркало);
- путаница;
- запоминание.

Помните, как принесли маленький живой комочек из роддома домой? Радостно над ним склонялись. Сначала эта кроха смутно различает: это пятно пахнет молоком - это мама, а это смутное пятно пахнет не молоком - это папа.

Потом, начиная различать лица родителей, дитя видит вас в перевернутом виде. Потом начинает путаться, потому что наваливается слишком много информации в виде любопытствующих дядь, тетей, крестных, бабушек, дедушек, сестер, друзей родителей и т.п. И только потом идет запоминание и стабилизация.

С интуицией точно так же.

Возьмите колоду тренировочных карт черного и белого цвета и - **ЭТО ГЛАВНОЕ!** - не задумываясь, **без эмоциональной окраски**, попробуйте определить цвет карты, не смотря на нее.

Потом проверьте себя.

То есть вы, не глядя на карту, запоминаете ощущения, которые возникают в вашем теле.

Цель упражнения - проанализировать свои ощущения и чувства: что вы почувствовали, какой цвет выбрали, какой карта оказалась на самом деле.

И без эмоций! Если совпало - не радуется, если не совпало - не огорчаемся! Иначе логика будет сбивать вас! Над ответом не думайте! Работайте с чувствами. И старайтесь не тормозить, через 5 секунд включится логика и начнет сбивать вас на прогноз. А прогнозирование - это не истина, не Знание, а слепое предположение, зависящее от многих внешних факторов.

«Если карты хорошо перемешаны, то после двух черных подряд должна быть белая» - это типичный пример включения логики. На самом деле, если карты хорошо перемешаны, то думать о том, какая следующая, бесполезно.

**Думать бесполезно!**

Только через некоторое время вы начнете **чувствовать** разницу в ощущениях цвета.

Главное - отследить, как работает логика, а как - интуиция. Если вы ничего не чувствуете, у вас нет никакой разницы в ощущениях карты черного и белого цвета, значит, вы находитесь на первом этапе! И это хорошо.

Будьте внимательны: 5 минут вы будете работать, потом появятся разные мысли о доме, о семье, о химии и жизни, очевидном и невероятном... Потом вы начнете злиться, что ничего не получается и вообще все это ерунда.

Порог психологической сопротивляемости у человека - примерно 15 минут. Поэтому тренировка длится приблизительно 20-40 минут. Но и не больше, потому что наступает обычная усталость. Просто тренируйтесь и помните: не вы первые, не вы последние, просто поверьте, что вы занимаетесь необходимым делом. Все внимание направьте внутрь на анализ своих чувств.

Что вы чувствуете, когда выпадает черный цвет? Что - когда белый? Что вам хочется сделать, когда белый, и что - когда черный?

**Схема работы:**

**ответ - проверка - анализ - новый ответ.**

Сначала это будет полный бред. но, когда начнете тренироваться регулярно, вы обнаружите четкую разницу в ощущениях между Черным цветом и Белым. Уникальность этого упражнения заключается в том, что по мере улучшения восприятия цвета эта новая способность сразу же, автоматически переносится на жизнь.

То есть вы будете знать, какое решение верное и где находится ваш Успех, используя не только логический аппарат, но и интуитивное мышление!

И не высчитывайте процент верно выбранного цвета карт. Не в том пока смысл. Ваша задача заключается в том, чтобы научиться ВЫБИРАТЬ! А навык угадывания в жизни абсолютно не нужен. Мы ведь не в картежники готовимся. Просто констатируйте цвет карты.

И еще раз.

***Угадывать цвет нельзя/Его необходимо выбирать.***

В процессе выполнения упражнения могут возникнуть следующие вопросы:

Правильно ли я делаю?

Как дышать?

Куда смотреть?

На что обращать внимание?

Это ваш интеллект снова пытается влезть туда, куда его лезть не просили. В своей нормальной жизни вы ведь не спрашиваете себя, правильно ли вы дышите. И куда смотреть. Оставшись без работы, интеллект боится стать ненужным и потерять над вами контроль. От этого в голове возникают вопросы, даже если на самом деле вам все и так ясно.

Уберите из головы эти умные вопросы. Станьте чистыми, как дети. Ваши дети хотя бы раз спросили вас, как им нужно дышать? И ничего, вроде дышат.

***Приведите нелинейные чувства в линейный интеллект.***

Непонятно?!

Хорошо, объясню популярно: посредством интеллекта мы анализируем, обосновываем и помним все то, что с нами происходило. Интеллект о-о-очень похож на компьютер! И одно из главных свойств интеллекта - логика.

А логика сама по себе ПРЯМОЛИНЕЙНА.

Вот поэтому я и называю интеллект линейным.

А что такое чувства? Чувства - это стихия.

Вот накатило... и можно накатить... по рюмашке. А вот смех, а через семь минут можёшь всплакнуть. Ну потому, что накатило... Это хуже пресловутой женской логики! То есть чувства невозможно спрограммировать, как невозможно и предугадать смену чувств и ощущений.

Поэтому чувства НЕЛИНЕЙНЫ.

Не пытайтесь *понять*. Интуицию понять вы не сможете. Но зато сможете отследить, как она отражается в организме, то есть сможете ею управлять. Что нам с вами и нужно! В процессе запоминайте, что вы чувствуете, что вы думаете, то есть свое состояние, что вам хочется сделать в тот момент, когда вы выбираете ту или иную карту из колоды.

Потом мы с вами сделаем перенос ощущений. Мы запомним состояние, при котором выбираем правильный ответ, и потом в жизни, когда нам необходимо будет найти правильное решение, будем вызывать это состояние. Но это отдельный разговор и другая техника. Это уже другое качество, не интуиция.

***Интуиция - пассивна.***

Она просто отвечает на вопрос «да» или «нет». А материализация желаний - это немного другое.

Да! Когда будете работать с картами, следите за лицом. Оно (ваше лицо) в этом процессе не участвует. Пусть его выражение будет немного расслабленным и приветливым. Тем более если вы захотели потренироваться в общественном транспорте, чтобы скоротать время поездки. А то окружающие разбегутся. Подошло время очередного выговора.

Работа с картами - очень скучная работа. Монотонная и очень непривлекательная. Вы упражнение с картами делаете? А что-нибудь вообще делаете? Что-нибудь меняете в жизни? Вы хотите светлого будущего, удовольствия и удовлетворения? А вы готовы терпеть некоторые неудобства, пока идете к цели? Получается, что нет! При первой же трудности - сразу в кусты.

Вы сопротивляетесь! Вы достаточно умные, чтобы понимать, что вы сопротивляетесь просто из принципа. Но все равно продолжаете сопротивляться. Это как курение, которое вызывает рак легких, но курильщик продолжает себя убивать. Да еще отравляет жизнь окружающих.

**Такова особенность человеческих существ: они любят, чтобы им говорили, что делать, но они еще больше любят сопротивляться и не делать того, что им сказано, и в результате они вовлекаются в основном в ненависть к тому, кто сказал им.**

**К. Кастанеда**

Когда меняться-то начнете? Завтра? После прочтения книги? После зарплаты? У меня самая незавидная профессия - учить взрослых. Вы считаете, что у вас впереди много времени для того, чтобы стать созидающим в жизни? Стать Личностью и Индивидуальностью? У некоторых много, если, конечно, завтра Бог не решит вас забрать к себе. А кому-то уже, скажем мягко, сильно за 20. Вам не надоело? Вас устраивает скорость вашего изменения?

**Вы не имеете права меняться медленно!**

Если вы решили стать талантом, то вы не можете медлить. Не имеете права! Медля, вы оставляете человечество, историю, мироздание и себя - без себя. Если вы не можете найти времени на себя сейчас, то не будет времени на создание чего-то глобального и красивого потом.

Мир останется без чего-то значительного. Вы же знаете это. А если знаете, милые мои, почему ничего не делаете? Многие прочитали гораздо больше книг, чем я, и намного меня умнее. Сколько вам еще надо прочитать, пройти дорог с препятствиями, чтобы вы захотели по-настоящему меняться, чтобы начать жить?

Я не знаю, чего я от вас жду, но точно не сопротивления, дорогие мои. Я думаю, каждый из вас отлично представляет, что ему предстоит сделать. Только почему-то не делает. Это как поход к зубному врачу. Пока не приспичит.

И то - если вечером болело и назавтра решил точно сходить к врачу, а на утро проснулся и боли нет, то к врачу можно и не идти. Потом получаем за это. Боль сильнее, да и докторская работа дороже - за срочность!

Так же и с чтением умных книг. Сколько вы их уже прочитали? Вы их храните и не используете. Мертвые знания вам нужны? Они же разлагаться будут, смердеть, отравлять жизнь. Как продукты в холодильнике. Если запастись и не есть, то скоро начнет ощущаться специфический запах.

Вы согласны?

Хотя от вашего согласия вам же самим не холодно и не жарко. Ваше согласие - это такой же продукт интеллекта, как и несогласие. В данном случае мнение интеллекта нас не интересует. Нас интересует цель. Вы хотите делать историю, оставить след потомкам? Если да, то читайте дальше, если нет - то не мучайте ни себя, ни книгу. Вот и все! Хотя сейчас в любом случае **оторвитесь от книги!**

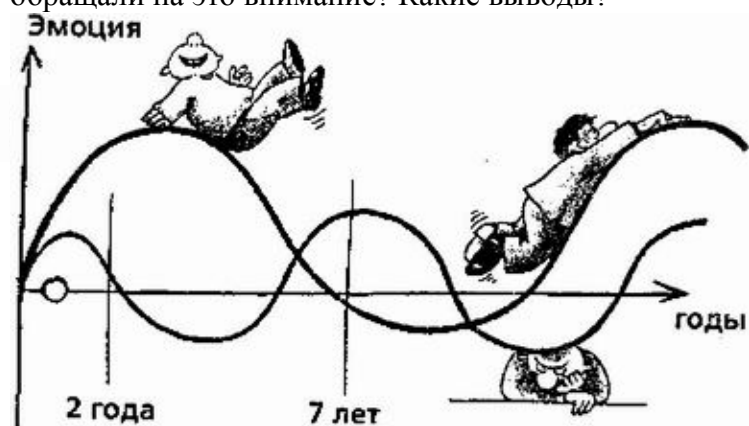
Посмотрите вокруг. Вас окружают люди, которые тоже заждались любви, света, чистоты. Как давно вы говорили близким, что вы их любите, просто так, без всякого повода? Когда разговаривали просто так о жизни, а не о проблемах, которые у каждого свои? А простой разговор с мамой и папой, с детьми? Может, пора остановиться и оглядеться? Посмотреть, на что вы тратите время?

**Вдохновляй примером!**

**Неугомонные мечтатели г. Сургута**

Наша жизнь циклична, вы это знаете со школьной скамьи. Цикличность - это повторение. Существует такое понятие, как жизненный виток, биоритмы. Вся природа живет по синусоиде: взлеты и падения, взлеты и падения. Существуют маленький ритм и большой.

Например, малая цикличность, когда события повторяются примерно каждые два года. А есть большая, когда повторение происходит примерно через каждые семь лет. У каждого это индивидуально. Анализируйте свою жизнь, чтобы понять, какая цикличность у вас. Вы обращали на это внимание? Какие выводы?



Начинаем осознанно жить.

Получаем образование, находим работу, растим детей. Вроде бы все хорошо, не хуже, чем у других. Но кажется, что жизнь идет по кругу, как заезженная пластинка.

Что-то делаем, что-то получается, что-то нет. Но все промахи повторяются с путающей периодичностью. Смена профессии, сгорела квартира, инфаркт, потеря близких... А в конце жизни, если

оглянуться: ё-моё, сколько счастья-то я пропустил в жизни!

***В мире две бесконечности: Вселенная и человеческая глупость. На счет первой я не уверен!***

***Альберт Эйнштейн***

Логика что говорит? Для уменьшения расстояния до цели необходимо увеличить скорость! Что мы делаем? Устраиваемся на дополнительную работу. А на самом деле мы гонимся за **хвостом!**

Друзья говорят: «Остановись, Вася! Посмотри, что ты делаешь. Тебе надо не наукой заниматься, а продавать косметику». А Вася говорит: «Вы что, у меня два высших образования. Я 18 лет посвятил этому делу. Мне осталось совсем немного, л я достигну цели! А ты, вместо того чтобы мне помочь, подставить дружеское плечо, сбиваешь меня с толку, а еще друг называешься...»

Вася пришел домой, жрать охота, денег нет. Что делать будет? Гоняться за хвостом? Пока его жизнь в очередной раз ударит? А годы уходят, счастье летит мимо. И так продолжается до тех пор, пока Вася не расшибет себе голову и ему не придется остановиться.



Я намеренно привел такой пример, вы ведь знаете, на каком положении находится наука в нашей стране. Но я вам со всей ответственностью заявляю: в нашей стране и нашей науке есть люди, достойно получающие за свой труд на будущее нашей страны. Этот пример совершенно реального человека, из моей жизни. Я не говорю, что надо или не надо заниматься наукой. Я говорю только о том, что если человек на своем месте, то у него всегда все будет хорошо.

XX век был веком технического прогресса: станки, машины, самолеты, заводы. Знания законов техники нам были необходимы. Это этап, который мы должны были пройти. Но очень тихо

и незаметно наступил век информации, в котором действуют другие законы и другое течение времени.



**Век технического прогресса уже прошел!**

Если вы еще не заметили...

**ВНИМАНИЕ! Книга написана с расчетом вызвать у вас эмоцию.**

Все с детства знают, что запоминается только то, что вызвало эмоцию.

**Поэтому будьте осознанны по отношению**

**к проявлению своих эмоций.**

Десятилетний мальчик лучше, чем взрослые, владеет информацией. И если продолжать жить по старым правилам, то это значит заведомо перейти в разряд неудачников, вечных нытиков и маргиналов, то есть научным языком - в БЫДЛО! И если не учиться примерно каждые два года, любым способом, то можно намного отстать от жизни. И в конце вам будет **«мучительно больно за бесцельно прожитые годы».**

*Плановая похвала*

Дорогие читатели, тот факт, что вы дочитали пособие до этого места, говорит о том, что ваше стремление ЖИТЬ полной жизнью и идти вперед к заветной мечте не зависит от внешних факторов. То есть никакое нытье, уловки и провокации автора не способны вывести вас из равновесия. А эмоциональное равновесие - это крепкий фундамент изменений. И это прекрасно, что на свете есть такие люди, как вы. Рядом с вами всегда уютно, безопасно и комфортно.

Признайтесь, ведь это так.

Ведь для стремления идти вперед, невзирая на преграды, необходим сильный дух. Только сильные духом ведут за собой, не ища гарантий.

Огромное вам спасибо за вашу смелость и мудрость.

Просто принимайте книгу как искусственно созданные препятствия, чтобы одновременно проверить стойкость духа и натренировать волю к победе.

Раз вы читаете эту книгу, значит, это не просто так, значит, что здесь, на этих страницах заложена информация, которая даст вам возможность посмотреть на себя со стороны.

***Я не могу себе представить настоящего ученого, который не обладал бы глубокой верой. Это можно выразить и так: нельзя верить в безбожную науку.***

*Альберт Эйнштейн*

Хочется этого или нет, но человек обязан владеть информацией. Истинная информация есть в каждом из нас в виде интуиции. Как стать лидером, богатым, чудотворцем - ответ на все есть внутри вас. Познавая себя, познаешь Бога» Там, где знания, нет страха. Да, конечно, страх есть даже у героев. Но чем *больше* вы будете узнавать о себе, своих способностях и талантах, тем меньше у вас останется возможностей чего-то бояться. Из психологии известно: страх лечится погружением. То есть, если есть страх, необходимо узнать его природу. Спросите себя: чего такого вы не знаете, что боитесь?

Бояться темной комнаты, как в детстве, - это нормально, но вот вы включаете свет и получаете дополнительную информацию об этой самой комнате - и страх исчезает.

Точно так же, получая дополнительную информацию с помощью интуиции о себе, своих способностях и мире, вы начинаете больше видеть, точь-в-точь как при включенном свете, -и ваш страх улетучивается.

Как развивается жизнь? Ложное рушится, но спустя какое-то время дается похожая ситуация для того, чтобы вы все-таки нашли верное решение. Это могут быть другие люди, другое географическое местоположение, но смысл будет тот же. И если вы опять не найдете верное решение, то снова упадете на предыдущий виток спирали развития. И будете бегать по замкнутому кругу за собственным хвостом.

А вы знаете, что такое бег по замкнутому кругу? Бегают бегают человек за хвостом и думает: вроде скорость увеличиваю, и шею вытягиваю, и расстояние сокращаю, но догнать его никак не получается. А со стороны - это вообще глупейшее занятие.

Но раз механизм запущен, он рано или поздно остановится. Если не сделаете выводов, то снова упадете на нижний виток спирали и продолжите двигаться по замкнутому кругу...

Если подниметесь - пройдете новый виток. Наша с вами задача - найти свое Я в серединочке. Знаете, как воронка воды в раковине. Наша задача - *не остаться грязью на стенках жизни*. Чтобы нас не било и не разбивало о борта. Нужно быть в центре.

Как правило, мы застреваем на отрезке жизни от 20 до 40 лет. То есть как раз основная жизнь проходит в ломке и поиске. 80% людей так и не осознают, что можно жить ярко и насыщенно.

**Для того чтобы осознать это, необходимо остановиться.**

У вас есть время остановиться?

Или как всегда - после зарплаты, в отпуске, когда аврал на работе разгребу, когда бабушка поправится? А на самом деле, когда рак... на горе свистнет. Как же можно остановиться, когда хвост - вот он, рядом, осталось чуть-чуть!

Больше скорость, значит, все больше сокращается расстояние. Но есть некий предел, который всегда остается. Расстояние до хвоста минимально, но неизменно. Некоторым надо

побегать 2 года, 6, 15, 20 лет, пока они не влетят в стенку и не воскликнут:

**«Ё-МОЁ, надо всё по-другому!»**

И начнут менять цель и действия.

Это первый вид людей.

Второй вид людей всю оставшуюся жизнь отстраивает разбитую стену, если при падении голову не повредил, как третий вид.

Третий вид объявляет себя безнадежно пострадавшим и всю оставшуюся жизнь лечит эту самую голову.

Я знаю, дорогие читатели, что вы принадлежите к первому типу людей, иначе бы мы не встретились на этих страницах!

М. Сумароков

Что я в жизни создал	Что я в жизни разрушил	Мои уроки
		
		

Продолжим.

Заполните, пожалуйста, таблицу. Охватите взглядом свой жизненный цикл на протяжении двух-семи последних лет.

Многие находят причину, чтобы не меняться, чтобы не вылезать из этой теплой жижи бытия. Она же своя, родная, до боли знакомая. Я знаю, как ведет себя жижа.

Сильно всколыхнешь - в рот попадет, а если тихонько - то вроде и нормально. Даже что-то

привлекательное в этой мелкой ряби есть. А к воню и привыкнуть можно, через пять минут ее уже не чувствуешь. Фон кажется естественным...

Так и живем. И мысли такие же, воняют. И я как ассенизатор. Мойся, не мойся. Профессиональная деформация давно уже произошла. Почти десять лет уже на этой стезе. Что делать будем, взрослые люди? И самое главное, когда?

Вы же не хотите стать профессионалом по укладке кирпичей в разбитую стену перед выходом на кладбище!

А на могилке напишут:

**ПОГИБ НА ОЧЕРЕДНОМ ПОВОРОТЕ ЖИЗНИ!**



Погиб, разбившись о стену собственного непонимания и нежелания меняться.

Если вы сейчас ничего не измените, то пойдете по кругу. По горизонтали, а не вверх, к развитию. И повтор жизненных ситуаций не будет случайным. Ваше спотыкание на одних и тех же местах более чем закономерно.

