

пособие
по
ПОЛЬЗОВАНИЮ
ЖИЗНЬЮ

Оскар Рай

ОСТАНОВИ свои МЫСЛИ ВОЗБУДИ свою УДАЧУ ПОЛУЧИ свои ДЕНЬГИ

Однозначно, самая важная книга в Вашей жизни

Оскар Рай

**пособие
по
ПОЛЬЗОВАНИЮ
ЖИЗНЬЮ**

издательство “Фолио”

В стремлении познать себя и обрести душевное равновесие кроется ключ ко всем сокровищам мира. Серия книг Оскара Рая “Останови свои мысли.”, “Возбуди свою удачу”, “Получи свои деньги” по психологии успеха позволит Вам совершить существенный прорыв в саморазвитии и откроет секреты того: Как стать по-настоящему счастливым? Как быть удачливым и успешным? Как обрести достаток? ...

“Перед Вами открыты все двери, надо только решиться переступить через порог и взять то, что по праву принадлежит Вам”.

Содержание

Книга 1. ОСТАНОВИ СВОИ МЫСЛИ. 9 основных принципов счастья.

| | |
|--|------------|
| Предисловие | 13 |
| Отказ от самообмана | 16 |
| Осознание страха..... | 27 |
| Позитивное мышление | 36 |
| Жизнь в настоящем | 49 |
| Пресечение лени | 58 |
| Здоровые тело и дух..... | 73 |
| Комплекс асан хатха-йоги | 77 |
| Обида — главный разрушитель..... | 100 |
| Любовь..... | 107 |
| Принятие грусти как моральной передышки | 118 |
| Послесловие..... | 124 |

Книга 2. ВОЗБУДИ СВОЮ УДАЧУ.

7 правил настоящего успеха.

| | |
|---|------------|
| Предисловие | 127 |
| Удача может покориться человеку! | 129 |
| Посмотрите, они не боги! | 132 |
| Рокфеллер | 133 |
| Онассис | 136 |
| Карнеги | 139 |
| Что объединяет детей фортуны..... | 142 |
| Волна удачи | 143 |
| Подводные камни..... | 144 |
| Вера бывает разная | 147 |
| Управление жизнью | 152 |
| Сила, посылающая удачу | 153 |
| Чудотворное настроение | 155 |
| Мнимый хаос | 158 |
| Возможно все | 163 |
| Юношеский максимализм | 165 |
| В плену обстоятельств | 166 |
| Удача во всем | 170 |

| | |
|--|------------|
| Ломая стереотипы | 173 |
| Назло врагам ты будешь знаменитым | 174 |
| Мадонна | 175 |
| Сельвестр Сталлон..... | 178 |
| Бред Пит..... | 181 |
| Высокие ставки | 183 |
| Позитивная волна | 185 |
| “Чудо” —методы | 187 |
| Привычки | 188 |
| Самоконтроль..... | 190 |
| Правильная реальность | 196 |
| Три сита..... | 200 |
| Не относитесь к жизни так серьезно | 203 |
| Приоритеты | 204 |
| Удача в любви | 205 |
| Ожидания..... | 209 |
| Шанс | 211 |
| Наслаждение..... | 216 |
| Послесловие..... | 219 |

Книга 3. ПОЛУЧИ СВОИ ДЕНЬГИ.

3 закона достижения богатства.

| | |
|----------------------------------|------------|
| Предисловие | 224 |
| Новый взгляд | |
| Богатство..... | 226 |
| Деньги | 232 |
| Трансформация | 241 |
| Страх | 248 |
| Свой путь | |
| Что делать | 251 |
| Любимое дело | 256 |
| Испытание | 262 |
| Выбор | 263 |
| Халява?..... | 266 |
| Как начать | 269 |
| Принципы перетекания денег | 272 |
| Стартовый капитал | 275 |
| Фальстарт..... | 277 |
| Математика — наука точная | 281 |

| | |
|--------------------------|-----|
| Реальность | 284 |
| Уму постижимо | |
| За стеклом | 287 |
| Рамки | 292 |
| Уверенность | 294 |
| Статистика | 298 |
| Выстрел | 299 |
| Послесловие | 301 |

КНИГА 1.