Как заезженная пластинка: «Мы работаем без фонограммы... кх... без фонограммы... кх... без фонограммы... кх...»

Это бег в колесе. Так же живем? Что делать будем? Взгляды менять? Объясните мне, как это сделать. Ну да, вы, дорогие мои читатели, вы здравомыслящие.

Как тренер я столкнулся с удивительной закономерностью: люди приходят за дополнительным образованием или просто на какой-то тренинг, и на первом же этапе обучения 70% из них уходят. Знаете почему?

Люди, продолжающие обучение, уже понимают ценность новых знаний. Они работают по изученным правилам и получают результат в виде счастья от применения их в жизни. А остальные поняли, что они уже все знают и им больше ничего не надо. Как правило, они уходят в никуда.

Речь не только о том, что кому-то не нравится форма повествования автора. Есть много центров и школ с разными методиками и философией. Но та закономерность, которую я заметил, характерна для всех центров. Поэтому все списать на то, что тренер или автор редкостный негодяй, не получится.

Пример из личного опыта: помимо преподавания я занимаюсь бизнесом, делаю первые шаги. Вместе с партнерами мы создали первое и пока единственное в России централизованное спикер-бюро, которое занимается приглашением знаменитых, авторитетных, имеющих международную известность тренеров-спикеров к нам в Россию и организацией их авторских курсов.

Так вот, в одном из сайтов, чья цель - раскрыть людям глаза на то, что один из моих Учителей - Мирзакарим Норбеков - просто большой обманщик, автор скромной книги, которую вы сейчас держите в руках, удостоился упоминания! Но упоминания, похожего на анекдот, который взят из жизни.

Помните, как в одной передаче одна дама комиссарского вида, но строго противоположных взглядов, на вопрос ведущего о сексе ответила, что секс - это очень плохо, она об этом читала!

Так вот, в одном из этих сайтов написано, какой я, Максим Сухмароков, ученик Норбекова, безграмотный и вообще неконкретный и т. д. И что, зайдя на сайт моей компании, автор разглядел в ней наполеоновские планы и не пойдет на тренинг в мою организацию и другим не советует.

Вы наверняка встречались с такой реакцией в жизни. Когда ваша идея вместо поддержки встречает негатив.

Да и мне тоже было обидно.

Да, я согласен - я безграмотен и неконкретен.

Но как мог судить о качестве международного тренера человек, ни разу не посетивший его тренинг?! Или тех личностей, которых мое спикер-бюро привозит в нам в Россию?!

*М. Сумароков*



Парадокс и анекдот.

К сожалению, по статистике 80% людей являются генераторами негатива. У них врожденный подсознательный страх к переменам и изменениям. И они готовы во всем находить недостатки, лишь бы их самих оставили в покое. И изменения в их жизни или не происходят, или они настолько незначительны, что оставляют только разочарование. Происходит отсев, элементарный отсев. Пустая порода ушла, а те, кто реально будет работать, - остались.

И вам огромное спасибо за это.

Даже среди читателей этой книги уже есть потери. Из тех, кто начал ее читать, до этих строк не доходят, по моим оценкам, процентов двадцать. И это, кстати, не такой уж плохой результат Хуже, конечно, чем у справочника «Почему мужчина врет». Зато я значительно опережаю

любой самоучитель, например китайского языка.

*Только те, кто предпринимает абсурдные попытки, смогут достичь невозможного.  
Альберт Эйнштейн*

Вы еще читаете? Спасибо. Это означает, что вы согласны с утверждением, к которому я веду прямо с самого начала книги. Раз дочитали, то сказанное ниже будет нашей общей точкой зрения.

Считающие иначе уже назвали текст ерундой и закрыли книгу.

**Ваше внутреннее состояние отражается на внешнем и наоборот.**

То есть о чем вы думаете, такие процессы и возникают в вашем организме.

Этот тезис переведен в научное открытие с доказательной биохимической базой, которое работает что у чукчи, что у африканца, что у китайца, что у русского. Для того чтобы подавить последние очаги сопротивления и недоверия, мы обычно приводим пример с лимоном.

### **УПРАЖНЕНИЕ**

*Отчетливо представьте себе кусок лимона и мысленно положите его себе в рот. Попробуйте не заметить, что на абсолютно физическом уровне во рту что-то происходит. Попробуйте найти этому слюноотделению какое-нибудь другое объяснение.*

Вы лимон не нюхали, не видели, не щупали... Его нет! Тело реагирует всего лишь на мысль. Они связаны! Сейчас мы об этой связи почти ничего не знаем, но ничто не мешает нам начать ее изучать.

Это изучение - самая настоящая работа. Тут вам придется поверить мне на слово - она даже приносит деньги. Слышу, слышу...

Отвечаю: и не только мне.

Эту работу необходимо делать. Ей нужно уделять постоянное внимание.

**Счастливое завтра не наступит, если вы для него ничего не делаете сегодня.**

Вы же не живете для обслуживания желудочно-кишечного тракта?! На самом деле - это проверка вашей воли.

Значит, так, друзья мои: меняться здесь и сейчас.

Или вы генератор, или пользователь.

Плановая похвала!

*У вас уже есть потребность к переменам! Это видно, и это чувствуется. И вы реализуете эту потребность, вы ищете новую информацию и развиваетесь, работаете над собой. А значит - стремитесь быть ЧЕЛОВЕКОМ. Не с биологической точки зрения. А тот, к кому это на самом деле не относится, просто такие книги не покупает.*

*Врачи всегда видят только больных. Полицейские - преступников.*

*Таксисты-пассажиры. Библиотекари-читателей.*

*Я отлично знаю, для кого я преподаю и кто, в смысле что за люди, читают эту книгу. Это действительно выдающиеся люди. Вы - выдающиеся!*

*Я регулярно пытаюсь вас затронуть эмоционально, иногда обижая, иногда восхваляя. Однако сейчас, когда вам осталось дочитать совсем немного, я могу сказать честно.*

*Мир держится на таких, как вы.*

*На тех, кто знает, что жизнь может быть лучше, и ищет способ ее изменить через себя. Я говорю «вы», хотя правильно - «мы».*

*Мы есть!*

*Это очень важный факт.*

*Для каждого, кто в полном одиночестве пытается избежать катастрофы так называемой обычной жизни, очень важно знать, что это не он находится в одиночестве, это мы все в одиночестве.*

*Даже если нас будут десятки миллионов, жить нам предстоит среди миллиардов. Это болото будет с нами всегда. Оно и создано для того, чтобы мы из него вылезли. Как рыбы вылезли из воды и стали животными.*

*А значит, самое время нам всем сказать друг другу - спасибо!*

*Спасибо вам!*

*Просто за то, что вы есть.*

*Каждый из вас на самом деле знает, как нелегко бывает меняться, избавляться от старого, с трудом преодолевать в себе это самое драгоценно-ненужное, неродное и привычное...*

*Ежедневно побеждать лень. Ежедневно ловить на себе взгляды окружающих, уверенных, что вы немного не в себе.*

*Кто из нас ни разу в жизни не чувствовал этих взглядов?*

*Все понимают, о чем я?*

*И так же, как и вы, я знаю, что только воля помогает нам перекричать собственную лень и продолжать работу над собой. Только воля заставляет отказаться от комфортной жизни по чужим шаблонам.*

*И ее проявление - это чудо!*

*И это чудо... У НАС ПОЛУЧАЕТСЯ!*

*Если вы выбрали путь саморазвития, вы больше не можете сомневаться. Сомнения порождают неуверенность в своих силах. И человек перестает развивать свои качества и таланты, в том числе интуицию.*

Интуиция - это как физическое качество: если ее долго не тренировать, она уменьшается. Но стоит снова начать тренироваться, - и она очень быстро станет восстанавливаться. Сейчас она, как рука младенца, которая быстро устает потому, что мышцы еще не развиты. Интуитивное мышление работает несколько секунд, потом наступает усталость.

*М. Сумароков*

*Мудрая матрица, или...*

Главное - это научиться отличать чувство истины от чувства неправды.

Ваша задача - запоминать ощущения, анализировать ощущения.

Сильный, запредельный страх **УВЕЛИЧИВАЕТ** интуицию. Сильное, запредельное удовольствие **УВЕЛИЧИВАЕТ** интуицию, «Привяжите» работу с интуицией к какому-нибудь чувству. Кто хочет работать через страх, закрывает эту книгу и ищет себе более подходящих учителей. Я выбираю радость и работаю с теми, кто выбирает радость. Поэтому вам придется научить свое тело радости, состоянию счастья.

Путь радости и безграничного счастья. Этот путь мало кому известен. Это все удовольствия мира, умноженные на бесконечность. Вы сталкивались с этим состоянием?

Вспомните!

Каждый человек в жизни переживал это состояние. Господь, природа или вселенский разум каждому хотя бы раз дает почувствовать, чем мы обладаем, что это такое. Что происходит в этот момент с нами, с нашим телом, что мы чувствуем, что происходит вокруг нас - вспоминайте ситуации!

Можно ли ушами увидеть радугу? Правильно, нельзя!

Ушей свое предназначение. Поэтому умом нельзя понять состояние счастья, состояние знания, озарения.

Можно только осознать, что оно есть!

Но перед осознанием необходимо научиться распознавать знания души, тела и разума. Представьте, что вы сейчас - глина в руках скульптора. Необходимо меняться, быть пластичным и мягким, без всяких комочков в виде отвратительно умных мыслей. Из школьной программы вы знаете, что углерод - самое мягкое вещество.

**ЗАКАЛКА** - и получается графит.

Еще **ЗАКАЛКА** - алмаз - самое твердое вещество.

Станьте Алмазами в своей жизни и заиграйте всеми гранями своего таланта!

## **Глава 2**

### **Состояние абсолютного счастья**

#### ***ПРИТЧА***

***Без любви все - ничто***

***Обязанность*** без любви делает человека ***раздражительным***

***Ответственность*** без любви делает человека ***бесцеремонным***

***Справедливость*** без любви делает человека ***жестоким***

***Правда*** без любви делает человека ***критиканом***

***Воспитание*** без любви делает человека ***двуличным***

***Ум*** без любви делает человека ***хитрым*** ***Приветливость*** без любви делает человека ***лицемерным***

***Компетентность*** без любви делает человека ***неуступчивым***

***Власть*** без любви делает человека ***насильником***

***Честь*** без любви делает человека ***высокомерным***

***Богатство*** без любви делает человека ***жадным***

***Вера без любви делает человека фанатиком. Есть только одна великая преобразующая сила - ЛЮБОВЬ!***

В феврале 2000 года группой ученых под руководством Виктора Борисовича Слезина в научно-исследовательском центре Института мозга имени В.М. Бехтерева было сделано важнейшее для нас с вами научное открытие. Найдено и описано четвертое состояние мозга.

До сих пор их было известно только три: **бодрствование, быстрый сон и медленный сон.** А теперь еще и состояние мозга, при котором человек находится одновременно и там и там. Называется оно условно - **медленное бодрствование.**

Исследования проводили на священниках во время молитвы. Им на голову нацепили множество датчиков и сказали, что самое время молиться. В итоге приборы зашкалили: выходило, что во время молитвы священник одновременно и глубоко спит, и находится в полном сознании. Так четвертое состояние мозга и обнаружилось.



Сейчас это уже известный науке факт. В этом состоянии человек испытывает неопиcуемый восторг, безусловное счастье. При этом активизируются дельта-ритмы головного мозга. Это состояние счастья и удовольствия.

Хотя, как это обычно и случается, наука при помощи самой-самой современной аппаратуры вновь героически открыла велосипед.

***Все идеи в науке родились в драматическом, конфликте между реальностью и нашими попытками ее понять.***

***Альберт Эйнштейн***

Ненаучное человечество знает и умеет вводить себя в это состояние уже не одну тысячу лет. Ритуальные танцы индейцев, пляски австралийских аборигенов, греческий сиртаки, русский хоровод, современная тусовка на трассовой дискотеке. Все это техники для достижения одного и того же. Некоторые из них работают до сих пор, остальные сохранили лишь внешнюю форму.

Это, кстати, и детский аутизм, когда ребенок, находясь в положении стоя или сидя на одном месте, раскачивается и находится в отстраненном состоянии. Плохо, если это происходит часто и подолгу. Но, по сути, - это первые неосмысленные медитации.

В момент этой глубокой медитации происходит мощнейший выброс в кровь гормонов эндорфинов, известных нам как гормоны счастья и молодости. Мы будем изучать состояние безусловного счастья, состояние молитвы. Не молиться - а изучать состояние!



Индусы это состояние называют «нирвана», христиане - «благодать», европейцы - «транс». В классической психологии это состояние называется трансперсональным переживанием. Мы с вами назовем его просто - «состояние абсолютного счастья».

Таким образом, научаясь владеть этим состоянием, вы будете меняться. Будут меняться ваши физические данные, духовные, интеллектуальные. Вы научитесь использовать те силы, которые вам даны от природы, но которые пока спят. Вы и откроете в себе Алмазы - осознаете свою ценность. Так появятся новые стремления и другая мотивация. Останется только пройти огранку, шлифовку, и... добро пожаловать в алмазный фонд жизни. Ваше место именно там - в главной сокровищнице.

При состоянии счастья появятся какие-то ощущения. Моя задача вас «завести» и направить, а ваша работа - взять эти ощущения, которые появились, и усилием воли их расширять, воображением распространять по всему телу. Конечно, если оно у вас проснулось. Вот и все.

*Анекдот*

***Собрал император своих жен и решил объясниться им в любви.. Посадил их по кругу и первой на ушко прошептал: «Я тебя люблю, передай дальше».***

***М. Сумароков***

Читали восточные сказки? Есть такой сюжет... Император или шах удовлетворяет свой гарем за одну ночь. Физически это невозможно, просто он владеет специальной техникой. Мастера с детства учили их управлению состоянием счастья. Получается: одна техника передачи состояния любви на расстояние - и все его 40 жен удовлетворены.

Первые дни будет проверка связи: «Беркут, Беркут! Я - Сокол! Как слышите?! Прием!»

Затем поиграем в почтальона: «Тук-тук! Вам посылка - есть кто-нибудь дома?» Если ваши ощущения дома, то вы открываете дверь и получаете посылку с новыми ощущениями любви и счастья. Если нет ощущений, -- извините, посылка вернется на почту до востребования!

Что будет происходить? Когда пойдут положительные ощущения, вы усиливаете их своим воображением. То есть вы расширяете эти ощущения, распространяете по всему телу. Но сначала давайте проверим, есть ли у вас вообще эти ощущения. ***Оторвись от книги и попробуй!***

### ***УПРАЖНЕНИЕ***

*Начни водить пальцем одной руки по ладони другой, не дотрагиваясь (на расстоянии). Есть чувствительность? Не важно, какой рукой и в каком направлении.*

*Что-то есть? Есть! Поздравляю! Запиши эти ощущения:*

*Какие постоянные или прерывистые четкие или неясные с чем можно сравнить меняются от расстояния или нет и т. д.*



**Запишите прямо сейчас, это важно:**

Вот эти ощущения вы и будете развивать. Позднее вы научитесь двигать стрелку компаса: сначала на расстоянии рукой, потом телом, потом мыслью или взглядом. Для чего? Для того, чтобы удостовериться собственными глазами, что у вас есть сила, есть способности и вы можете влиять на окружающий вас мир!

Пока этих сил мало, работают они изредка и по какому-то, скажем так, щучьему велению, а вовсе не по



вашему хотению. Почему? Разберем это на простом примере.

Ну, скажем, иглоукалывание, биорезонансная терапия - это что? Это воздействие на определенные участки организма: энергетические каналы вашего тела. Полезная вещь! Врач приводит эти ваши каналы в нормальное состояние. И на некоторое время это помогает!

Но потом все возвращается на круги своя. Все опять очень запущено и опять болит. А почему? А потому, что вы сами ничего не поменяли, оставшись просто потребителем услуги. Обычным потребителем.

А счастье - это состояние, при котором вы сами меняетесь изнутри - это навсегда, а не на время. В момент переживания состояния счастья происходит стирание клеточной памяти о боли, страхе и неудачах. Это - научно доказанный факт!

Проникнитесь важностью этой работы. Логикой не понять, как это происходит, можно только почувствовать. Разве можно понять счастье? Нет! Только почувствовать и быть в нем. В этом состоянии соединены вместе несопоставимые чувства, например сильная тоска и любовь; физическое, телесное удовольствие и полет души.

### **УПРАЖНЕНИЕ**

*Представьте, что вы едете к родственникам, которые вас воспитывали в детстве, но вы их не видели лет эдак 10-15, потому что судьба разбросала вас по разным концам необъятной нашей Родины.*

*И вот вы едете в автобусе, осталось каких-то 30 минут, уже на горизонте виднеется начало той деревни или городка. Что вы будете чувствовать в этот момент? Как это можно описать словами?*

*Или первая любовь: конечно, она перемешана со страхом быть отвергнутым, но эмоции влюбленности настолько сильны, что заглушают все остальные ощущения. А первый поцелуй?*

У меня это произошло в седьмом классе. После уроков на втором этаже в холле. Она стояла у окна. Красивая, нежная, робкая, с длинными волосами и в школьной форме. Поймите мое состояние! Мой рост на тот момент - 1 м 45 см. Я подошел к ней, взял за руку, она немного поддалась и наклонилась, чтобы я дотянулся до ее сладких губ.

Я не помню, как это произошло в деталях. У меня перехватило дыхание и дрожали ноги; естественно, сразу после первого в своей жизни поцелуя с девушкой я убежал весь красный, а потом, как порядочный, хотел на ней жениться <sup>а</sup>

Как давно это было! Но стоит только вспомнить, и эти ощущения вновь возникают в теле. Дрожит голос и дрожат ноги, а внутри невероятное чувство влюбленности. Или запах волос любимого человека, когда вы проснулись, но еще не открыли глаза. Я не знаю, что было в вашей жизни.

### **Вспомните!**

Просто в **этот** момент человек испытывает **абсолютное** счастье, Было у вас такое?

А вы лежали когда-нибудь на поле среди пшеницы или цветов, раскинув руки и смотря в небо? Какие ощущения, какое состояние? Наша жизнь дает нам почувствовать это состояние. Вспомните эти моменты. Даже время в этом состоянии течет иначе. Там может пройти месяц, а здесь - всего пять минут!

Что вы в этот момент чувствуете, каково тело, отношения, вспоминайте ситуации! Вспоминайте сами. Я могу вспомнить за вас, но тогда следующую фразу придется понять буквально:

«Я за вас очень счастлив!»

«За» в смысле «вместо».

Скажите, в этом состоянии тело больным может быть? Почему нет? Может. Ваши отношения

с кем-нибудь могут быть как в «плюсе», так и в «минусе». А вы при этом можете быть счастливы. Согласны? Низкий социальный статус может быть, а вы все равно счастливы!

*Делать то, что доставляет удовольствие, - значит быть свободным.*

*Вольтер*

Денег нет, из дома выгнали, на работе бардак, погода - хуже не придумаешь, в ботинке гвоздь... Но эмоциональное переживание этих фактов в жизни так далеко от вас, что вам они безразличны. Как бы покультурней сказать: ДО ФЕНИ!

80% вашего внимания направлено на переживание состояния счастья. Вспоминайте, было с вами такое?

Вспомните эпизод фильма «Близнецы» с Дени де Вито и Арнольдом Шварценеггером, где герой последнего впервые познал наслаждение физической любви. Вспомните, что выражало его лицо после... Актер гениально передал чувства!

Другой эпизод - из старого советского фильма «Берегись автомобиля!», где героя И. Смоктуновского после оглушительного успеха спектакля

увозят на милицейском «воронке»: ему на это НАПЛЕВАТЬ! Он просто пребывал в состоянии абсолютного счастья! Чувство передано тоже гениально.