ОСТАНОВИ СВОИ МЫСЛИ

9 основных принципов счастья

*«Ни один человек не счастлив,
пока он не считает себя счастливым»*
Марк Аврелий

Предисловие

Чтого хотят все люди? Если углубиться в суть этого вопроса и тщательно его проанализировать, мы придем к однозначному выводу, что все люди хотят разного. Можно, конечно, провести условную классификацию и разбить население нашей планеты на «группы по интересам», но все равно это будет относительное сходство потребностей, зависящих от объективных причин (влияние культурной среды, религиозные убеждения, мода и т.д.). И тем не менее, есть то, что объединяет всех людей, — это желание быть счастливым.

Несмотря на то, что это слово до сих пор не имеет однозначного определения и для многих остается чем-то призрачным, каждый человек стремится

к тому, чтобы быть счастливым, лелея в своей душе заветную мечту — когда-нибудь достичь этого не-земного состояния.

Проблема заключается в том, что люди, выстраивая свою жизнь, затевают жестокую гонку за счастьем, но лишь абстрактно представляют саму цель, к которой несутся сломя голову, жертвуя каждой секундой, прожитой в заблуждении.

На самом же деле, счастье как состояние души не является чем-то эфемерным. Это вполне реальные ощущения, именуемые эйфорией, чувством глубокой радости, душевным равновесием. Все они составляющие одного целого — удовлетворенность своей жизнью. И опираясь на это, отметим простейший способ, при помощи которого каждый самостоятельно может определить, насколько он далек от того, к чему стремится. Все настолько элементарно, что единственным условием для удачного применения этого метода является только искренность перед самим собой. Конкретно — человек по-настоящему счастлив только тогда, когда он чувствует, что он счастлив, в противном случае это чистой воды самообман.

Что же касается самообмана, то он по праву занимает первую строчку в списке препятствий на

Останови свои мысли

пути к счастью, так как лечить свою жизнь непременно надо начинать со своего сознания, в котором и поселилась эта пагубная привычка.

Отказ от самообмана

Что такое обман, в принципе?

В любом случае, обман — это средство, при помощи которого тот, кто обманывает, имеет конечной целью извлечение какой-либо материальной или нематериальной выгоды. Исходя из этого, обманщик так или иначе должен остаться в выигрышном положении, не зависимо от того, какие это повлечет последствия для обманутого. Тут все просто и понятно. Два субъекта взаимоотношений — обманщик (аферист) и обманутый (лох). Один хочет «поймать» что-то за счет другого, чтобы удовлетворить одну из своих потребностей.

Самообман — это тот же обман, за исключением того, что в данном процессе участвует всего один

субъект, который является и обманщиком, и обманутым одновременно. И здесь все далеко не просто и совсем не понятно. Если в первом случае роли и цели четко распределены, то во втором происходит что-то несуразное, так как «аферист» ставит перед собой цель в конечном итоге оказаться «лохом». Такое действие не может соответствовать здравому смыслу и единственным оправданием тому, что люди занимаются самообманом, может быть только то, что делают они это неосознанно.

Хорошо, абсурд очевиден, но факт остается фактом: самообман присутствует в жизни практически каждого из нас и то, что мы своими действиями сами создаем негативные для себя последствия, также остается удручающей реальностью. Но перед тем как яростно бросаться искоренять этот пропитавший наше сознание вирус, разумно разобраться, в чем причина того, что мы внушаем себе желаемое вопреки очевидному.

В первую очередь, проблема заключается в том, что мы люди. Более того, мы люди цивилизованные и в повседневной жизни должны соответствовать своему статусу хомо сапиенса. Нас с детства обучают тому, как надо себя вести в коллективе, настоятельно рекомендуя не выделяться из общей массы;

прививают «разумные» по мнению большинства ценности, вбивая таким образом в головы шаблоны и стереотипы. Впоследствии взращенные на чужих убеждениях «люди-роботы» недоумевают, почему, стремясь к общепринятому счастью, они оказались совершенно несчастны?

Случается так потому, что у человека складывается ложное представление о том, в чем заключается счастье. На протяжении всей жизни ему навязывается определенная модель того, как оно должно выглядеть. Его влечет все, что блестит и красиво упаковано. Но заполучив эту фальшивку, он с разочарованием обнаруживает, что это не приносит ему долгожданного удовлетворения.

Такая иллюзия напоминает мираж. Люди испытывают жажду счастья, но обманувшись на тот счет, чем ее можно утолить, они остаются умирать в пустыне безжалостного самообмана.

Самое страшное, что в погоне за бесплодной мечтой, человек оказывается не на своем месте. Он заставляет себя делать то, что ему не нравится. Его это угнетает. Но свои жертвы он оправдывает Высокой Целью — достичь счастья.

Посмотрите, что происходит. Человек для того, чтобы прийти к счастью, сознательно загоняет

Останови свои мысли

себя в положение, которое его же и не устраивает. Он сам выстраивает свою жизнь, но в тоже время ищет внешние причины своей неудовлетворенности. Естественно, он не хочет и даже боится признаться себе в том, что годы занимался самообманом и поэтому ни разу даже не приблизился к своему счастью.

Желание верить в то, что все беды и несчастья в жизни случаются по вине кого и чего угодно, только не нас самих, оказывается сильнее здравого смысла, и человек добровольно закрывает глаза на явное, утешая себя вымышленным.

Для того чтобы не позволять самообману манипулировать Вашим сознанием, необходимо научиться смотреть правде в глаза. На первый взгляд, может показаться, что сделать это не так уж сложно, но не будем забывать, что в данном случае Вам придется иметь дело с самым коварным лжецом, который всеми силами будет Вас убеждать в том, что Вы и так всегда и на все смотрите трезво и реалистично. И этим искусным обманщиком являетесь Вы сами.

К примеру, Вы страдаете от избыточного веса. Вы весите сто десять килограмм, и это не рельеф-

ная мускулатура, на которую Вам так нравится любоваться в зеркале, а жировые складки, которые проклинаете что есть сил, мечтая от них избавиться. Вы уже не один раз садились и с разочарованием «вставляли» со всевозможных диет. Как-то раз даже оплатили абонемент в тренажерный зал, твердо решив покончить с этим безобразием, породившим в Вас комплексы. Но после нескольких изнурительных занятий поняли, что для достижения конкретной цели необходимо приложить невероятные усилия и оставили эту «глупую» затею.

Реальность такова — Вы лентяй и слабак. Ожирение портит Вам жизнь в самых разнообразных проявлениях, начиная от комплексов, мешающих найти достойного партнера, и заканчивая самыми плачевными последствиями, отражающимися на здоровье. Тем не менее, фактически Вы в состоянии, используя все те же проверенные способы «диета и физические нагрузки», изменить положение дел и начать жить полноценной счастливой жизнью. И для этого нужна сила воли, усердие и желание.

Но это та реальность, с которой мало кто захочет мириться. А для того, чтобы дальше продолжать бездействовать и при этом не признать себя тюфяком и размазней, надо всего лишь послушать сво-

его старого доброго друга — самообман, который всегда на Вашей стороне. Он-то и «нарисует» иную, удобную для Вас правду. Вы с радостью поверите в то, что диеты не помогут, так как у Вас нарушен обмен веществ, а на спорт просто не хватает времени, да и разные геморрои, анурезы и прочие недуги не позволят держать себя в форме. То, что Вы жрете, как свинья все подряд в немеренных количествах, конечно же ни при чем, дело исключительно в неправильном обмене веществ.