Так вот, это состояние тренируется, как любое обычное физическое качество: сила, быстрота, выносливость, скорость и прочее. То есть существует схема тренировки: сколько раз в день, сколько часов, сколько повторений, сколько раз в неделю и т. д. Мы с вами это пройдем. Вы научитесь тому, как можно входить в это состояние и быть в нем.

Это состояние известно как науке, так и религии.

Говорят же: Благодать Божья на него снизошла!

Это как раз о состоянии безграничного, то есть абсолютного, счастья.

Молитва, медитация, зикр, нирвана, транс...

Все эти слова обозначают одно и то же!

По-научному - активизация волн головного мозга.

Бета. Четкие мысли, активизировано сознание, работают логика и память. Это то, что происходит с вами сейчас, когда вы читаете эти строки. Ясное мышление пытается найти системообразующее звено в

изложенном материале. Есть четкие ощущения, есть последовательность. Вы знаете, что вы делаете.

Альфа. Это уровень мечты. Что вы ощущаете, когда мечтаете? Четкие ощущения и четкие

**Таблица ритмов головного мозга (психологическая интерпретация)**



представления, но эмоции только положительные. Вы же знаете, о чем мечтаете, образы могут меняться, перескакивая один на другой.

**Тета.** Сон. Мысли - хаос, эмоции - хаос, вы можете не помнить, что только что было. И не знаете, что за чем идет. То есть произвольное течение мысли без вашего участия.

Вы пробовали сопротивляться тета-ритмам, которые отвечают за состояние сна? Сколько выдержали? Помните, как детей спать

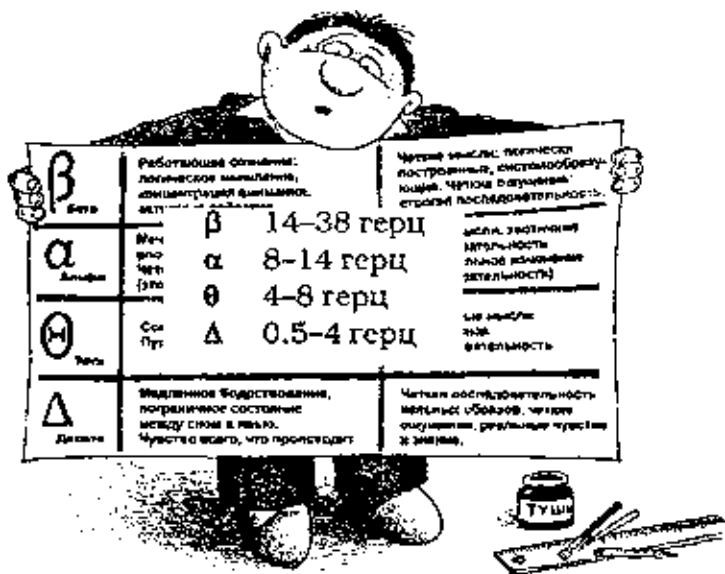
укладывают: вводят себя в тета-ритмы, то есть создают у себя сонное состояние, - и ребенок моментально засыпает. Ритмы передаются.

**Дельта.** Это состояние, когда вы только что проснулись, но еще не открыли глаза. Или когда засыпаете, но сознание еще здесь. Проявления: хаотичный порядок, или порядочный хаос в ощущениях, представлениях и мыслях. Здесь четкие только положительные эмоции и состояние.

*Бодрствование*

*Состояние абсолютного счастья*

Графическая схема волн головного мозга



Активизация дельта-ритмов мозга присуща детям до трехлетнего возраста. Что происходит в этом возрасте? Научкой доказано, что до трех лет **мы** получаем **80%** представлений об окружающей информации. От 0 до 3 - это радость и умение моментально обучаться.

Нам с вами предстоит снова оказаться в этом возрасте и начать активизировать эти волны для того, чтобы способность обучаться, получать информацию снова была открыта.

После того как вы научитесь входить в состояние счастья, ваша информация на генном уровне начнет переписываться с программы неудач на программу успеха. Вам при этом ничего делать не надо. Вот она, наконец, халява,

о которой так много говорили большевики. Свершилось!

*Историческая ремарка*

*Халява - это по-древнееврейски молоко, которое раздавали в субботу бедным, больным и просто нуждающимся.*

*Так что халява - это подарок!*

Вам необходимо найти свою формулу, по которой вы достигаете состояния слияния.  
Состояние счастья.

Мы должны научиться управлять этим состоянием, чтобы биохимические процессы в организме перестроились на состояние счастья. В школе нас этому не учат.

Нас с детства уводят в сторону от предназначения, делают из нас слепых котят. Вон сколько сейчас детских садов открывают, где детей учат компьютеру и иностранным языкам, с раннего возраста делая акцент на развитии одного лишь интеллекта.

А на хрена, спрошу я вас, маленькому человечку, чей мир состоит из папы, мамы, воспитательницы и друзей в песочнице, иностранный язык?

Простите меня за грубость.

***Я не согласен с вашими убеждениями, но готов отдать жизнь за ваше право их высказывать.***

***Вольтер***

Вдумайтесь, что мы с вами делаем, как живем, во что верим и что творим. С детского садика мы развиваем социальность, только логику. Интеллект стал главным отличительным признаком Личности, а «личность» в переводе с древнегреческого - МАСКА!

***Мудрая матрица, или...***



действительно необходимы.

Так вот что мы с вами развиваем с детства! А потом о чем-то мечтаем и чего-то хотим. Все знания направлены на укрепление маски, а не на развитие ИНДИВИДУАЛЬНОСТИ.

***А кто поможет сохранить и развить в детях способность быть счастливыми?***

Теперь все эти знания лежат огромным багажом и давят на нас. Все эти косинусы, правила буравчиков, пестики с тычинками, таблица Менделеева... Когда вы последний раз пользовались этими знаниями?

И дело не в них, дело в нас. Это мы живем так, что весь предыдущий опыт человечества нам совершенно не нужен и занимает место в чулане. Изменив подход к собственной жизни, мы увидим, что все эти фундаментальные знания

Фундамент крепкий. Вот только дом обветшалый необходимо снести и построить новый. И одновременно все хорошее в себе усилить до максимума. Это необходимо для развития сознания, трансформации личностных установок и структурной перестройки всего своего организма.



Мы с вами с детских лет натренированы акцентировать свое внимание на негативе. Нам с детства указывали на наши недостатки. Нас тыкали на негатив, на то, что не получается, или на то, что делаем неправильно. То есть эти знания закреплены очень сильно - на эмоциональном, физическом и психическом уровне.

Воспоминания о неудачах эмоционально ярче окрашены, чем победы, так как мы все время делаем анализ ошибок. Соответственно лучше запоминаем. Почти во всех критических ситуациях мы ведем себя

так, как нас научили, то есть по стереотипу.

Для того чтобы увидеть стереотип мышления, необходимо на некоторое время выйти из рамок собственного комфорта. Открыть для себя новый мир и начать видеть малейшие изменения в жизни в сторону повышения ее эффективности и наполненности.

Попробуйте что-нибудь создать. Не разрушить, а создать. И это должно быть не мертворожденное дитя, то есть после вас оно должно продолжать жить и развиваться самостоятельно.

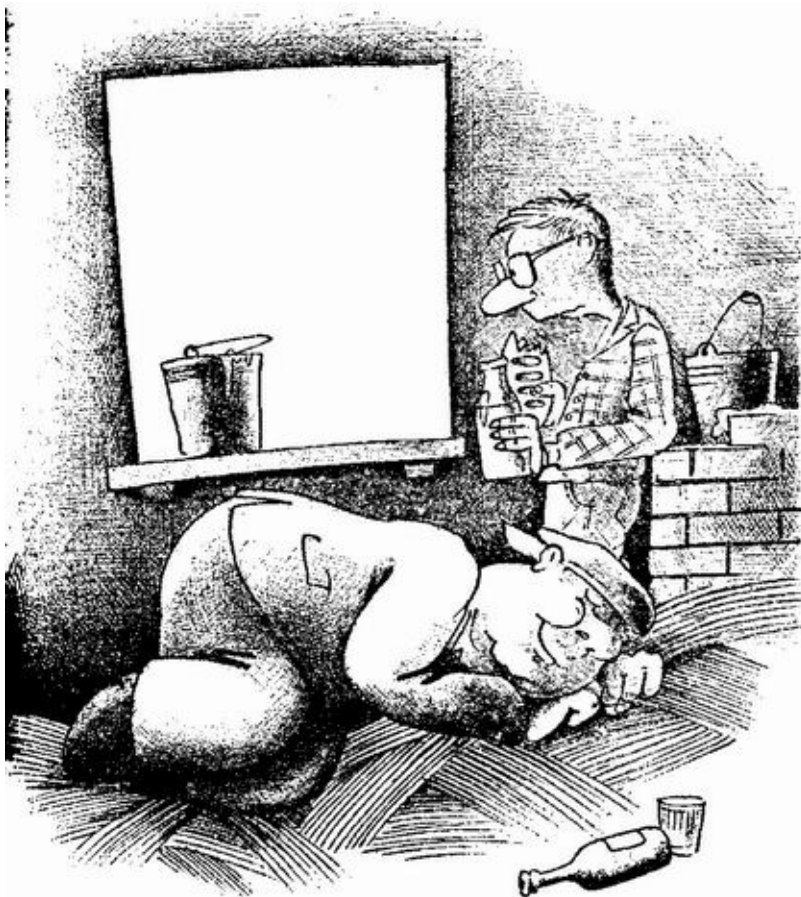
Сделайте что-нибудь социально полезное просто так, без понукания или одолжения. Например: отмойте стены в вашем подъезде или вскопайте клумбу, и не один, а привлечите к этому своих соседей и друзей. Или подарите книжки в детскую больницу.

Что, неожиданно? Есть же государственные службы, которые призваны за это отвечать,

правда? Вам неудобно на глазах у всех заниматься чем-то однозначно полезным?

Это же удивительный парадокс нашей жизни: пить пиво на детской площадке, сорить окурками и шелухой от семечек нам психологически намного комфортнее, чем взять и убрать с этой площадки мусор. Именно до такой степени мы запрограммированы на разрушение.

Что вы сейчас думаете по поводу клумбы? Копать? Не копать? Простая проверка: заметьте, как вы отнеслись к этой затее. Если вскопали, читаем дальше. Отложили на потом? Ну что ж, тем самым вы сказали мне буквально следующее:



*«Пойми, студент... Сейчас к людям надо по-мягше, а на вопросы смотреть ширше. Вот ты думаешь, это мне дали 15 суток? Это на-а-ам дали 15 суток. А для чего? Чтобы ты вел среди меня разъяснительную работу, а я рос над собой. Ну ладно, давай, бухти мне, как космические корабли бороздят Большой театр. А я посплю...»*

Понятно, к чему это я? Ну так вот... Бухтю. Ученые установили: шишковидная железа отвечает за нашу ориентацию во времени и пространстве, то есть она отвечает за нашу интуицию, за наше видение прошлого, будущего и настоящего одновременно - за наше системное видение. Эта железа размером с кукурузное зернышко, каплевидной формы, вырабатывает вещество - мелатонин.

Врачи утверждают, что у мелатонина две основные функции: гормональная регуляция и антиоксидантная защита. Как гормон, он влияет на репродуктивную функцию, стимулирует иммунную систему, регулирует биологические «часы» организма, способствует хорошему сну, поддерживает сердечно-сосудистую систему и, как показывают лабораторные эксперименты, замедляет рост семи видов раковых клеток, включая раковые клетки молочной и предстательной желез.

Действие мелатонина на организм такое же, как действие синтетических наркотиков. Их основная и единственная функция - изменение сознания. При приеме этих наркотиков в организме вырабатывается огромное количество гормона мелатонина, он, в свою очередь, влияет на работу головного мозга.

И человек, принимающий наркотик, получает неопишное наслаждение. Происходит зависимость, потому что эти ощущения хочется испытывать снова и снова. Ведь желание быть счастливым естественно! Ко вы и сами прекрасно знаете, каким боком выходит употребление наркотиков: по мере их приема теряется Индивидуальность и Личность человека, постепенно выходят из строя организм и мозг.

Когда же мы входим в состояние счастья, происходит такая же выработка мелатонина, но только естественным путем. Без разрушения мозга и Личности.

Для чего это необходимо? Да для того, чтобы активизировать работу шишковидной железы, для того, чтобы привести интуицию в нормальное рабочее состояние, а попутно получить за это наслаждение - как физическое, так и психическое.

Единственная проблема - единого пути к этому состоянию нет. Есть только очень общая схема тренировки. А путь вы должны найти сами. Я не знаю, что конкретно в вас сработает, это очень индивидуально. Лично мне понадобилось пять лет, чтобы испытать истинное состояние счастья.

Итак, обещанная схема тренировки\* (повторю еще раз: это приблизительная схема тренировки, а ту форму, которая начнет работать для вас, вы найдете сами):

- Сядьте, закройте глаза, включите музыку (ну, или в другом порядке);
- выполняйте упражнение от 20 до 60 минут (порог психологической сопротивляемости человека - примерно 15 минут, поэтому тренировка длится минимум 20 минут; но и есть такое понятие, как психологическая усталость, поэтому тренировка длится максимум один час);
- три раза в неделю;
- до осознанного вхождения в состояние абсолютного счастья.

Вот и вся схема тренировки...

Ну-у, чтобы как-то скрасить горечь разочарования ищущих унифицированного, универсального совета, как в одночасье стать счастливым, скажу. Как только вы испытаете осознанно это состояние, то после этого начнется лавинообразное улучшение всех параметров жизни

#### **\* ВНИМАНИЕ!!!**

**Не рекомендую заниматься индивидуально и без достаточных теоретических знаний о трансовых состояниях и проявлениях человека в момент их переживания!!!**

**Лучше найти группу единомышленников под руководством тренера.**

Дайте себе возможность быть в этом, получить это от Бога, Вселенной, Природы, биокомпьютера... Не важно.

Если вы в момент тренировки не ощутили сильной радости, то, значит, вы еще не достигли состояния Абсолютного счастья, значит, все, что было до этого, только тренировка, подготовка к нему. И не стоит переживать по поводу того, что у вас чего-то не получается»

В первом классе вы тоже боялись: научитесь писать или нет. Так и здесь: когда это произойдет, вы точно узнаете, что это такое. Это ни с чем не сравнимое состояние, и перепутать его ни с чем нельзя.

Сначала будут просто хорошие ощущения, затем они усилятся, и вы попадете в то состояние, когда подсознание и сознание находятся на одном уровне. Состояние будет спонтанным и непонятным, но потом наступит следующая фаза -фаза управления.

Тренировочные к&рты - это барьер, медитация на ощущение счастья, это барьер между истинным и ложным, между любовью и нашей жизнью» Этот барьер необходимо взять, сломать, перепрыгнуть, обойти как угодно, За этим барьером истинная жизнь, для которой нас создал Господь, Поддержать вас в преодолении этого барьера -моя задача, И когда он рухнет, вы увидите, что жизнь другая!

От увиденного возникнет восторг. Только не обычный восторг, а продолжительный.

Как будто вы прыгнули в холодную воду. У-ух! Только вот этот самый «У-ух!» — продолжительный!

*Анекдот.*

*Приходит Мойша от врача. Садится на диван и глупо смотрит в одну точку. Сара спрашивает:*

*- Ну, что сказал доктор?!*

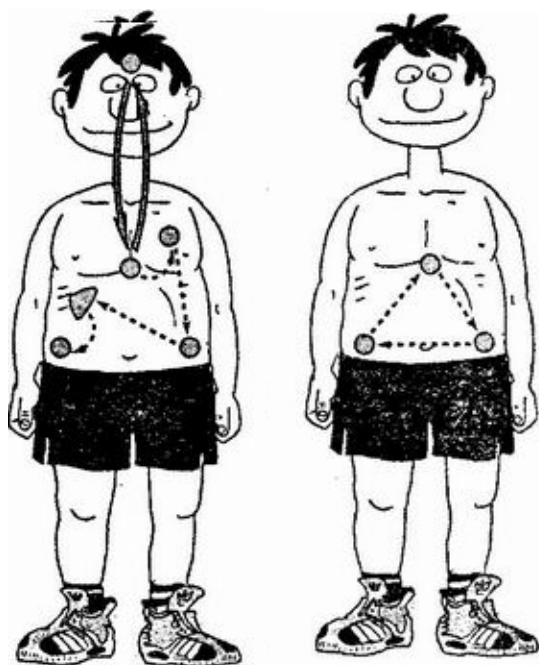
*- Ты представляешь, Сара... То, что мы 40 лет принимали за множественный оргазм, на самом деле - приступы астмы!*

Предупреждение:

Если при тренировке состояния безграничного счастья вы все чувствуете и полностью контролируете ситуацию, вас отвлекает музыка и ее громкость, рядом сидящие люди или что-либо еще, но только глаза у вас закрыты, то никакой тренировки на самом деле не происходит - вы просто сидите с закрытыми глазами.

Вы просто занимаетесь научным онанизмом!

А если у вас голова на груди и слюна потекла и вы издаете звуки, напоминающие храп, - то это сон. То есть вместо тренировки вы спите.



А что же тогда тренировка?

Это определенное дыхание, определенное состояние и визуализация образного мышления, при котором происходит переход в другое состояние мозга, которое, в свою очередь, раскрывает скрытые внутри каждого резервы и возможности.

*Многие вещи нам непонятны не потому, что наши понятия слабы, а потому, что эти вещи не входят в круг наших понятий.*

*Козыла Прутков*

Мы будем не просто переживать это состояние - одновременно мы будем перемещать внимание по телу от точки к точке. Определенным образом и по определенным траекториям. Траектории - это точки и расстояние до них, по которым вы будете перемещать ощущения.

### **УПРАЖНЕНИЕ**

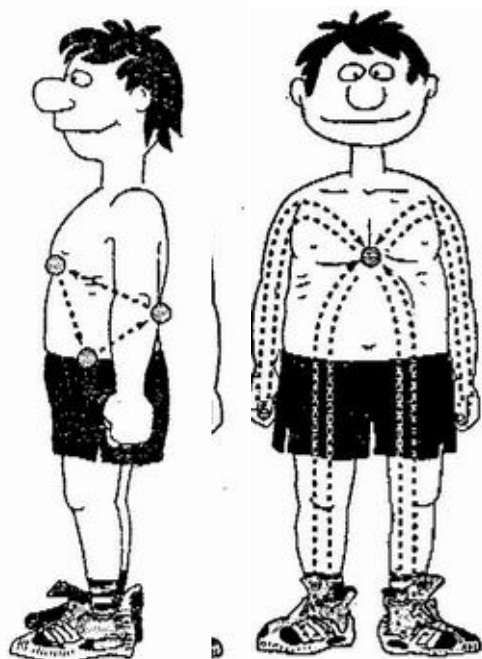
*Входим в состояние безграничного счастья и перемещаем внимание по траекториям.*

*Каждую траекторию повторить 3-5 раз за одну тренировку. Время концентрации на каждой точке индивидуально, но не более одной минуты.*

#### **1. Вдох - выдох солнечным сплетением**

**2. Солнечное сплетение - точка на ширину ладони ниже пупка -солнечное сплетение - «третий глаз».**

**3. Солнечное сплетение - левая почка - солнечное сплетение -правая почка - солнечное сплетение.**



**4. Солнечное сплетение - левая почка - правая почка - солнечное сплетение.**

**5. Солнечное сплетение - левый тазобедренный сустав - левая почка - солнечное сплетение -правый тазобедренный сустав -правая почка - солнечное сплетение.**

**6. Солнечное сплетение -«третий глаз» - солнечное сплетение - сердце - левая почка - печень - правая почка.**

**7. Солнечное сплетение -«третий глаз» - солнечное сплетение - сердце - левая почка - промежность - правая почка - печень - солнечное сплетение.**

**в. Солнечное сплетение - левая нога - солнечное сплетение -правая нога - солнечное сплетение - левая рука - солнечное сплетение - правая рука - солнечное сплетение.**

#### **9. Вдох - выдох солнечным сплетением.**

#### **10. Усилить и распространить ощущение и внимание по всему организму.**

Могут быть слабые ощущения, могут быть сильные. Это зависит от того, как вы устали за день, от того, какой у вас эмоциональный настрой, и т. д. Начнете практиковать, сразу все поймете.

Конечно, вы помните: самая сильная память -это мышечная. Если вы ощутили это новое состояние блаженства и любви на мышечном уровне, то теперь оно от вас никуда не денется. Необходимо снова вспомнить эти ощущения и усилить их воображением.

Сначала они будут появляться не сразу, будут слабыми, неяркими и непостоянными, но по мере натренированности качество и интенсивность ощущений будут трансформироваться. И через некоторое время вам будет достаточно просто подумать, как ощущения проявятся сами собой.

Тренироваться можно по индивидуальному графику. Вы сами себя знаете, подстраиваетесь сами - утром, вечером, днем, ночью. Примерная схема тренировки: два дня развиваете ощущения, два дня отдыхаете.



Кстати, забыл предупредить: милые дамы, в основном это касается вас. Это состояние дает некую раскрепощенность, истинность и открытость. Из затюканной бытом рабочей лошади вы начнете превращаться в Женщину. Начнут появляться легкость, мягкость. Поэтому на вас начнут обращать внимание мужчины.

Но учтите: это может начаться с тех мужчин, у которых очень сильна тяга к жизни. Это бомжи, алкоголики, бывшие эки... И только потом уже пойдут нормальные мужчины.



Почему так? Потому что у нас, у нормальных мужчин, нюх притуплён, у нас есть выбор, у нас есть что терять. А у вышеперечисленных лиц выбора нет: либо жизнь, либо смерть. Начнут приставать - не путайтесь.

Это значит, что у вас пошла перестройка внутреннего Я. Просто этот период надо пережить. Не бойтесь, это

недолго. А потом количество перейдет в качество - это старый закон, его вы еще в школе учили.

У мужчин то же самое: сначала вы будете вызывать интерес у дам асоциального вида, потом у всяких «замухрыжек», потом, потом, потом... Главное - не пойти в разнос и не растворить в количестве с годами наработанное качество.

Помните, мы с вами говорили о зрении новорожденного? Так и стадии развития интуиции имеют четыре схожих этапа.

И всем будет хорошо!

#### **Стадии развития интуиции.**

1. Проявление.
2. Зеркало.
3. Трансформация.
4. Интерпретация.

При помощи тренировочных карт отследите каждый этап. На первом этапе происходит осознание того, что вы можете пользоваться своим интуитивным мышлением. Выявляется взаимосвязь между образным мышлением, чувствами и телесными ощущениями. Происходит осознанный набор ощущений на ту или иную тренировочную карту.

Когда начнется этап «зеркало», произойдет переворот ответов. Что это значит? Вы уже набрали какую-то базу ощущений при интуитивном мышлении, начали их запоминать.

Например: на белый цвет карты вы чувствуете и ощущаете одно, на черный цвет - другое. Так вот, на этапе зеркала ощущения начинают смешиваться и меняться. То, что вы ощущали при белом цвете карты, теперь происходит при черном. И не обязательно в строгой последовательности и отражении.

Не пытайтесь это понять, просто констатируйте тот факт, что ощущения на карты поменялись. Заметьте для себя, что у вас начался второй этап - «зеркало», при котором происходит смена ощущений.

***Смотри внутрь себя.***

***Марк Аврелий***

Не подстраивайтесь под этот этап, ничего не меняйте, ощущения оставляйте такими, какие они есть, и просто запоминайте их. Если то ощущение, которое было на один цвет, теперь проявляется на другом, продолжайте их отслеживать, не меняя и не перемешивая.

Третий этап. Этап интерпретации. Появляются четкие границы в ощущениях, чувствах и мыслеобразах. Уровень владения интуицией повышается. Но ваши верные ответы все еще зависят от внешних факторов - погоды, времени суток, настроения, голода или сытости и т. д.

После того как вы найдете четкие различия в ощущениях между цветами и научитесь ими управлять, в вашей жизни произойдут необратимые изменения к лучшему! А произойдет это на четвертом этапе. Это когда вы будете пользоваться интуицией, не завися от внешних факторов.

#### *Анекдот*

***Приехал русский из Англии. Был всего две недели, а привез целое состояние. Друзья его спрашивают:***

***- Как это произошло? Он отвечает:***

***- Приехал я в Англию и попал в клуб джентльменов. Сел играть в карты в «очко». Одна партия, вторая, и замечаю, что никого не просят показать карты. Я спрашиваю: «Почему?» А мне отвечают: «У нас принято джентльменам верить на слово!» И вот тут мне как ПОПЕРЛО!***

Существуют четыре типа интуиции. И различаются они по степени и скорости возникновения реакции на правильное решение.

#### **Типы интуиции:**

- |                         |                       |
|-------------------------|-----------------------|
| <b>1. Моментальная.</b> | <b>X----- O</b>       |
| <b>2. Открытая.</b>     | <b>O— .....-X</b>     |
| <b>3. Замкнутая.</b>    | <b>O ..... O</b>      |
| <b>4. Плавающая.</b>    | <b>O -----X-----O</b> |

1. Это когда первое появившееся решение правильное!

2. Когда правильной является последняя мысль. У меня, например, именно так и происходит.

3. Когда правильное решение закрыто логикой, то есть правильное решение вообще отсутствует

4. Когда правильное решение плавает, может быть первым, может - последним, а может - в середине.

Необходимо определить, какой у вас тип интуиции, чтобы знать, в какую сторону и как корректировать. Наша задача перетренировать

присущий нам тип на № 1. Чтобы правильное решение было всегда первым. Так, согласитесь, удобнее.

В настоящее время универсальный тест на определение типа врожденной интуиции только разрабатывается в нашем институте, и этот тест будет для совсем ленивых. Надеюсь, что вы не из таких и сами в состоянии понаблюдать за собой. Понаблюдайте, понаблюдайте... От вас не убудет Я бы даже сказал, наоборот. Прибудет.

Работая с интуицией, вам придется много наблюдать за самим собой, что в результате приведет к удивительным изменениям в так называемой «внешней» жизни. Развивая интуицию, вы начнете чувствовать родственников и свое окружение. Именно чувствовать. Я , например, чувствую всех людей, которые со мной работают. Я знаю, где они и чем занимаются, чувствую их состояние.

*Однажды на курсах в одном городе ко мне подошел мужчина и попросил что-либо рассказать о своем друге, который пропал и уже год его не могут найти.*

*Я сначала смутился и начал говорить о том, что я не гадалка, но тут испытал странно знакомое ощущение, которое бывает только при вспышке интуиции. Кто владеет этим - поймут меня!*

*И начал просто говорить: что я вижу этого мужчину, он вот так одет, вот так выглядит, делает вот такие движения. Сказал, что он жив, но не может дать о себе знать, потому что он далеко, очень далеко от дома. Однако ему ничего не угрожает, и в течение полутора лет он появится.*

*На следующий день мужчина принес фотографию своего друга, на которой он выглядел именно так, как я его описал. Короче, просто бред. Так вот, сижу я как-то дома, смотрю телевизор, и по НТВ показывают «Новости» - сюжет о том, как освободили моряков, которые провели в плену в какой-то африканской стране около двух лет. И что о них раньше ничего не знали и вот только сейчас нашли и освободили. Я не придавал значения этому сюжету. Буквально на следующий день пришло письмо от того мужчины, в котором он рассказывал о том, что его друг нашелся.*

*Оказалось, что жене его друга позвонили из компетентных органов и попросили приехать в Москву для встречи супруга. А еще он написал, что во время нашей беседы он мне не поверил и только сейчас понял, что это правда.*

*Что я хочу этим сказать: сначала я, как робот, повторял заученные фразы и истины, потом начал верить в то, что говорю. А сейчас в то, что я говорю, я не верю...*

*Как так? А вот так! Теперь я ЗНАЮ, о чем говорю! Обладая интуицией, человек учится видеть не отдельные кусочки, а картину в целом.*

Еще вы начнете чувствовать ложь. Вас невозможно будет обмануть. То есть будет возникать чувство тревоги, как у диких животных или у детей до трех лет. Это поможет предотвращать возможные неприятности.

По-другому на вас будут реагировать ваши домашние животные. Я не имею в виду ваших мужей или жен. Это про кошечек, собачек, попугайчиков, черепах и морских свинок. Ваше внутреннее состояние начнет меняться, а животные это очень чувствуют

Предупреждаю при тренировке интуиции, при ее развитии будет немножко страдать память. Я сказал: немножко! Разберем, какая память, если она у вас разная?

Ликбез для умников

Виды памяти:

1. Кратковременная.

Долговременная, 3. Оперативная.

Нас интересует оперативная. На какой-то промежуток времени она будет снижаться. Ну, ну, не волнуйтесь, это длится недолго, с учетом ваших индивидуальных особенностей.

Оперативная память относится к логике, а мы с вами развиваем интуицию. Поскольку одно другому противоречит, то, усиливая интуицию, мы немного «задвигаем» оперативную память. Та информация, что была в словарном обиходе, из оперативной памяти начнет выпадать.

Не вся сразу, постепенно. Скажем так: конечно, вы не забудете того, что есть в памяти. Просто для вспоминания информации потребуется чуть больше времени, чем раньше.

То есть снижается не сама память, а способность ею оперативно пользоваться. Потом, когда интуиция подтянется, все придет в гармонию, только уже на более высоком уровне сознания.

**Временное снижение оперативной памяти происходит примерно у 70% тренирующихся.**

Может, вы относитесь к тем 30%, у которых память страдать и не должна. Это я к тому, чтобы вы не искали в себе симптомов прогрессирующего склероза, поскольку самостоятельный поиск симптомов всегда заканчивается одинаково. Их у вас потом находит врач, фиксируя тем

самым окончательное превращение здорового человека в больного. Помните, мы об этом говорили? Не помните? Вот-вот!

Будут и курьезы. Когда моя жена была беременна, я решил тренировать ей интуицию, чтобы ребенок родился с врожденным открытым чувством. Чтобы это состояние передалось от матери к ребенку. У меня не было цели раскрыть интуицию у жены.

И что теперь? Еду в командировку в другой город. В голове ну просто сами собой появляются кое-какие «левые мысли» - в смысле как бы это сходить налево. И жена тут как тут! Звонит и говорит: «Ну что, подумал, милый? А теперь иди к себе в номер и почитай какую-нибудь умную книжку. Или попиши свою».

Такой вот у нее теперь тип интуиции.

Но если кроме шуток, то знать свой тип интуиции действительно необходимо. Если вы не знаете, то и корректировать не сможете. А когда знаете, то соответственно получаете в руки рычаги для изменения существующего положения в жизни.

### **УПРАЖНЕНИЕ**

*Попробуйте сами дома придумать тест, как определить тип интуиции. Когда будет получаться, мы возьмем вас в соавторы, а через 10 лет все вместе получим Нобелевскую премию. Чем черт не шутит? Впрочем, если захотите, то премию сможете получить и без меня.*

Хотя опять-таки уже в шестой раз повторяю: гарантировать вам, что вы этому научитесь, я не могу. Каждый отвечает сам за себя. Путь гарантий - это путь среднестатистического обычного человека, а мы с вами на другом пути развития. Тут каждого ждут свои Нобелевские премии, согласно достигнутому им (каждым) уровню.

Помимо типов врожденной интуиции всегда имеет смысл знать, на каком этапе работы вы находитесь. Этих этапов я назову четыре, хотя это деление во многом условно.

#### **Этапы работы с интуицией**

1. Обнаружение.
2. Созерцание.
3. Руководство.
4. Управление.

То есть сначала вы «обнаружите», что интуиция у вас есть, и поверите в это. Потом вы будете наблюдать, как она работает, при каких условиях лучше, при каких хуже. Будете проверять: правда это или «глюки», действительно работает или сдвиг по фазе.

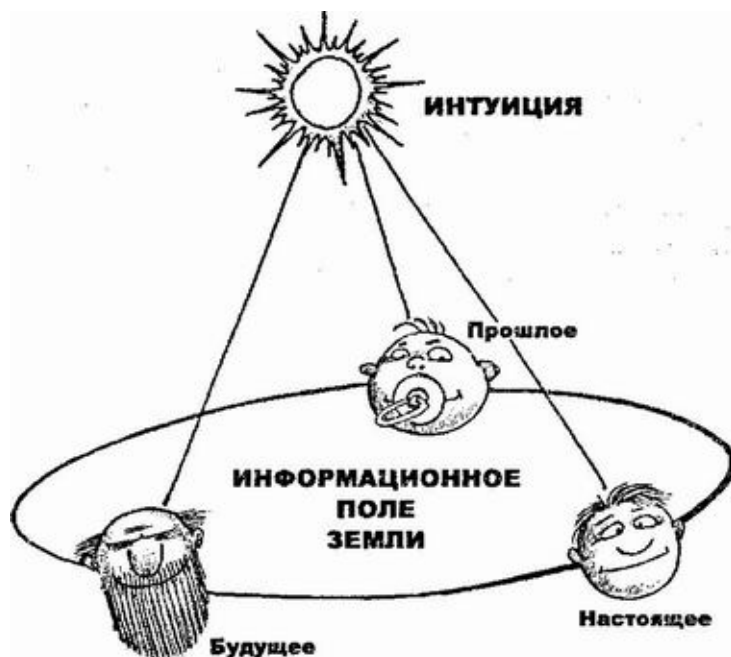
Затем вы сначала робко, а потом осознанно, со знанием будете руководствоваться этим процессом, но он будет зависеть от фаз луны, времени суток, настроения и т. д. А потом наступит последняя, четвертая фаза - управление.

В этом состоянии вы можете все, и оно не зависит от внешних факторов: погоды, настроения близких, наличия работы и времени года. Вот я сейчас нахожусь на стадии руководства, то есть интуиция включается сама по себе, а не тогда, когда я хочу.

Но я уже делаю попытки этим процессом управлять. Состояние, когда интуиция будет работать, я уже чувствую примерно за 3-4 дня. И имею полное право откладывать важные вопросы «до лучших времен». Потому что знаю, когда они наступят.

Мы все время находимся в информации. Информация всегда присутствует в жизни человека в виде ощущений, чувств, проявлений или каких-то внешних факторов, знаков в жизни. Воспринять это можно только с помощью интуитивного мышления.

Интуиция - это способность одновременно видеть прошлое, будущее и оптимально соотносить эту информацию с настоящим. Видеть целостную картину!



## Знаки Судьбы

Наверняка у каждого есть свои знаки судьбы. Знаки судьбы, которые вы знаете, - это отражение мостов судьбы при переходе информации по кругу. Это способность отличать ложное от истинного.

В главных книгах жизни человечества написано одно и то же. Своими словами: «Верь в свои силы, ведь Бог в тебе».

Не важно, сколько вам лет! И не говорите, что в ваше время не было информации. Во-первых, настоящее время тоже ваше, а не чужое. Во-вторых,

информация есть всегда, это процесс, это закон мироустройства, это как энергия, которая тоже всегда есть.

Тот факт, что к вам эта информация поступила именно сейчас, свидетельствует о том, что только сейчас вы оказались к ней готовы. Слава Богу! Только, умоляю, не останавливайтесь. Переработайте ее, научитесь ею пользоваться, и вам откроются следующие знания. И этот процесс не завершится никогда.

Не ждите - идеальных условий не бывает.

***Наши слабости нам уже не вредят, когда мы их знаем, Фридрих Ницше***

Бодо Шефер всегда говорит: «Лучшее время для трансформации - сейчас, лучшее время для создания бизнеса - сейчас, лучшее время для изменения отношений - сейчас!»

Да, иногда трудно, потому что после школы мы пришли в жизнь, а здесь другие законы, которые мы не учили, по которым не сдавали экзамены. И жизнь не дает конкретных ответов. Но она дает знаки.

Вы находите свой путь - вот так делай, говорит жизнь. Я делаю три шага, мне надоедает, я поворачиваю в другую сторону, и жизнь тут же дает мне «волшебный пендель», чтобы я шел по своему пути. Поэтому здесь и не будет конкретных упражнений, а только направление, следуя которому вы должны идти. Выбор за вами.

Видеть эти знаки или нет - выбор за вами! И это не религия и не мистика, я говорю о том, что действительно есть в нашей жизни. Знаки, которые даются лично вам. Я считаю глупым закрывать глаза на эти факты.

С детства можно отследить, как отражается та или иная информация в нашем теле, на это мы часто обращаем внимание. Например, если болит голова, вы знаете, что погода изменится. С этим все согласны?

Потому что нашему интеллекту доказали связь между каким-то там атмосферным давлением и давлением крови в собственной черепушке. Звучит убедительно и логично. А если взять шире?

Пример из собственного опыта: если начина-противно ныть старая спортивная травма на левой ноге, то я точно знаю, что ровно через три дня. приедет моя близкая родственница по линии жены и начнет жаловаться на жизнь. Мой интеллект до сих пор отказывается с этим считаться.

Но я, в отличие от него, твердо знаю: нога никогда не ошибается!

Надо научиться обращать внимание на все эти ощущения, на их взаимосвязь с жизненными ситуациями. Недавно я прочитал про Била Гейтса. Что пишет он про себя? Интеллектуально развитый человек, один из самых богатых людей планеты, прирожденный инвестор, вкладывающий свои знания и деньги в различные программы.



Его спрашивают: «Чем вы руководствуетесь при принятии решений?» Он отвечает: «Логически этого не объяснить. Боюсь показаться вам странным, но, когда у меня начинает болеть поясница, причем определенным образом, я понимаю, что это связано со сферой моей деятельности. Когда я обращаю на это внимание, то начинаю видеть некую тенденцию, видеть направления, куда и какую сумму я должен инвестировать. И боли в пояснице сразу проходят».

А обычный человек что делает? Говорит: у меня спина болит, дайте мне, пожалуйста, таблетку и найдите хорошего доктора, пусть меня вылечит. А Билл Гейтс использует это проявление интуиции в своей жизни. И его жизнь может нам служить примером! Он четко знает, что если заболел низ спины, значит, это связано с его инвестициями в конкретной сфере, в конкретное

время.

Я не случайно привел два примера подряд, когда знаки приходят через боль. У меня нога ноет перед приездом тещи, а у Била Гейтса спина «семафорит», когда нужно заниматься бизнесом. И это не потому, что знаки всегда приходят через боль. Я потом еще приведу массу примеров, когда ни у кого ничего не болит. Просто людям так понятнее, когда им объясняют через боль. Ну не вам лично, но большинству - так точно.

Интуитивная информация у нас есть всегда, но, как правило, мы связываем ее с негативными проявлениями. Плохое мы чаще запоминаем, так как более остро переживаем, эмоциональное состояние остается в памяти. Вы ведь замечаете, когда у вас зуб болит? А когда не болит? Не замечаете?

А чего это вы все плохое замечаете, а хорошее нет?

Пора меняться.

Нам с вами предстоит отследить проявления интуиции в другом ракурсе, позитивном, а не в смысле болезни... Но про позитив мы уже говорили и будем говорить еще.

Сейчас же - упражнение.

### **УПРАЖНЕНИЕ**

*Напишите о знаках в вашей судьбе, по которым вы принимаете решения в жизни. И пожалуйста, не надо писать традиционные, типа: ласточки низко летают, черная кошка, рассыпанная соль на столе, бабка с пустым ведром.*

Эту белиберду мы убираем, отставляем в сторону. Перечислите ваши личные знаки десяти-пятнадцати последних лет вашей жизни. Что происходит с вашим организмом? А вокруг вас? И к чему это ведет, то есть что-то вам делать нельзя, а что-то, наоборот, необходимо выполнить, даже если вам этого совсем не хочется.