Можно привести еще огромное множество примеров из разных сфер жизни: работа, семья и тому подобное, где по причине лени или других не самых лучших качеств люди наотрез отказываются смотреть в сторону суровой правды.

Итак, для того, чтобы сделать первый шаг к преобразованию своей жизни, нужно четко следить за тем, чтобы желание оправдать свои недостатки не превалировало над стремлением быть счастливым.

Ощущать себя по-настоящему счастливым — вот подлинная цель. Все остальное — всего лишь результат влияния всевозможных обстоятельств, с которыми мы в силах справляться.

Усвоив основное правило — «себя никогда не

обманешь», — можно переходить к практически-му решению такой проблемы как добровольное заблуждение. Метод борьбы с маскирующимся под наши убеждения самообманом достаточно прост, но в тоже время эффективен. Его действенность обусловлена тем, что Вы ставите перед собой задачу реально оценить свое нынешнее положение.

Для этого необходимо постоянно вести внутренний диалог, где Ваше истинное «я» будет хладнокровным оппонентом ленивому и постоянно жалеющему себя неудачнику, в которого по ряду причин Вы превратились. Выделите для себя ряд не устраивающих Вас обстоятельств, задайте себе определяющий вопрос: «Что конкретно мне мешает быть абсолютно счастливым?» Сделайте это прямо сейчас.

Уверен, многие из вас даже растерялись, так как привыкли ощущать вечную неудовлетворенность, но чего именно Вам не хватает — вопрос весьма плавающий. Может того, может этого. А может, того и этого одновременно. Только через какой-то промежуток времени Вам удастся сформулировать свои проблемы, что так «несправедливо» воруют благополучие.

Ладно, скажем, Ваш так называемый бедолага жалобно скулит «мне уже не пять лет, слава Богу,

четвертый десяток пошел, а детские мечты так и не воплотились в жизнь. Работаю менеджером среднего звена в торговой компании, где каждый суслик в поле агроном. Зарплата позволяет только мечтать о том, что когда-то выплачу кредит за машину и, может быть, если не уволят, возьму какую-нибудь квартирку по ипотеке. Семейная жизнь тоже оставляет желать лучшего. После восьми лет совместной жизни от любви остались только дети, которые, откровенно говоря, и сохраняют брак. Живот растет, волосы седеют, а просвета хоть на какие-то изменения в лучшую сторону так и не видно. Короче, жизнь проходит мимо».

В принципе, все складно и даже убедительно. Можно все так и оставить, разве что предложить носовой платок, чтобы этот страдалец вытер размазанные по щекам сопли. Но, пожалуй, вместо этого обратимся к здравомыслящему, трезво, без лишних сантиментов, смотрящему на ситуацию оппоненту, который задаст следующий вопрос: «Кто во всем этом виноват, и что конкретно можно сделать для того, чтобы вырваться из этого “болота?”»

Можно предвидеть, что слюняй тут же захочет себя оправдать, мол, «Жизнь виновата, все как-то изначально пошло не так, как запланировал. А там

полоса черная сменялась серой. Думал, еще немного — и схвачу удачу за хвост. Потом женился. Дети, быт, проблемы. Там уже не до погони за счастьем». Немного переведя дух, продолжит: «Что уж тут поделаешь, жизнь вносит свои коррективы. Это в сказках все складно получается — полцарства, жили долго и счастливо... А реальность — штука суровая. Я бессилен». Все это дополняется печальными вздохами и глубочайшим чувством сожаления о том, что не ко всем судьба одинаково благосклонна.

Тут вступает по-прежнему беспристрастная оппозиция: «Э нет, дорогой, нечего на судьбу сетовать. Жизнь тебя наделила всем необходимым для того, чтобы ты мог построить свое счастье. Даже дала тебе право выбора, чтоб ты смог это сделать на свой вкус и цвет. Кто же виноват, что ты пошел на поводу у своих слабостей и, более того, продолжаешь их холить и лелеять. Ты плачешь: то тебя не устраивает, это тебе не нравится, но при этом продолжаешь бездействовать, упиваясь жалостью к своей несчастной персоне. Все в твоих руках и ты в любой момент можешь начать грести в сторону берега. Тебя и так достаточно долго несло по течению, ударяя о подводные камни. Собери остатки своей

воли и уже сейчас начни хотя бы смотреть правде в глаза. Спасение утопающего — дело рук самого утопающего. Никогда не поздно начинать жить».

«Но как же? Нет! Я не...» Конечно, трудно поначалу видеть свое истинное лицо. «Но что я могу сделать? Куда бежать, где спастись? А что, если не получится, и я только усугублю свое положение?»

«Страх — неизменная реакция на любые нововведения! Ты боишься перемен, но тебя не пугает перспектива так и прожить, а точнее, просуществовать до глубокой старости в тоске о несбывшихся желаниях. У тебя что, нет рук или ног? Может, ты тупее других? Почему у кого-то получается все, за что он ни возьмется, а твой удел — только завидовать их удаче? Очнись! Проблема в твоей лени и неуверенности в себе! Пойми же: везет всегда тем, кто и без везения победил бы!».

Описывать это противостояние можно еще достаточно долго, но, думаю, в этом нет необходимости. Принцип понятен. Вам остается только подставить свой пример и каждый раз, когда самообман захочет исказить реальность, играя на Ваших недостатках (лень, страх, алчность, зависть и т.п.), сразу же ставьте в противовес весомые аргументы,

разбивающие бредовую защиту слабака и лентяя.

Подвести итог всему вышесказанному можно коротким, но весьма содержательным афоризмом: «Кто хочет, ищет возможности, а кто не хочет, ищет оправдания». И опираясь на эти истинно мудрые слова, подведем черту под первым принципом, без которого счастье невозможно или, как минимум, будет обрывочно неполноценным. Необходимо отказать от самообмана и, руководствуясь только реальными ощущениями, определить, насколько Вы запустили свою жизнь, и как давно Вы перестали бороться за свое счастье.

Осознание страха

Если мы проанализируем хотя бы один день своей жизни, то с ужасом обнаружим, что страх занимает в нашем сознании катастрофически много места. Наш ум выделил ему шикарные апартаменты, в то время, как остальные чувства ютятся в тесной коммуналке. Произошло это не только потому, что его столько, что и девать некуда, но еще и по той причине, что страх умело маскируется под множество других наших чувств. И речь идет не об инстинкте самосохранения, столь необходимом для нашего выживания, а о патологии, которая все время стремится проникнуть вглубь наших размышлений и, зачастую, повлиять на принятие того или иного решения.

Страх — это плацдарм, отправная точка почти всех негативно спроецированных мыслей. Он является основой множества зародившихся в нас отрицательных качеств. Так, например, ревность — ни что иное как боязнь потерять любимого человека и почувствовать себя хуже, чем кто-то другой. Неуверенность в себе основывается исключительно на переживаниях, что желаемое не воплотится в жизнь. А стыд — это просто страх выглядеть глупо или смешно.

Именно страх лишает внутреннего спокойствия, порождая хаос в мыслях, которые и без того перегружают наш разум. Мы чуть ли не все время находимся в состоянии эмоционального напряжения и самое ужасное, что совсем перестали замечать это. Наши нервы натянуты до предела и молят о том, чтобы им дали хоть немного передохнуть. Но все это давно стало нормой, а истина скрывается за толстым слоем самообмана: «Как в нашем безумном мире можно сохранять спокойствие, когда жизнь то и дело проверяет тебя на прочность, создавая каждый раз новые проблемы. Такое ощущение, что кто-то нарочно загоняет нас в тупиковые ситуации, а потом с азартом смотрит, как мы выкрутимся. Вся наша жизнь — сплошной стресс, и

не я это придумал.»