**Думаем, пишем:**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



Сны?

Да, конечно, они могут предупреждать нас о чем-то, это наше бессознательное. Но сны - это другой разговор и другие правила. Перед тем, как нам что-либо приснится, эта информация должна быть отражена на теле, в материальном плане.

*Знаковый пример*

*Я выхожу из подъезда, сидит баба Клава на скамейке. Если она сидит, я разворачиваюсь, поднимаюсь обратно в свою квартиру, иду в спальню, раздеваюсь, ложусь под одеяло и сплю.*

Потому что давно выучил: после бабы Клавы день лучше не начинать. А если баба Клава в восемь утра на лавке еще не сидит, то жить можно.

*А вот если дед Витя сидит, то у меня суперудачный день будет.*

**ИЛИ Я** куда-то опаздываю, но иду и делаю то, что запланировал. Соответственно опаздываю в следующее место. И так весь день. Уже с утра, с первого опоздания я точно знаю, что весь запланированный мною на сегодня распорядок развалится. Так что уже можно не опаздывать повсюду дальше, а остановиться и перепланировать день заново.

**Знаки призваны помочь пройти по лабиринту судьбы в кратчайший срок и с максимальным эффектом!**

Есть знаки регулирующие, направляющие, запрещающие.

Есть знаки ДО, ВО ВРЕМЯ и ПОСЛЕ.



Если что-то хочется сделать вопреки знакам, то необходимо учесть, что это повлечет за собой проблемы в дальнейшем. И вы все равно столкнетесь с тем, что вам придется менять взгляд на эти знаки. Но это будет уже больно, с потерей чего-то. Надо вам это?

Делайте сознательный выбор.

Знаки есть в жизни, и вы знаете об этом. Подумайте, проанализируйте жизнь, найдите цепочку, схему, как они работают для вас. И что это за знаки? В виде чего они появляются в вашей

жизни? Способность замечать эти знаки как раз и есть интуиция.

***Разница между сюрреалистами и мной заключается в том, что сюрреалист - это я. Сальвадор Дали***

У вас нет знаков?

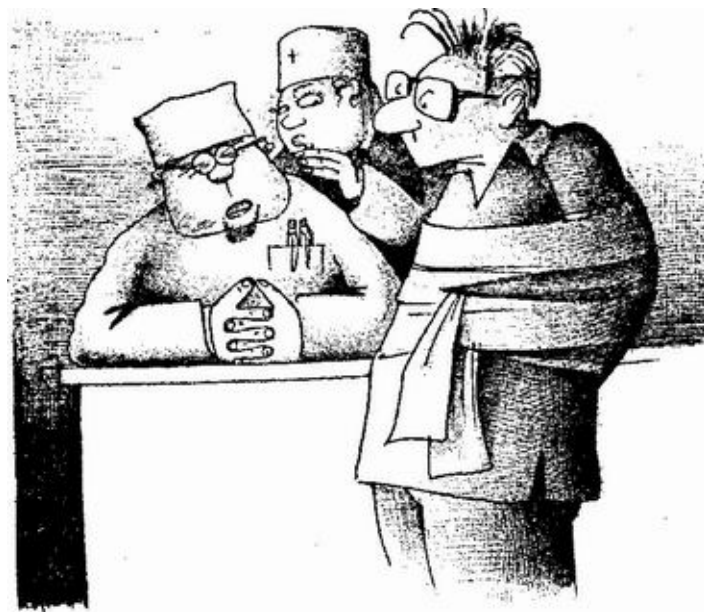
Что значит - у вас нет?! Есть, просто вы их пока не видите.

Все в мире взаимосвязано.

Понимаю, конечно, если сейчас к нашему разговору пригласить врача-психиатра, он поставит нам <sup>1</sup>однозначный диагноз. Так и есть - мы сейчас с вами похожи на психически нездоровых людей. Только такие люди ищут взаимосвязи там, где их на первый взгляд нет. Так вот, мы будем искать взаимосвязи.

Установка - они есть! Понимаете, у того, кто придумал про черную кошку, у него эта ассоциация работала! Если не черная кошка, то пустое ведро, рассыпанная соль и т.п. Просто он сумел убедить свое окружение в том, что эти знаки универсальны.

Его соседи вместо того, чтобы искать свои знаки, переняли его. Он был лидером, он увидел свои знаки. А соседи были обыкновенными среднестатистическими потребителями и взяли готовенькое.



И не важно, что оно у них не работает. Зато они теперь уж вон сколько поколений причастны к миру мистики и нечистой силы: видят черную кошку и сломя голову бегут перебегать ей дорогу, отчаянно плюясь при этом через левое плечо.

Значит, знаки есть, как указатели на дороге: поверни налево, прямо, тупик, двухстороннее движение. Это правила.

Вы же с правилами дорожного движения не спорите?!

**Опасно для жизни.**

А что делаете? Правильно, учите их.

**Глава 7**

**Трансформируйся**



Помните, в самом начале я поторопился дать вам первое упражнение? Для тех, кто хочет как можно скорее начать удивлять знакомых своими интуитивными прозрениями? Знаете этот соблазн? На секунду сделать умный вид и изречь: «Спорим на триста баксов, что у тебя в правом кармане... триста баксов?»

Помните? Там, кстати, еще упражнение было, правильного ответа на которое я так все еще и не дал. Так вот скоро дам. Точно еще не знаю где, но интуитивно чувствую, что вот-вот не выдержу и во всем сознаюсь.

### **УПРАЖНЕНИЕ**

*Для тех, кто до сих пор не спит. Сейчас самое время вам вернуться в начало книги и еще раз сделать первое упражнение. Старайтесь, чтобы написанные вами тогда цифры не влияли на процесс. И соответственно на результат. И не забывайте о том, как женщины выходят замуж.*

Так что правильный ответ будет. А вот производить впечатление на знакомых, соседей и девушек, боюсь, не получится. Потому что:

**Сила не дается ради любопытства, ради удовольствия, ради развлечения, для баловства.**

Согласитесь, это очень разумно и справедливо. Представляете, что будет, если этими способностями будут обладать духовно неразвитые люди? Конец света!

Душа у вас должна быть чистая. Обычно это сравнивают с зеркалом. Чистое зеркало отражает попадающие на него лучи. А грязное зеркало - это просто грязное зеркало.

Я ни в какую веру вас не обращаю, о религии не говорю. Просто для того, чтобы ощутить так нужное нам состояние безграничного счастья, необходимо быть чистым. Очиститься в духовном и психическом плане, а не просто помыться с мылом. Хотя и с мылом мыться тоже не мешает как угодно назовите эту великолепную сущность, которая дарит Любовь. Но если вы будете что-то выпрашивать, обижаться, дуться и ругаться - вас просто не услышат. Если вам чего-то не хватает в жизни, а вы молча страдаете, то вас тоже не услышат.

Вопрос на засыпку: чего вам не хватает в жизни для полного счастья? К чему, собственно, мы стремимся, чтобы, достигнув этого, мы смогли бы выйти на центральную площадь и сказать в лицо соотечественникам: Я СЧАСТЛИВ!? Правильный ответ: деньги? Здоровье? Любовь?..

К счастью стремиться нельзя - в этом парадокс!

В нем необходимо пребывать.

Чистота - это состояние гармонии и изобилия. В этом состоянии человеку дается все. Кем дается? Богом, природой, космическим разумом

***Счастье - как здоровье: когда его не замечаешь, значит, оно есть.***

***Иван Тургенев***

Возьмем за точку отсчета то, что есть у вас сейчас. О чем мечтает обычный человек? Путешествовать, чтоб деньги были, квартира, дача, машина или две... Об известности, реализованности, востребованности мечтает уже не обычный человек - это уже лидер.

Это перспектива, которую вы скоро начнете видеть. Почему алкоголик всегда найдет алкоголика? Наркоман - наркомана, богатый - богатого, духовный - духовного? Это закон природы: подобное притягивает подобное.

У некоторых из нас есть эмоциональный блок, то есть психика предохраняет человека от плохих воспоминаний, предохраняет от эмоциональной боли. Но если мы окунемся в них, сделаем себе немножко неудобно сейчас, но найдем там формулу, по которой складывается фундамент наших неудач.

Эта формула работает вне зависимости от нашего состояния. Так вот, необходимо взять эту формулу и сделать так, чтобы она работала на состояние удачи, состояние счастья. И тогда

эмоциональный фон нашей жизни сам собой трансформируется и исправится. То есть не нужно будет напрягаться для решения каких-нибудь проблем.

Наша реальность - это однозначность: у нас есть или жизнь или смерть, или правда или ложь, нет середины. Об этом даже в Библии говорится. Иисус Христос говорил: «Кто не со Мною, тот против Меня». Что это означает? Это означает, что Вселенная развивается по принципу воронки в раковине.

Спираль жизни закручивается строго в одну сторону. Если мы действуем против нее, соответственно мы получаем проблемы на свою голову. Вот так расшифровывается эта фраза. Или тот же пророк Мохаммед. Только он мог написать на мече. Меч не как наказание, а как напоминание людям о разделении социальных законов и законов мироздания.

Он написал на мече: «Я пришел к вам с миром». В принципе, если рассуждать, они оба имели в виду одно и то же, об одном и том же говорят: необходимо жить по законам мироздания.

У вас появится выбор. А пока выбора нет. Обращаем внимание только на одну часть жизни. Мы с вами приучены к плохому с детства и ничего хорошего не видим, только какими-то невероятными усилиями можем дергаться и вырываться, но времени проходит очень много. Я сейчас говорю о том, что может сдерживать вас на пути к себе - гению. Почему это так?

Человек склонен анализировать неудачи, ошибки, промахи, чтобы в дальнейшем их избежать. В этом-то и кроется великий самообман. Когда мы счастливы - мы просто счастливы, просто радуемся!

Кому-нибудь придет в голову анализировать состояние счастья, думать, как он этого добился? Как получилось так, что он счастлив? Вы будете думать об этом?

*Анекдот*

*Разговор двух американцев о любви.*

*- Мой психоаналитик считает, что любовь - это так-то и так-то, а ваш психоаналитик, что он думает по этому поводу?*

**Не секрет, что дыхание изменяет биохимические процессы в организме и скорость их протекания. Для того чтобы активизировать эти процессы, можно, например, заняться холодотропным дыханием. Дыханием с усилием. Для этого необходимо тренироваться под руководством опытного тренера.**

**Но помимо дыхания активизировать процессы в организме можно, переживая состояние счастья. Состояние безусловного счастья - это суть человеческой трансформации.**

**Это состояние неопишуемой радости. Ни с чем нельзя сравнить, нет такого в нашем мире, с чем можно сравнить. Слезы от счастья и от восторга. Приятная вибрация во всем теле, и никаких мыслей. Состояние оглушенности, как будто бы после подводного плавания.**

**Есть много форм достижения этого состояния. Какая разница, где и как, какой формой и с кем - лишь бы результат был. Результатом является ваша развитая способность переживать это состояние.**

Определите, какие таланты у вас есть и какие из них основные, какие дополнительные, а какие вспомогательные. Как минимум десять талантов вы обязаны себе определить.

Таланты не имеют возраста.

Что было в детстве, в юности, есть и сейчас.

Может, вы в детстве корень квадратный из тысячного числа в уме высчитывали. Посмотрите, какие у вас предрасположенности и куда, в какую сферу деятельности они вас

подталкивают. Может, вы пельмени лепите так, что если вы займетесь этим профессионально, то станете известным на всю Россию или мир Поваром с большой буквы.

И так далее.

Вытащите свои таланты на поверхность, чтобы знать, что развивать. И запишите их:

В течение какого времени должны сложиться обстоятельства для того, чтобы вы начали что-то делать? Вы ставите себе цели в жизни? Они подвергаются изменению?

Это на уровне ощущений, интеллектом это не меряется. Если вы провороните время, то опять пойдете на повторный круг. Насколько этот круг будет большим?

Знаете, как биатлонисты: промахнулся - штрафной круг. А время бежит. В жизни точно так же. Есть у вас время бегать по штрафным кругам? Насколько хватит сил?



Ведь жизнь развивается циклично. Стоит ли ждать, пока вы пойдете на штрафной круг, если уже сейчас можно пойти вверх по восходящей? Повторяю, на уровне ощущений. Ищите, находите свою формулу, и когда произойдет совмещение талантов, предрасположенностей, тогда откроются новые горизонты.

Какие таланты у вас есть? Поройтесь в себе! И не важно, сколько вам лет по паспорту.

Несколько правил нового мышления.

1. Прежде чем открывать таланты, обратите свое внимание на физическое здоровье. Если тело не в порядке, те силы, которые предназначены для духовного роста, уйдут на приобретение физического здоровья. Поэтому, прежде чем развить талант, приведите в норму здоровье.

Не болеть как минимум, ну уж тем более убрать любую «хронь», которая есть. Потому что о какой гармонии можно говорить, о каком развитии, если здоровье хромает? Просто больное тело на этом пути не выдержит.

2. Не боритесь со своими чувствами. Кого вы видели из таких борцов счастливыми людьми? Нет ни одного человека. Вы даже не знаете, где правда, а где ложь. Но это видение можно развить. Мы с вами начинаем бороться, а на самом деле не знаем, где правда, а где истина. И жизнь показывает, что очень часто мы ошибаемся.

Знание всегда приходит внезапно. Вы вдруг проснетесь и осознаете, что оно уже у вас есть. Потом вы будете видеть проявление интуитивных знаний в вашей жизни или жизни другого человека - это становится закономерностью.

### **Дайте волю чувствам и эмоциям.**

Сначала вы начнете видеть впереди себя от 0 до 2 месяцев, до года, до 10 лет, до 20, до 100 и до бесконечности. Вы будете «видеть» информацию. Она уже есть. Как ее повернуть к себе - против часовой, по часовой, или вдоль часовой, или ниже часовой, - вы будете решать сами.

Обладая интуицией, вам не нужно будет гадать, у вас всегда будет информация. Просто необходимо стать истинным лидером.

Появится истинный лидер - что произойдет в глобальном масштабе?

Изменится мир.

*Впервые это случилось на дне рождения родной сестры моей тещи. Представьте, праздничный стол, закуски, чоканья, разговоры и т. д. И как-то разговор зашел про их маму-бабушку, которую все любили и уважали. Но я ее в глаза не видел. Она умерла задолго до моего нашествия на семью жены.*

*А я возьми да и сдурю ляпни, что, мол, вижу вашу бабушку сидящей вон в том углу, вот на таком кресле вот такого цвета, бабушка вот в это одета, вот так сидит и вот такие движения делает. Я и сам не понял, чего такое сказал и главное -зачем? Но за столом воцарилось гробовое молчание.*

*Жена с ее мамой отвели меня в другую комнату. Выяснилось, что только что я рассказал то, что мог знать только близкий человек, который был знаком с бабушкой. И то, как она выглядит, и во что одета, и телодвижения, и даже ее любимое кресло, которое давно выкинули, и то место, где оно раньше стояло.*

*Я был совершенно ошарашен и не понимал, как это вообще могло произойти.*

*При встрече с Учителем я ему все рассказал, на что он ответил: «Поздравляю, ты начинаешь взрослеть и становиться зрячим человеком».*

*Я еще раз повторяю: нельзя в век информации пользоваться инструментами индустриального века! Вы же не используете компьютер для забивания гвоздей или смычок от скрипки для прочистки унитаза?!*

*Время ускоряется. Я хочу, чтобы вы начали осознавать, что происходит. Вы знаете, что будет через 20-30 лет. -*

*Смотрите: шахтеры, учителя, медики. Что с ними сейчас происходит? Идет жесткий естественный отбор! Необходимо менять систему обучения, систему пользования ресурсами и систему знаний о себе.*

*Я думаю, что через 20-30 лет еще останутся машины на бензине, но появятся и другие источники движения. Они уже есть. Информация быстротечна. Поэтому у нас с вами нет времени на раскачку или сомнения. Кто не успел - тот опоздал. Природная селекция.*

*Посмотрите, где вы сейчас находитесь на своем жизненном пути, что удалось, что нет. Что получается, что рушится. Как вы реализовались -полностью или только в чем-то очень незначительном? Или вам срочно необходимо менять свое понимание жизни?*

*Вы знаете, какие у вас предрасположенности? Какие таланты? Послушайте сами, как вы рассказываете о своей жизни. Одни с каким-то сожалением, другие - с недоумением. Третьи вообще об этом не задумывались. Люди вообще не знают, есть ли у них какие-нибудь таланты или нет. А на вопрос, как вы свои таланты развиваете, начинают рассказывать что-то невразумительное.*

*Какое отношение эти рассказы имеют к вашим гениальным способностям? Получается, что вы не хотите их вытащить - раз, вы не хотите их озвучить - два, вы не хотите в этом утвердиться, то есть создать это у себя внутри! - это три. Вы их в себе не признаете. Что-то непризнанное в вас постоянно рвется наружу, а вы усилием воли это сдерживаете.*

*Грустно?*

*Если задело - остановитесь и подумайте почему.*

*В одном городе жил дурак.*

*Его постоянно обманывали, насмехались над ним, ни одна девушка не обращала на него внимания. Надоело это дураку, аж жуть. Собрался он в дорогу и пошел в соседнюю страну к мудрецу.*

*День шел, два, три... На исходе недели, весь усталый, измотанный и голодный он увидел крепостную стену города. Он вошел в ворота, нашел дом, в котором живет мудрец. Но ему пришлось простоять в очереди еще три дня, ведь к мудрецу приходили люди со всего света.*

*Наступил день, когда он вошел в комнату к мудрецу.*

*И сказал:*

- О, великий мудрец! Я дурак и так устал от такой жизни! Все надо мной издеваются Я хочу стать умным! Помоги мне, подскажи: как это сделать?

Мудрец ответил:

- В субботнее утро пойди на городской рынок, найди торговца в красном кафтане и купи у него банку козьего горошка. Принимай по пять горошин каждый день перед восходом солнца и перед закатом. Стоя лицом строго на восток!

Обрадованный рецептом дурак так и сделал. Прошел год.

И вот в одно прекрасное утро, стоя лицом на восток и держа банку с козьим горошком в руках, дурак вдруг понял, ЧТО он ест!



Обычные люди очень похожи на этого дурака. Повторяю: только похожи. До тех пор, пока они не перестанут трехмерно мыслить, ничего не произойдет! Они все знают, все умеют, но почему-то постоянно больны и несчастны. И при этом не хотят взглянуть на все другими глазами.

**Легче зажечь одну маленькую свечку, чем проклинать темноту.**

**Конфуций**

Если они знают, что можно изменить жизнь, тогда пусть работают над этим, а если знают, что ничего не

изменится, то тогда зачем вообще им нужно было *покупать* книги о саморазвитии или ходить на какие-то тренинги и семинары?

Сделайте следующую табличку, поразмышляйте и заполните ее.

я имею	я могу	я хочу

**Будущее определяется вашим поведением и вашими словами сегодня.**

Вы это знаете!

Послушайте, что вы говорите, как вы говорите.

Однажды к Саи Бабе приехала научная группа из России- один из вопросов, который они ему задали, был: «Что значит: человек создан по об-

разу и подобию? Как вы к этому относитесь?» Он ответил:

«Единственное отличие меня от вас в том, что я знаю, что я Бог, а вы - нет!»

Мой вопрос к вам: когда вы узнаете это? Когда поверите в то/что созданы по образу и подобию?! Когда откроются у вас на это глаза? Как можно разговаривать со слепцом о влиянии на предметы, о материализации мысли?

Обычному человеку даже если денег дать, он ничего не сможет изменить в своей жизни, Он их прокушает, обслужит свой желудочно-кишечный тракт и скажет: «Маловато, еще давай!»

Есть такая поговорка: любовь приходит и уходит, а кушать хочется всегда! Да? И многие живут по этой поговорке. Мне хочется, чтобы вы были в состоянии любви. В этом состоянии желудок интересуется? Деньги интересуют? Болезни интересуют? Остановитесь, подумайте над

ответом. У меня самая неблагодарная работа - преподавать взрослым людям! Что мне надо сказать, чтобы вы поверили в себя? Во что вы вообще верите?

Многое в нашем мире до сих пор не объяснено современной наукой и никому не понятно, Но при этом оно, это многое, влияет на нашу жизнь. Не признавать существования некоторых фактов, конечно, можно... Но зачем?

Один из фактов - это интуитивное мышление.

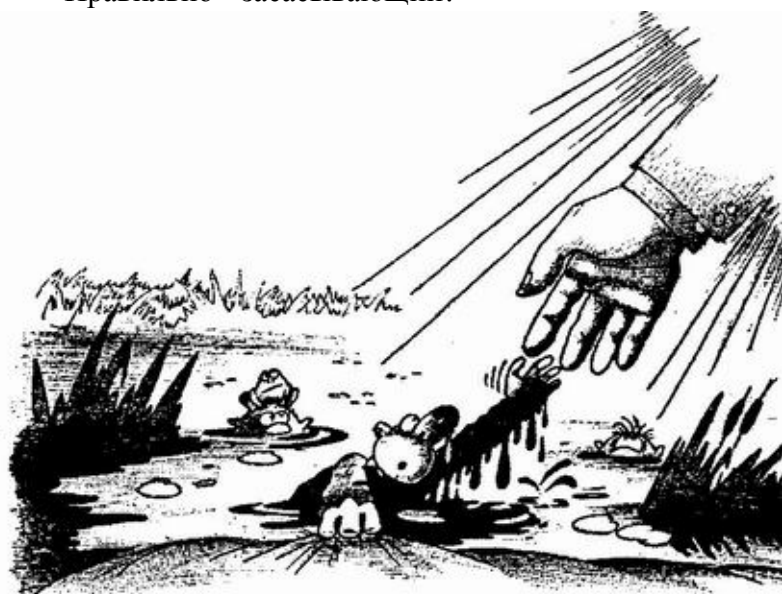
Что же это такое - интуиция?

Интуиция'- это системное знание всего, то есть информация.

Наше тело отражается в нашем интеллекте? Чем больше вы знаете о теле, тем легче его регулировать, правильно? У нас в мире есть две силы- созидаящая и разрушающая, есть день и ночь, есть жизнь и смерть.

Вот внизу обычный среднестатистический человек, вверху - гений. Когда мы с вами поднимемся над этим болотом, мы будем подвержены ветрам со всех сторон. Когда люди поднимаются, они становятся Лидерами. Только в болоте какой эффект очень сильный?

Правильно - засасывающий!



Наше с вами болото - это наше окружение, отношение, наши законы, наши традиции, религия, менталитет, все это очень сильно, сильно, сильно-пресильно будет тянуть нас назад.

Но мы с вами находимся сейчас на поверхности.

Кто мы?

Что вложено в нас?

Почему мы родились именно сейчас?

Какие способности в нас заложены?

Напишите письмо - Прощальное.

Нет, не мне, а своему самому любимому и самому близкому человеку. Себе то есть. Минимум на лист, максимум - хоть всю тетрадь испишите. Вы прощаетесь со своим любимым «обычным человеком», но не из-за того, что у вас навсегда уезжает «крыша», а из-за того, что обычным человеком вы никогда уже не будете.

В письме вы объясняете, почему вы с ним прощаетесь, говорите, что на самом деле вы его очень любите и не обижаетесь на него. Очень важно, чтобы он после этого письма на вас не обиделся.

***Прощальное письмо обычному человеку ПРИВЕТ!***

Для вас это будет становлением вашего Гения, освобождение от «шелухи» и принятие «индивидуальности». Вам нужно будет принять в себе ГЕНИЯ, вам необходимо будет увидеть, где он работает у вас, как он работает, как проявляется, и научиться его слушать, понимать и прршивать. Вы знаете, что в жизни самое трудное - это первые шаги. На первом этапе от вас потребуется просто ему верить.

Вам придется развивать феноменальные качества. Их много: 36 основных и еще по 3 дополнительных и 3 вспомогательных в каждом. Одним из главных феноменальных качеств является исключительная положительность души - это качество, при котором вам не нужно будет суетиться, вам не нужно будет ничего делать, планировать и контролировать.

Вокруг вас будет все реализовываться само собой просто потому, что вы вытащили из себя это феноменальное качество и натренировали. У нас у всех оно есть от природы, но глубоко запрятано и забыто. Но развить его может каждый.

Я не знаю истину, я просто знаю, что на этом пути можно приобрести гармонию, изобилие и мудрость. Мы все вместе едем в поезде. Меня назначили старшим по вагону как в армии, то есть я здесь сержант.

Кто-то -старший вагона, кто-то - старший купе, кто-то - старший поезда, кто-то отвечает за поезда, кто-то отвечает за отвечающего. Мы в принципе одинаковы, никто не выше, никто не ниже.

Мы едем в поезде, следующем по маршруту:  
**«СЕЙЧАС-СВЕТЛОЕ БУДУЩЕЕ».**

И раз уж все равно уселись письма писать, напишем еще одно. Второе письмо - тому самому гению. Это письмо мы пишем себе - новому. Задача: после второго письма гений должен захотеть обязательно с вами встретиться.

Написать надо так, чтобы этот человек обратил на вас внимание. Только представьте, какую кучу различных просьб и писем он получает. Нужно, во-первых, пройти через секретариат, чтобы люди, работающие с ним, не выкинули ваше письмо в мусорный ящик сразу.

Это первый этап отбора - что вы здесь напишете? Почему вам так необходимо с ним встретиться? Если стимула нет, придется писать о том, какой он хороший, какие вы хорошие, какая у вас семья, много детей и т. д.

Пересмотрите свои цели в жизни, если что-то нужно изменить, то поправьте. Может быть, у вас произойдет некая трансформация цели. Станкге интересным для гения!

### ***Письмо Гению***

Цель письма - выйти за рамки привычного понимания себя. Только те люди, которые выходят за рамки собственного восприятия жизни, делают историю и добиваются потрясающих результатов.

*Повторю:*

***один человек делает историю, сотни ему подражают.***

Я служил в войсках Военно-воздушных сил, это элита Российской армии. Приведу один пример, который помню со времен своей коротко стриженной, в кирзовых сапогах юности.

В современном мире во многих странах - огромное количество летчиков. Их не миллионы, но тысячи. Это престижная, элитарная, сугубо мужская профессия. Но внутри нее есть круг людей, примерно в два десятка, так называемых *неприкасаемых* - это летчики-испытатели.

Следите за моей мыслью?

Так вот, много лет летчики-испытатели тестировали тактико-технические характеристики новых самолетов. Но однажды человек вышел за рамки своего обычного восприятия жизни, за рамки безопасности, за рамки привычного комфорта в своей профессии. Да, да, даже в такой профессии есть рамки комфорта!

И мир узнал, что такое полет на самолете со сверхзвуковой скоростью!

Представляете, десятки летчиков десятки лет делали то, что предписано инструкцией и здравым смыслом. Делали то, что привычно и доведено до автоматизма. И только один пошел туда, где нет гарантий и привычного окружения.

Это был Яков Ильич Верников, летчик-испытатель, Герой СССР.

### **Тренируйся**

В этой главе будет минимум рассуждений и максимум практики. Приготовьтесь хорошенько поработать, чтобы потом хорошенько,.. поесть!

Помните старую советскую поговорку: «Кто не работает, тот не ест!»

Итак, поехали.

### **УПРАЖНЕНИЕ**

*Нарисуйте несуществующее растение и несуществующее животное. Художественно-эстетическая сторона ваших произведений не важна. Важно узнать, что вы за личность, какие есть скрытые проблемы, выяснить уровень тревожности, если он есть, и естественно, ваш творческий потенциал.*

*Важно, чтобы мы шли вместе с одинаковой скоростью. Чтобы был один уровень взаимопонимания, один контекст. Да, дорогие мои, описывать, что ВЫ хотели сказать этими рисунками, не надо, просто нарисуйте. Если этого листка мало, то хоть на ватмане рисуйте, только не на салфетных огрызках и туалетной бумаге, хотя это тоже показывает определенные свойства личности. Это обычный психологический тест.*

### **Несуществующее животное**

### **Несуществующее растение**

Нарисовали? Молодцы! Теперь ставим число. И убираем рисунки в ящик. На год. Кто-то еще помнит, что на развитие интуиции мы отвели себе год? Если вы читаете книжку в один присест, то есть вчера начали и вот уже дочитали до сих, то тогда рисовать, делать упражнения и вообще читать дальше не стоит. Этим всем придется заниматься (слышу ваш глубокий вздох) какое-то время.

Так вот, через год достаньте эти рисуночки. Как я уже сказал, это обычный психологический тест. Как правило, к нему идут инструкции - если передние лапы у зверя выше ушей, значит, художник трусоват. Если животное похоже на настоящее - отсутствует фантазия. Если абсолютно нереальное - выпендривается много.

Я этой примитивной расшифровки давать не буду. Через год вы достанете рисунки и посмотрите на себя со стороны. Великое видится на расстоянии. Сейчас вам кажется, что зверь и растение получились такими совершенно случайно. Через год, глядя на них, вы поймете, как вы изменились, кем вы были и кем стали. Или просто радостно воскликнете: «Ой! Это ж я год назад рисвал/а!!!» И нарисуете еще одно несуществующее животное и еще одно несуществующее растение. И так каждый год. Вам в детстве зарубки на дверном косяке ставили? Чтоб отмечать, как вы растете? Вот эти рисунки пусть и будут зарубками на дверном косяке вашего стремительного духовного роста.

### **УПРАЖНЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ ОЩУЩЕНИЙ**

*Упражнения, активизирующие участки мозга, которые отвечают за творческие способности, каждое упражнение выполняется плавно в течение 4-6 минут.*

1. **«Мячик»:** упражнение выполняется стоя: поставьте руки перед собой на уровне живота, так, будто держите воображаемый мячик. Расстояние между ладонями такое, при котором вы чувствуете некий магнетизм, покалывание, теплоту, прохладу, тяжесть или любое другое ощущение между руками. Добейтесь четких ощущений. Как только появились четкие, устойчивые ощущения, увеличьте расстояние между ладонями(плавно). Если они еще неустойчивые, перестаньте увеличивать расстояние между руками, а если пропали, то расстояние чуть-чуть уменьшите.

2. **«Этажеровка»:** поставьте одну ладонь над другой, обе ладони тыльной стороной вверх. Добейтесь устойчивых ощущений: тепло, холод, покалывания, пульсация, подергивания, притягивания или отталкивания - любые индивидуальные проявления и интерпретации. Расстояние плавно увеличивайте. Поменяйте руки местами.

3. **«Сфера»:** поместите ладонь напротив солнечного сплетения. Добейтесь устойчивых ощущений - тепло, холод, покалывания, пульсация, подергивания, притяжение или



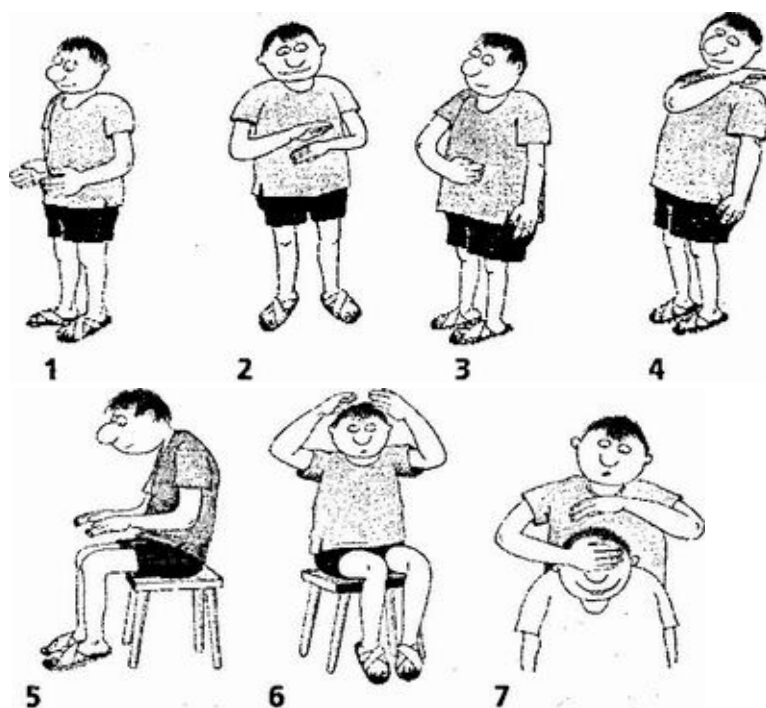
отталкивания -любые индивидуальные проявления и интерпретации. Расстояние плавно увеличивайте. Поменяйте руки местами.

4. **«Погоны»:** рука над ключицей и плечом. Добейтесь устойчивых ощущений - тепло, холод, покалывания, пульсация, подергивания, притяжение или отталкивания - любые индивидуальные проявления и интерпретации. Расстояние плавно увеличивайте. Упражнения выполняются поочередно каждой рукой.

5. **«Наколенники»:** руки над коленями. Добейтесь устойчивых ощущений - тепло, холод, покалывания, пульсация, подергивания, притяжение или отталкивания - любые индивидуальные проявления и интерпретации. Расстояние плавно увеличивайте.

6. **«Капюшон»:** руки над головой, по обе стороны от головы, у затылка, у лица. Добейтесь устойчивых ощущений - тепло, холод, покалывания, пульсация, подергивания\* притяжение или отталкивания - любые индивидуальные проявления и интерпретации. Расстояние плавно увеличивайте.

7. **Упражнение в парах:** все описанные упражнения выполняются в паре с другим человеком, поочередно.



### **УПРАЖНЕНИЕ С ПЛАМЕНЕМ СВЕЧИ**

Из практики Раджниша ОШО. Медитация на развитие ощущений.

Смотреть на свечу необходимо издалека.

Расстояние между глазами и свечой не менее 2 метров.

*Посмотрите на пламя свечи.*

*Представьте, что вы и есть пламя. Что вы можете чувствовать, как свеча, вы обжигаете или даете свет? Коптите или нет? Греее кого-то или одиноко горите? Насколько сильное либо, наоборот, слабенькое пламя? Быстро ли капает воск от вашего пламени или нет? Из скольких слоев состоит это пламя? Или оно однородное? Что это за огонь?*

*Расслабьте тело, смотрите только на свечу и побудьте в своих ощущениях.*

*Внутреннее состояние, ощущения. Все внимание на процессах, проходящих в теле. Вы и есть эти процессы. Представьте, что происходит сейчас в организме. Ваши ощущения, состояние, чувства. Желание, стремление, движение.*

Поменяйте что-нибудь в жизни хотя бы на одни сутки. Например: устройте себе рисовый день. Что это такое? Рассказываю:

*Берете стакан риса (любого) на 1 литр воды и варите до неполной готовности. Без соли, сахара, специй, мяса, изюма и т. д. - просто пустой рис на воде. Сначала выпиваете оставшийся отвар от риса, потом едите целые сутки рис и пьете только обычную воду, без меда, трав и тому подобного. За эти сутки необходимо выпить не меньше 2 литров воды. Диабетикам это делать запрещено.*

## **Формулы**

**Это очень серьезная глава, и поэтому сначала предупреждение.**

**Про круговорот воды помните?**

**Облако - дождь - река - море - облако.**

**То же самое можно проследить и, например, с едой. Растения становятся пищей для животных, животные являются пищей друг для друга. Но в конце концов все они разлагаются и становятся пищей для растений.**

**И так по кругу.**

**Таких кругов много.**

**Деньги - один из них.**

**И у него есть свои законы.**

**Не зная законов движения денег, вы участвуете в нем несознательно. И ответственности на вас никакой. Вместе с пониманием приходят и обязательства. И наказания за несоблюдение правил становятся жестче. Внимание!**

**После того как вы узнаете законы движения денег в своей жизни, эти законы начнут работать неумолимо, хотите вы этого или нет, верите или не совсем! Подумайте об этом. Вы имеете полное право эту главу не читать.**

**После прочтения ваши знания могут прийти в несоответствие с вашим образом жизни. Не изменив образ жизни, вы можете серьезно потерять в деньгах. Изменив, приобретете. Решите сами, нужно ли вам это? До сих пор вы были согласны терять в деньгах, лишь бы не менять образа жизни.**

Если вы примете к сведению эти знания, то позитивное состояние начнет лавинообразно усиливаться. Но если будете упускать время и махать рукой, говоря, что это все ерунда, то окажетесь в постоянной финансовой яме. Или вы уже давно там?!

Речь пойдет только о психологических формулах движения денег. Эти формулы достаточно универсальны, они работают что для маленьких денег, что для больших. Что для богатых людей, что для бедных. Что в России, что в Прибалтике, Израиле, Америке или на каких-нибудь затерянных островах.

***Я хочу жить как бедный человек с деньгами.***

***Пабло Пикассо***

Разговор не о конкретном количестве денег, а об отношении к ним. О наполненности жизни. Естественно, что для каждого наполненность своя. Но можете ли вы позволить себе поехать, допустим, в Тибет, а потом в Египет? При этом не работать и не нуждаться в деньгах. И не просто поехать, а, допустим, по месяцу пожить и там и там. Сейчас не можете?

Слышу любимую отговорку: а что там делать, мне это не нужно. Ну, пусть это будет не Тибет, а Австралия или Алтай, что угодно! Можете ли вы, увидев по телевизору, что в дом инвалидов требуется специализированная «скорая помощь», которая стоит 38 000 евро, купить и подарить ее этому дому инвалидов? Нет? Тогда эта глава для вас!, •

**ДЕНЬГИ!**

**Деньги - это средство. Получение денег не может быть целью.**

Если все время думать только о деньгах, то их никогда не будет! Если в голове нет творческих идей, мыслей, то и в кармане дыра.

**Бедность и богатство - суть слова для обозначения нужды и изобилия. Следовательно, кто нуждается, тот не богат, а кто не нуждается, тот не беден.**

**Демокрит**

#### Этапы работы с деньгами

1. Нормализация.
2. Стабилизация.
3. Регулировка.
4. Трансформация.

Каждый этап длится от трех месяцев до полугода.

Сначала необходимо определить внутреннюю норму денежных средств. То есть то количество денег, которое необходимо для жизни. Внутренняя норма - это то количество денежной массы, которое вам необходимо на данный момент времени.

Деньги - это энергия.

Энергия - это сила.

Сила бывает управляемая и неуправляемая. То есть вопрос не в отсутствии денег в вашем кармане, а в том, обладаете ли вы достаточной силой, чтобы их притянуть и удержать.

**Богат тот, кто считает себя таким с тем, что у него есть.**

**Пьер Буаст**

Для того чтобы у вас были деньги, их надо не зарабатывать, а просто тренировать силу, которая их притянет. Эта сила обладает магнетизмом. То есть увеличивает все, что попадает под ее воздействие. У вас есть хоть какой-то доход? Рассмотрим схему доходов на примере тренера-психолога, то есть на моем.

Норма = 100 единиц.

Норма - это сумма постоянного среднего дохода.

Высчитывается за шесть месяцев.

А - авторские = 5 единиц

Т - тренерские = 50 единиц

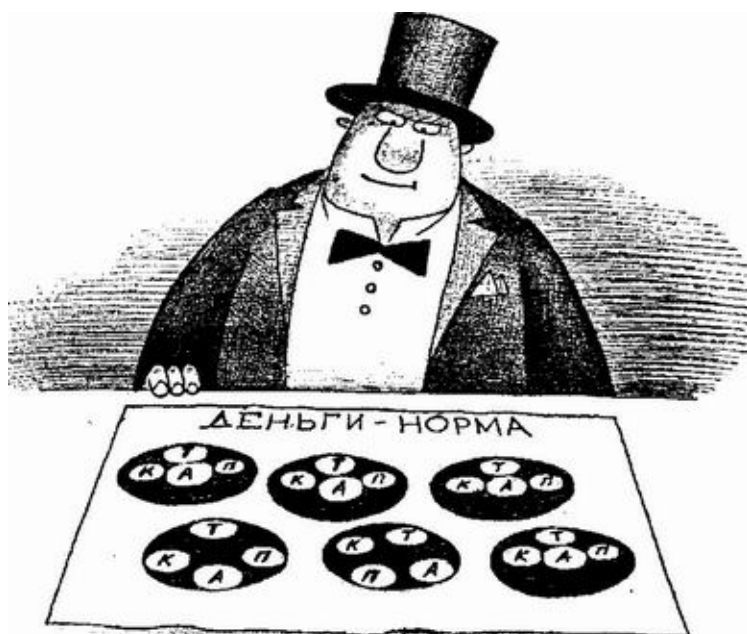
П - продажи = 25 единиц

К - консультации = 20 единиц

В Деньгах такой закон: «минус» притягивает «минус», а «плюс» притягивает «плюс».

К примеру, тренер едет в некий город по приглашению местного психологического центра. Соответственно они заранее оговорили условия. Тренер приезжает, и директор местного центра говорит: «У нас очень маленькая группа, мало собралось человек, ты не мог бы провести ее не за тот гонорар, о котором мы с тобой договаривались, а за меньшую сумму?»

У тренера два варианта. Или настоять на своем и получить ту сумму, которую оговорили заранее, или, если он



хочет помочь центру, отработать вообще бесплатно.

Согласиться на меньшую сумму нельзя.

Почему?

Потому что если он уменьшит Тренерские, то общая Норма понизится.

В Норме есть суммы неизменные и изменяемые.

Схема работает от трех до шести месяцев. Получается: Норма стала 80, а надо 100. И теперь ему придется полгода восстанавливать Норму до 100 единиц. Если он этого не сделает, его ежемесячный доход упадет уже по не зависящим от него причинам. Так само собой получится.

Но это еще не все. Восстановленную норму тоже придется выдерживать полгода. Если выдержит этот срок, то есть шанс пойти на повышение. И только потом произойдет автоматическое повышение доходов. Это вам знакомо?

Мало кто выдерживает этапы, знает и соблюдает их. Обычно идет «колбасня» по замкнутому кругу. «Минус» тянет «минус», еще «минус», и так до какой-то критической точки, пока не начнем что-то менять. Если отследить свою норму и выдержать ее полгода, то она у вас будет только повышаться.

Но есть такое понятие, как **ноль**, и мало кто его знает. То есть если тренер отработает бесплатно, он сохранит нейтральность: «ноль», который не притягивает ни «минус», ни «плюс». Бесплатно провел тренинг - не провалился, не сделал «минус»: это не считается понижением нормы. Просто в следующий раз необходимо будет посмотреть, какой знак притянется на свободное место, и четко это отследить в дальнейших действиях.

Деньги имеют свойство проверять характер. Например: вы идете в магазин и получаете сдачу после покупки: 17 рублей 34 копейки. И в очереди или где-то рядом человеку не хватает примерно этой суммы. Отдайте ее ему. Эти деньги сейчас не для вас. Это проверка. Не важно, кто это будет. Может, просто выйдете из магазина, и вас попросят дать денег... Вам только что дали 17 рублей и попросили 17 рублей. Это совпадение? Или все-таки знак?

Отдайте!

*Деньги - как навоз; если их не разбрасывать, от них будет мало толку.*

**Фрэнсис Бэкон**

Уважаемые логики, законы движения денег многомерны, поэтому логикой понять их нельзя. Это не линейная информация.

**Деньги - это отношения.**

**Отношения - это чувства.**

А чувства не логичны. Вы ведь никогда не сможете объяснить логикой покупательскую стратегию и тактику Вашей жены! Покупка делается просто ради чувств от этой покупки, а вовсе не из логических соображений.



В долг давать нельзя! Это не значит, что вы не можете давать деньги, если вас попросят. Это значит: если дали, то забудьте об этом. Это очень трудно, правда? Потому что суммы бывают разные. Если дали - значит, все - забыли.

Вернет-значит, вернет, нет-значит, происходит естественная регуляция денежной массы в вашей жизни. То есть где-то вы отнеслись к деньгам не так, как необходимо, что-то не так сделали. Когда исправите причину, то благосостояние восстановится. Регулировка денег может произойти как угодно: ветер подул, долг не вернули, пожар, ограбление и т. д., не важно, чьей рукой судьба это делает. Это может быть родственник.

*Например, мама мне 500рублей все время дает, когда я к ней в гости прихожу. Да они мне не нужны, наоборот, я маме хочу дать 100\$. Но это как знак на дороге: я беру, зная и помня закон денег.*

*Сумма не имеет значения - имеет значение только факт.*

В магазине вам сдачу на 10 рублей меньше дали. Если вы это **не увидели** сразу, то не приходите потом и не ругайтесь. Все, произошла регулировка. А если вам сдачи дали больше, чем положено, берите без ложной скромности.

Очень распространенное возражение: «Но ведь кассирша-бедняжка ошиблась! У нее же из зарплаты вычтут!» Отвечу. У нее своя регуляция, у вас своя. Следите за этим. Эмоционально да, жалко ее, но цо факту... не сделайте себе «минус». Происходит естественный процесс.

Отделите эмоцию от ситуаций с деньгами -это самое главное и трудное. Брать в долг можно. Но на жизнь брать нельзя, только на дело. Деньги должны работать на вас, а не вы на них. То есть если вы взяли на памперсы, еду и т. д., это неверно, ждите неприятной для вас регулировки.

Если деньги не работают, они притянут к вам «минус».

**ПОМНИТЕ ЭТО!**

Если у вас есть собственный бизнес, вы знаете, что для того, чтобы понять, как он будет работать, достаточно 9 месяцев. Если за это время ничего кардинального в сторону улучшения не происходит, то... Это всем известный закон.

Или вы наемный работник, и если через 9 месяцев не произошло повышения по службе, значит, что-то не так вы делаете. Инвестировать деньги можно и нужно. Не будем рассуждать, когда и куда. Сейчас речь не об этом.

Необходимо увеличить количество статей дохода, тогда вам легче сохранить норму и легче ее увеличить. Как минимум, статей дохода должно быть четыре. Вам легче будет соблюдать норму, легче от чего-то открываться.

Еще одна проблема: прием денег!

**Бели вы нашли деньги - берите, если вам их дают - берите.**

Это тоже проверка. Вселенная проверяет: замечаете ли вы движение денег. Можете ли вы получать деньги или нет. Если нет, то она вам их соответственно и не даст. А если принимаете - то будет повышение. Главное -помнить об этой постоянной проверке.

Если на улице просят лично у вас денег - давайте, но делать это надо так: если залезли в карман или кошелек, то все - сколько взяли, столько взяли. Не жалеть и не смотреть.

**Всё!**

Хоть 1000 рублей вытащили.

*У меня было такое в Риге. В то время там была денежная единица «лат», он дороже доллара примерно в 1,5раза. Так вот, выхожу из магазина, стоит бабуля и, глядя мне в глаза, просит денег. Я, что было в кармане, сгреб в кулак и ей отдал. Да мелочь одна, медяки. А потом смотрю: у нее какая-то неестественная реакция, как будто я ее облагодетельствовал. Потом, только дома мне объяснили, что я ей около 40\$ отдал. Стала понятна реакция старушки, и я просто улыбнулся.*

Деньги, если вы их уронили на улице, тоже проверка. Пусть лежат, где уронили. Это не наказание. Нет никакого наказания. Воронка в ванне и Вселенная существуют по одному

закону. Если человек претя против движения Вселенной, то получает по голове, но разве это наказание? Это вы ведь сами себе по голове дали.

Это по-другому называется. Это называется просто ГЛУПОСТЬ.

Прежде чем что-либо предпринять - думайте. Например: если тренер не проводит тренинг, то сколько консультаций необходимо ему провести, чтобы норма в сто единиц сохранилась? Или если в доходах только тренинг, то, естественно, он обязан провести два тренинга, чтобы наверстать упущенное.

Схема работает!

Посмотрите, какая ваша реальная норма на сегодняшний день.

*Если некоторые люди презируют богатство, то потому, что они потеряли надежду на свое обогащение.*

**Фрэнсис Бэкон**

Кроме доходов у нас есть расходы.

ОТ-отдых

ЕД - питание

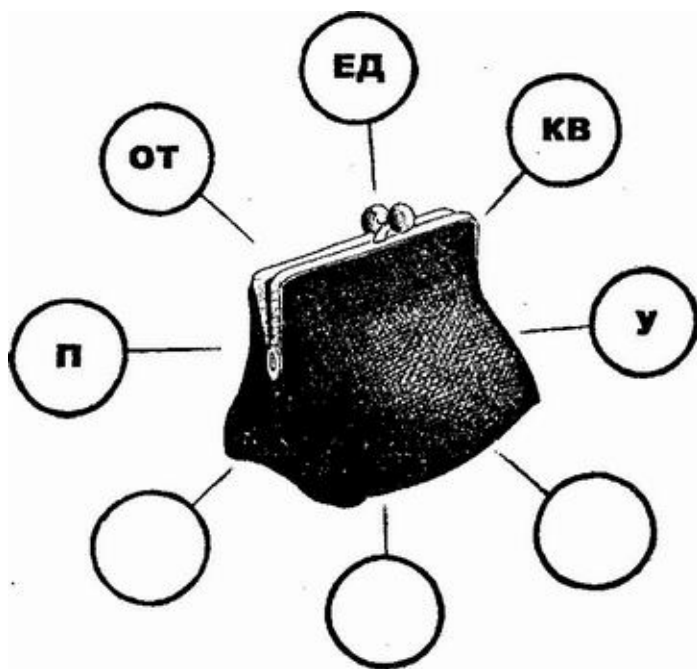
КВ - платежи за квартиру

П - планируемые покупки

У - учеба

И т. д.

### Звезда расходов



И другие индивидуальные расходы, которые присутствуют в вашей жизни. Среди них есть как планируемые траты, так и спонтанные.

**Планируемые** - это административно-хозяйственные расходы; они не влияют на норму.

**Спонтанные:** например, у вас порвались ботинки, а в планах этого не было. Тетя позвонила: сын разбил машину, срочно нужны деньги на ремонт, он на ней работает. Сложно устранить эти расходы.

Не дать тете денег - она очень обидится и расскажет остальным родственникам, какой я подлец, и будет сетовать, что в семье не без урода, намекая на меня. Но без ботинок тоже нельзя.

Если это происходит, посмотрите, что вы нарушили в схеме: почему это происходит? Вы спросите: а если тете под проценты дать? Ответу: если вы дали 100 единиц, то получите 100. А если дали 100, а планируете получить 120, к примеру, то, не получив 20 сверху, вы понижаете планируемую норму.

Если даете - просто давайте. Это очень трудно, но только в начале. Сначала будет очень трудно выдержать временной параметр, который влияет на денежную норму. А если вы не выдержите его по схеме, то эти ситуации будут продолжаться до бесконечности. Бег по замкнутому кругу. Норма, норма, минус норма, норма, плюс норма, минус норма, норма.

То есть естественные спонтанные колебания, и схема приобретения благосостояния для вас не начнет работать! Выбирайте, как вы хотите жить - от случая к случаю или видеть движение денег в жизни?! Как правило, мало кто выдерживает необходимых полгода, обычно получил через два месяца прибавку - ура-а-а!

Забылся!

***Нажить много денег - храбрость; сохранить их - мудрость, а умело расходовать - искусство, Бертольд Авербах***

БАЦ! Происходит событие, снова понижающее количество денег, как знак, который говорит: «Думай!» Растет несоответствие: «Я хочу больше, а на самом деле мне надо меньше». Или должен личные запросы пересмотреть, или доход увеличить и удерживать это.

*Пример*

*Маме не дал денег на что-то (в период повышения нормы). Она полгода дулась, хотя ей и было сказано, где она может занять и что эти деньги я за нее потом отдам. Но в тот момент я не сделал себе «минус». Мама простила, через некоторое время ее долг был отдан, но это уже не влияло на норму - потому, что мне оставалось выдержать всего три месяца.*

Обида или радость - это эмоция. Но при чем здесь эмоция? Деньги не зависят от ваших эмоций. Они или есть, или их нет. Человек может быть суперобидчивым, но деньги у него будут

Это совершенно разные категории, и объединять их некорректно.

Речь не о том, что не надо давать денег и стать черствым человеком, а о том, что и как влияет на вашу внутреннюю норму. К примеру, доход сто единиц, а внутренняя норма ~ девяносто. Так, эти десять единиц можно потратить как угодно и куда угодно - на Норму это не влияет.

Эта дельта между доходом и расходом — обманка, буфер. Ее можно потратить, как хочется, а лучше записать эту дельту в какие-либо планируемые траты. Например, правительство России создало стабилизационный фонд, который в случае непредвиденных государственных расходов сохранит норму бюджета страны.



*Внутренняя норма - это статья запланированных расходов.*

Перед тем как увеличить норму, необходимо ее определить. Отследите свою норму и случайные траты, которые влияют на вашу норму. Как только вы их определите, вы увидите, с чем работать и как работать, и не важно где! Будете получать то количество

денег, при котором сможете развиваться и не зависеть от них. Больше получать можно, меньше - нельзя.

И на реализацию этой схемы вам дается всего один год. Схема универсальна - она работает как на маленьких деньгах, так и на больших. На больших ощутимо интереснее.

Если у вас нет еще собственного бизнеса, то в будущем его необходимо создать. Для этого пригодятся следующие стадии развития бизнеса:

- Когда вы неправильно делаете неправильные вещи.
- Когда вы правильно делаете неправильные вещи.
- И когда вы правильно делаете правильные вещи.

И еще: повышать свое финансовое благосостояние можно, не меняя сферу деятельности.

*Этапы финансового становления:*

1. Когда вам определяют, сколько вы будете получать.
2. Когда вы определяете, сколько вы будете получать.
3. Когда вы определяете, сколько будет получать другой человек.
4. Когда вы ничего не определяете, но всегда получаете деньги.

Пример: вы приходите устраиваться на работу и вам говорят, сколько вы будете получать. По мере роста профессионализма вы можете устанавливать собственные расценки за труд, и с этим будут считаться. Третий этап: вы определяете, сколько будет получать тот или иной человек, пришедший устраиваться на работу.

До четвертого этапа, как правило, доходят только финансовые магниты или духовные лидеры человечества.

**Опечатка:**

Вместо финансовый магнит следует читать финансовый магнат. И наоборот!

***Не будем чересчур привередливы.***

***Лучше иметь старые подержанные бриллианты, чем не иметь никаких.***

***Марк Твен***

В начале своего пути я вообще ничего не получал, потом мне платили за работу с людьми какие-то небольшие деньги, потом начали приглашать в различные города и страны, и появилась возможность устанавливать финансовую планку, сейчас стремлюсь к следующему этапу.

**Притянуть к себе финансовый успех - это очень легко!**

Необходимо только поверить в собственные силы.

*\*Ко/зи,н,о, (соято, fCQ/ЗШЮ...*

Ну очень много вопросов, можно ли играть и выигрывать в казино? Можно ли тренировать интуицию в казино?

Если коротко, то у меня два ответа:

**ПЕРВЫЙ-ДА!**

**ВТОРОЙ-НЕТ!**

«Да» - для тех, кто повзрослел, и «нет» - для тех, кто еще не готов к правде!

Что такое, по сути, «казино»? Как вы думаете? Запишите свой ответ:

---





На мой взгляд, казино - это честное и открытое предприятие по устранению такой черты, как **ЖАДНОСТЬ!!!** Человеческая жадность имеет массу разновидностей. Она прячется задругими качествами и прикрывается взываниями к добродетели и жалостью.

Но на самом деле жадность есть жадность!!!

Вы.коща-нибудь что-нибудь или кого-нибудь жалели? А что такое жалость? А жалость - это другая сторона ненависти. Эти качества идут в одной обойме. При чем тут жалость? Нет, это не опечатка и не редакторский недосмотр. Это просто такой разговор. Про эмоцию.

События, которые с нами происходят, и те деньги, которыми мы владеем, к эмоциональной окраске происходящего не имеют никакого отношения. Щедрость - это другая сторона жадности! Та же эмоция с другим знаком.

Если смотреть с этой точки зрения на казино, так это просто поликлиника, где делают прививку от жадности. Человек, принимая решение поиграть в казино, осознанно идет на поводу у своих совершенно определенных свойств характера.

Проигрыш или выигрыш к походу в казино не имеют никакого отношения. Человек идет в казино совершенно за другими целями. Если вы ходите туда, то вы меня понимаете. Если не ходите, то не теоретизируйте, а просто поверьте тем, кто ходит. Как и в любое место развлечений, туда ходят за эмоцией.

Я сознательно не хвалю и не ругаю казино. Мне кажется, что любое казино честно по отношению к тем, кто туда приходит! Когда вы идете играть, вы четко знаете и понимаете, что существуют определенные правила, которые вам придется соблюдать. То есть самым фактом похода в данное заведение вы принимаете такие правила и существующие там отношения.

Да, да, слышу, слышу: «А как же простые работяги, которые проигрывают свою зарплату, и их бедные детки, которые сидят не одеты - не обуты?» Повторю еще раз: казино для **ЖАДНЫХ!** И вы, и они хотите друг у друга урвать. Вопрос: кого тут жалеть? Это как жалеть боксеров за то, что им бывает больно. Вы же приперлись удовлетворять свою жадность! А жадность не знает границ, национальностей и вероисповедания.



В Израиле, в Эйлате, в 9 вечера отплывает корабль-казино. Отплывает в нейтральные воды Красного моря только для того, чтобы люди могли удовлетворить свою жадность. Казино в Израиле запрещено. А утром этот корабль причаливает и выпускает на Землю обетованную удачливых и не очень жадин!

В закомплексованной Европе, где в людском обществе не принято выражать свои эмоции, одно из мест, где они могут курить, пить, кричать и ругаться, - казино! В Европе это традиция времяпрепровождения. Туда ходит средний класс.

В США это развлечение. И ходят все, кому не лень, - от студента с ГО старшего брата до 80-летней старушки. Если ты провел за игровым столом больше шести часов, то можешь позавтракать бесплатно! Все сделано для максимального комфорта!

Только сиди и удовлетворяй свою жадность.

***Карточная игра - явное обнаружение умственного банкротства. Не будучи в состоянии обмениваться мыслями, люди перебрасываются картами.***

***Артур Шопенгауэр***

В казино все построено с точным знанием людской психологии жадности! После десяти шагов уже невозможно понять, где вход, а где выход. Даже туалет не так просто найти. Все приспособлено для того, чтобы ты не отвлекался. Везде красота и огни. Бесплатная выпивка!

Сиди и играй!

Но есть «но». Если ты выигрываешь, то начинают часто менять крупье. Просто для того, чтобы сбить твой настрой. Делают все, чтобы вызвать у тебя эмоцию. Потому что, как только ты проявишь эмоцию, это значит, что ты не спокоен и не можешь трезво оценивать ситуацию.

Не буду вдаваться в подробности про организацию казино, это материал для отдельной книги. Но если вы вещаете на волне жадности, то вас окружают жадные, если вы настроены на волну щедрости, то вокруг вас - только щедрые люди.

А тренировать интуицию лучше там, где можно быть безэмоциональным. Как говорил Балбес в одном культовом фильме: «Тренируйся лучше вон... на кошках». Добавлю: на чернобелых картах, на монетке, игральных костях.



Среди читателей книги наверняка есть те, кто не только читает, но и делает все упражнения. Это далеко не все, хотя обращаюсь я все время только к ним, к тем, кто делает. У вас уже есть некоторый опыт интуитивных ощущений. Скажите сами, что будет, если за каждый удачный ответ вам будут давать деньги, а за каждый неудачный - штрафовать? Что у вас получится?

И раз уж у нас зашел такой индивидуальный разговор с теми, кто делает упражнения, то самое время поговорить о том первом упражнении, ответа на который я так и не дал. Вспомните сейчас свои ощущения, просмотрите записи и "отследите, на каком этапе у вас выпали цифры 2 (верная) и 7 (неверная). В первый раз и во второй. Если ощущения запомнили, то у вас есть возможность проделать работу над ошибками, оценить собственный прогресс и вообще есть о чем подумать. Согласитесь, что в казино работать таким образом невозможно.

*Долги похожи на всякую другую западню: попасть в них весьма легко, но выбраться довольно трудно.*

*Бернард Шоу*

В последнее время мир стал жестче, люди более закрытыми и отчужденными. Подражая во всем чуждой нам западной культуре, подростки и дети становятся бездушными, беспринципными, не уважающими возраст и опыт.

Мир становится развратным, по ТВ и радио одно насилие и пошлость. Вместо духовных ценностей нам навязывают служение «золотому тельцу». Людей привлекают финансовыми пирамидами, магами, колдунами, экстрасенсами и целителями всех мастей. Богатые и власть имущие разворовывают страну, вернее то, что от нее осталось, а нам обещают только мизерную прибавку к зарплате и свободу слова.

Вы согласны?

Если «ДА», то до свидания!

Больше нам говорить не о чем. Потому что очень похожие строки написаны в одной из египетских пирамид. Разве мир и люди с тех пор изменились? Ничего подобного.

Я говорю об ответственности за происходящее в мире, гениальности, любви, жизненной силе и феноменальных качествах, которые заложены в каждом человеке.

А если вы ищите и видите вокруг только негатив..

*Как в анекдоте:*

*Приезжает мужик из города в деревню отдыхать. Отсыпается. Встает утром. Выходит на крыльцо. Смотрит на природу и говорит: «Красота-то какая!!!»*

*А в ответ: «Твою мать, твою мать, твою мать!!!» - привычно отзывается эхо.*

Человек, живущий в строгих рамках современности, принимающий сложившуюся социальную систему и смилившийся с собственным положением в этом мире (зачастую незавидным), скатился на критику, негативизм и обслуживание только своего желудочно-кишечного тракта.

От этого он перестал воспринимать себя Повелителем своей жизни и стал похож на лягушку из детской сказки, которая, попав в кувшин с молоком, перестала бороться за жизнь и утонула.

Научитесь чувствовать счастье, ощущать его всем телом, чтобы оно (ваше тело) знало, что это такое! Начните с малого - с физического здоровья. Ведь так приятно, когда не болеешь. Все кругом чахнут, страдают и кашляют, а вы здоровы и радостны. Правда, один раз в год надо «поболеть». Как? Очень просто.

### УПРАЖНЕНИЕ

*Вы предупреждаете всех близких, что в такое-то время будете «болеть». Одеваете пижаму и, даже если не болеет, ложитесь в постель. И все вокруг вас прыгают и бегают, выполняют любой ваш каприз, потому что вы - «больной». И чай вам подали не в любимой чашке, и лимон в ней лежит не в том углу.*

Это необходимо для профилактики. Да нет, не родственников! Вас, для вашей профилактики, чтобы вы не превратились в биоробота с одной программой «РАДОСТЬ», Но «болеть» можно максимум четыре дня, а лучше три. Когда я так поступаю, даже теща приносит мне обед в постель! Она у меня мудрая же\*гщина! Она знает, что счастье ее дочери зависит от состояния зятя, поэтому она мудро «лечит меня» в дни моей «хрони».

И как это ни странно для логически мыслящих интеллектуалов такая профилактика отлично работает. Почему? А хрен его знает!

**Истина - это то, что работает.  
Гаутама Будда**



Уберите стену непонимания и сопротивления - эта стена есть то, что отделяет нас от Бога, Аллаха, Кришны, биокомпьютера, матери природы. Отделяет от истинной любви и счастья. Мир другой, не такой, каким нас научили его видеть. Мир другой. Там нет ни контроля, ни страхов, ни страдания. Просто нет. Иногда очень трудно в это поверить. Поверить в то, что человек все может.

Посмотрите, ведь интуиция работает, но в основном она срабатывает на плохое. Привязка эмоциональная, мы пережили это, запомнили, как складывалась эта ситуация, свое состояние и соответственно результат. Почему? Потому что долго копаемся в плохом. Спрашиваем себя, почему это

произошло.

А на хорошее? Нет, ни того, что предшествовало, ни свое состояние мы не запоминаем. Потому что просто радуемся. Правда, ведь глупо спрашивать себя, почему произошла ситуация,

которая вызвала радость! Необходимо взять схему предвидения неудач и перенести ее на успех. Ведь схема правильная, она работает, только необходимо поменять направление. Надо увидеть, как она работает.

Самый примитивный пример: голова болит, давление скачет - значит через сутки погода изменится. Ведь есть такое? Так надо это использовать себе во благо, а не глотать таблетки горстями. Взять схему и посмотреть, где знаки предшествующие, направляющие. Эта схема у нас работает только в «минус», а надо ее переключить на работу в «плюс».

Мы с вами очень часто живем в плену собственных иллюзий. Смотрим на происходящее с точки зрения прошлого опыта. Это логично. Не важно, успешный был опыт или нет. Соответственно, исходя из знаний прошлого, строим свою будущую и настоящую жизнь.

То есть методом проб **и** ошибок. ВСЛЕПУЮ. **И** очень часто не осознаем, что можно поступать **и** жить по-другому. Очень часто мы попадаем в плен эмоциональных иллюзий. **В** эмоциональную петлю, призванную удержать нас в мире НЕЗРЯЧИХ.

Рассмотрим две картинки. Обе про меня. Вам обидно не будет.

### **ПЕРВАЯ.**

Представьте среднестатистический рабочий день. У меня нет никаких тренингов и курсов и, как все нормальные люди, в семь часов вечера я возвращаюсь домой.

Живу в обычном типовом девятиэтажном доме. От остановки маршрутки я иду к подъезду через детскую площадку, потому что машина моя в ремонте. Дорогу перед подъездом мне переходит бабуля с тележкой в руках. Знаете, тележка такая, с которой на рынок ходят, и одно колесо у тележки скрипит.

Я пропускаю ее, а потом захожу в подъезд. Живу на третьем этаже и поднимаюсь пешком. Между первым и вторым сидит парочка. Ей 14, ему 18, жуют семечки. Я прохожу мимо. На своем этаже останавливаюсь и говорю соседке Марь Иванне: «Здравствуйте!»

\* Она мне отвечает. И только потом понимает, что я ее не вижу, дверь-то закрыта. А она подглядывает через глазок. Наверное, в каждом доме есть такие бабули-цэрэушницы, которые все всегда знают: кто что сделал, когда ушел и к кому приехали гости. Вот моя соседка Марья Ивановна - одна из них. Я открываю собственную дверь, вхожу. Переодеваюсь, мою лицо и руки. Иду на кухню, смотрю в холодильник, а там - совершенно одинокая банка шпрот. Я делаю себе бутерброды и складываю на передвижной столик. Мне он от родителей достался, еще с советских времен. Такой раскладывающийся, двухсекционный.

Ставлю свой китайский чайник с дурацким коротким, широким горлышком со свистком на плиту и иду в комнату. Как нормальный мужчина, плюхаюсь на диван с пультом от телевизора и щелкаю каналами.

Уже темнеет, а окна квартиры выходят на лесопосадку за домом. Начинают лаять собаки. Люди пришли домой и выгуливают их. Свистит чайник. Наливаю себе чай и снова возвращаюсь в комнату.

Как-то неясно меня начинает охватывать чувство Дискомфорта, я не понимаю почему. Обычный рядовой день. Вдруг раздается звонок телефона и мне сообщают очень болезненную, страшную новость. Я кладу трубку и ухожу из дома.

Такое может быть? Картинка завершена.

Теперь **ВТОРАЯ.**

Представьте: прошло, допустим, полгода или год. Обычный рядовой среднестатистический, точно такой же вечер. Я возвращаюсь домой через детскую площадку в семь часов вечера.

И замечаю, что на детской площадке полно осколков от разбитых бутылок и куча окурков, потому что это излюбленное место местных хануриков. Они здесь свой досуг проводят. Мне становится неприятно. Куда смотрит участковый?

Перед подъездом дорогу переходит та самая бабуля, со скрипящей тележкой, и вдруг ни с того ни с сего я пинаю ее тележку и говорю: «Куда ты прешься все время в семь часов вечера, плесень старая?! Тележку смажь!»

Захожу в темный подъезд, в нос ударяет запах мочи. Между первым и вторым этажом парочка-щелкают семечки. Я беру за грудки парня и говорю: «Если я через пять минут тебя снова увижу, морду набью!»

И со словами: «Загадили весь подъезд!» - поднимаюсь на свой этаж. Молодежь с испугом убегает на улицу. Вынимаю жвачку изо рта и замазываю глазок соседке Марь Иванне. Звоню в ее дверь, она испуганно открывает и спрашивает: «Что случилось, Максимчик?»

Я говорю: «Ваша внучка беременна!» И с силой закрываю дверь, заталкивая изумленную старушку в ее квартиру (это ее внучка сидела с молодым человеком в подъезде). Захожу домой, переодеваюсь, мою руки и лицо.

Готовлю бутерброды со шпротами, ставлю чайник на плиту и иду в комнату смотреть телевизор. Переключаю каналы и понимаю, что по телевизору одна гадость, насилие и кровь. Журналисты соревнуются: кто кровавей труп покажет.

Темнеет за окном, слышны собачий лай и голоса хозяев этих собак. Свистит чайник, и я понимаю, что с удовольствием бы поймал изобретателя этого дурацкого свистка и заставил слушать его без перерыва свист тысячи чайников одновременно на протяжении суток.

Я хватаю кипящий чайник, открываю окно и с криком: «Загадили все, с ребенком негде погулять!» - бросаю чайник в собачников.

Картинка завершена. Такое может быть?

### **Найдите отличие в двух картинках.**

Правильно. В первой картинке был телефонный звонок с очень неприятным известием. И мой мозг сыграл со мной злую шутку. Он запомнил, что происходило со мной в это время, и запомнил как негативное и угрожающее для меня из-за звонка.

Получился эмоциональный блок. Если я это не осознаю и не пойму, почему вдруг меня стали бесить и раздражать вещи, которые раньше никак не трогали эмоционально, то я получаю следующий блок - психический.

И этот психический блок, в свою очередь, тянет за собой третий блок - физический. Я начинаю болеть. **ВСЕ!** Ловушка захлопнулась, петля затянулась.

Я получаю болезни, депрессии, карму, финансовый крах и т. д. ит. п. Я начинаю бегать за собственным хвостом вместо того, чтобы остановиться и осмотреться, что происходит на самом деле.

Так устроен наш мозг. Если мы не отслеживаем и не замечаем своих ощущений, то скатываемся вниз. Хотя не спорю, понять, почему так бесит старушка с тележкой, трудно. И заниматься этим лень. Гляздо интереснее пнуть тележку.

Если вы не согласны с таким положением вещей, я за вас очень рад. Но книга - это только теория, которая, как мы уже выяснили, очень быстро забывается. Необходимы действия. Выбор за вами!

Конечно, это лежит за рамками обычного понимания вещей. Если вы еще не готовы, то лучше не звоните к нам, не приходите и не тратьте время ни свое, ни наше.

Вдруг вам захочется пройти у нас обучение, а когда вы услышите цену тренинга, то лень и рамки вам скажут: «Ты что, дурак? Они только и ждут таких, как ты!» Да и друзьям с родственниками надо как-то объяснять, чем ты занимаешься. А они смеяться будут.

Или услышите, что необходимо работать над собой, и не один день. А лень и рамки опять шепнут вам на ухо: «Ты не можешь! У тебя работа, дети, больной дедушка, любовник, любовница, маленькая зарплата...»

Запишите десять причин, по которым вы сейчас не можете начать заниматься собой.



А теперь подумайте, сколько пунктов из этой «золотой десятки» - исключительно ваш случай? Никто, кроме вас, таких вот точно проблем не имеет? Спорим, ни одного? Вы по-прежнему, как все.

«Всем» мы всегда говорим одно и то же.

Не надо мучить ни нас, ни себя. Оставайтесь там, где вы сейчас находитесь... Никто не собирается вас уговаривать, вас просто будут терпеливо ждать!

Книга подходит к концу. Краем глаза вы уже видите, что вам осталось всего несколько абзацев. Потом будут только приложения: список литературы и прочие вещи, которые могут пригодиться.

Сейчас самое время задуматься: какую пользу принесла *вам* эта книга? Вам не жаль потраченного времени? Предположите на секунду, что я всю дорогу просто издевался над вами. Что все вышесказанное - чистой воды вранье.

Сейчас, вот в этот самый момент, с вами происходит именно то, что вы думаете. Если вы думаете, что вас надули, значит, вас действительно надули. Причем заметьте, что надувают вас уже далеко не впервые.

А если считаете, что вам подарили всю мудрость жизни, то это тоже чистая правда. И даже с теми, а их большинство, кто интеллигентно считает, что «в принципе книжка полезная, но не совсем», я немедленно соглашусь. Ужасно полезная! Но, к сожалению, для вас - не совсем.

**Своим вниманием и отношением вы сами определяете, как воздействует на вас окружающий мир.**

В самом начале книги была притча про двух братьев.

Вещи и явления отнюдь не таковы, какими нам кажутся. То, что нам кажется, на самом деле обстоит не так и не иначе, а вообще никак.

**События нейтральны**, мы сами смотрим на них через

Жизненный

Опыт

Проблем

...и придаем им тот или иной смысл. А на самом деле этого смысла *нет*.

Вот, собственно. « все пособие по развитию интуиции.

Пожалуйста, перелистайте книгу. Найдите места, где я просил вас что-то записать или на что-то ответить. Оцените, сколько вы заполнили? Спорим, не более 20%? Это тот редкий случай спора, в котором я безумно, всей душой мечтал бы проиграть.

Давайте так: если вы предъявите эту книгу с полностью заполненными местами для ответов и упражнений, я лично организую вам скидку при оплате любого из курсов.

Напоследок еще одна притча: ...Ученик спросил дервиша:

- Учитель, враждебен ли мир для человека? Или он несёт человеку благо?

- Я расскажу тебе притчу о том, как относится мир к человеку, - сказал Учитель.

«...Давным-давно жил великий шах. Он приказал построить прекрасный дворец. Там было много чудесного. Среди прочих диковин во дворце была зала, где все стены, потолок, двери и даже пол были зеркальными. Зеркала были необыкновенно ясные, и посетитель не сразу понимал, что перед ним зеркало, - настолько точно они отражали предметы. Кроме того, стены этой залы были устроены так, чтобы создавать эхо.

Спросишь: «Кто ты?» - и услышишь в ответ с разных сторон: «Fито ты? Кто ты? Кто ты?»

Однажды в залу забежала собака и в изумлении застыла посередине - целая свора собак окружила её со всех сторон, сверху и снизу. Собака на всякий случай оскалила зубы - и все отражения ответили ей тем же самым. Перепугавшись не на шутку, собака отчаянно залаяла. Эхо повторило её лай. Собака лаяла всё громче. Эхо не отставало. Собака металась туда и сюда, кусая воздух, её отражения тоже носились вокруг, щёлкая зубами. На утро слуги нашли несчастную собаку бездыханной в окружении миллионов отражений издохших собак. В зале не было никого, кто мог бы причинить ей хоть какой-то вред. Собака погибла, сражаясь со своими собственными изображениями».

- Теперь ты видишь, - закончил учитель, - мир не приносит ни добра, ни зла сам по себе. Он безразличен к человеку. Всё происходящее вокруг нас есть всего лишь отражение наших собственных мыслей, чувств, желаний, поступков.

*Мир - это большое зеркало.*

Никто за меня не сможет быть счастливым.

Никто за вас не сможет любить.

Никто за ваших детей не сможет радоваться.

Никто за вас не реализует великие свершения.

Только вам выбирать то, в какой мир верить.

Только вам выбирать, любить или нет.

Только вам выбирать, дарить радость или нагонять скуку.

Только вам выбирать, совершать великие дела или нет.

Единственное, что реально в этом мире, - это ВЫБОР!

У КАЖДОГО ЕСТЬ ВЫБОР!

## **ВОПРОСЫ, КОТОРЫЕ СТОИТ ЗАДАТЬ СЕБЕ**

- Что я хочу от завтрашнего дня?
- Ради чего я здесь?
- Для чего я встаю каждое утро?
- Что я выбираю слышать, видеть, чувствовать и знать?
- От чего я бегу?
- К чему я стремлюсь?
- Что вдохновляет людей создавать вновь и вновь?
- На что я надеюсь сегодня?



- Для чего я родился?
- Что ведет меня?
- Что я уже выбрал?
- В чем разница между мной и другим человеком?
- Что делает жизнь такой, чтобы ее стоит жить?

### **СПОСОБНОСТИ, О КОТОРЫХ стоит помнить**

- у тебя есть зрение, и ты способен видеть;
- ты имеешь возможность слышать;
- ты можешь говорить;
- ты способен двигаться;
- ты способен любить и дарить любовь;
- ты не одинок;
- у тебя сильное сердце;
- ты можешь дышать;
- ты обладаешь разумом;
- внутри тебя заключается энергия.

### **ТАЛОН НА ХАЛЯВУ (отрывной)**

### **ВЫБОР, КОТОРЫЙ ИМЕЕТ СМЫСЛ СДЕЛАТЬ**

- выбирать любовь - вместо ненависти;
- выбирать смех - вместо плача;
- выбирать созидание - вместо разрушения;
- выбирать упорство - вместо отступления;
- выбирать похвалу - вместо злословия;
- выбирать исцеление - вместо нанесения ран;
- выбирать даяние - вместо воровства;
- выбирать действие - вместо промедления;
- выбирать рост - вместо загнивания;
- выбирать молитву - вместо проклятия;
- выбирать жизнь - вместо смерти.

### **АВТОРЫ КНИГ, КОТОРЫЕ СТОИТ ПРОЧИТАТЬ**

Мирзакарим Норбеков  
 Виталий и Татьяна Тихоплав  
 Раджниш Ошо  
 Луиза Хей  
 Николай Козлов  
 Билл Ридлер  
 Анна Вайз  
 Хазрат Инайят Хан  
 Эрнест Мулдашев

Пауло Коэльо Робин Шарма Ли Кэрролл Джон Грей Андрей Валявский Валентин Карелин Макс Фрай Роберт Киосаки Лидия Обухова

### **ФИЛЬМЫ, КОТОРЫЕ СТОИТ ПОСМОТРЕТЬ**

«Матрица»  
 «День сурка»  
 «Общество мертвых поэтов»  
 «Белый шквал»

«Джерри Макгвауэр»  
 «Форест Гамп»  
 «Поле его мечты»  
 «На грани»

«Солдат Джейн»  
«Игра»  
«Ловец солнца»  
«Лучше не бывает»  
«Достучаться до небес»

«Там, где сбываются мечты»  
«Город удовольствий»  
«Плата авансом»  
«Шестое чувство»  
«Трасса 60»

**Предъявитель сего получает скидку на обучение 20%**

**Что? Как всегда, маловато?! А если относительно того, сколько вы хотите?**

***М. Сумароков***