Но с каким же удивлением мы обнаруживаем, что львиную долю всех наших переживаний породил нелепый страх перед всем на свете.

Создается впечатление, что однажды здравый смысл просто не выдержал давления со стороны изнуряющей глупости и, обнаружив свою непригодность, просто погрузился в глубокий сон.

Мы привыкли воспринимать страх, в основном, как реакцию на опасность. Да, когда что-то угрожает жизни или здоровью, наше подсознание побуждает нас к действию, направленному на спасение. Но хотелось бы отметить, что это как раз и есть инстинкт самосохранения, которым управляет именно подсознание. Если б эту функцию попробовал взять на себя наш ум, то сохранить себя в целости и сохранности практически не представлялось бы возможности, так как молниеносная реакция на экстренные ситуации явно не его конек.

Страх же, не связанный с вышеописанными обстоятельствами, является детищем нашего воображения, у которого есть уйма времени для того, чтобы извратить реальность и преувеличить значимость предполагаемых последствий. И такого рода

страх преследует нас всегда и везде, так как место его дислокации — ум, а сфера деятельности — коррекция мысли.

Что именно подразумевается под коррекцией мысли, мы можем рассмотреть на коротком незаключительном примере.

Предположим, Вы вложили определенную сумму денег в какой-нибудь потенциально выгодный проект. Изначально, пребывая в оптимистичном расположении духа, мысль о вероятности провала Вас посещает крайне редко. На данном этапе Ваше любимое занятие — подсчет прибыли, которую собираетесь получить или получать. Вы даже не лишаете себя удовольствия подумать о том, на что потратите вырученные деньги.

Но спустя немного времени, когда эмоциональный подъем постепенно теряет свою силу, вера в то, что все получится именно так, как запланировано, начинает понемногу уступать свою позицию сомнениям. Затем, когда несущественные обстоятельства вмешиваются в ход дела и сомнения как бы получают свое подтверждение, борьбу за территорию начинает неуверенность, которая, отвоевав даже больше, чем хотела, превращается в боязнь вообще «прогореть».

Теперь уже вместо того, чтобы, несмотря на мелкие нестыковки, продолжать следовать прежним курсом в своих убеждениях, Вам, как назойливые мухи, досаждают мысли о том, как бы «не вылететь в трубу». Более того, опережая события, еще не потерпев неудачи, Вы начинаете жалеть свои деньги, которые боитесь потерять, будто это уже случилось.

В итоге, когда страх «банкротства» окончательно затмил надежду на успех, Вами овладевает паника, и Вы начинаете думать: «Где там нажиться, вернуть бы свое». Хотя вероятность того, что дело выгорит, остается весьма высокой, пусть даже результат будет отличаться от запланированного.

Таким образом, в рассмотренной ситуации нам открывается не только то, как страх по мере нарастания своей силы изменяет ход наших мыслей (корректирует их), но и его умение принимать различные облики. В данном случае, это сомнения, неуверенность и боль утраты.

Зачастую страх выступает в роли стопора во многих наших начинаниях. Даже когда мы с энтузиазмом беремся за какое-нибудь дело, то в результате все той же коррекции мыслей опускаем руки, как только сталкиваемся с трудностями. А порой и во-

все отказываемся от начинания только лишь из-за страха потерпеть неудачу.

То же самое случается с желанием изменить свою жизнь. Начало всегда практически одинаковое. Вы твердо решаете, что так больше продолжаться не может, и беретесь за дело. Вступаете в борьбу со своими пагубными привычками, используя давно зарекомендовавшие себя методы, которые отыскивали в умных книжках или других источниках. Пару месяцев в лучшем случае, пару дней в худшем, применяете их на практике. Но бросаете, не дождавшись осязательного результата, так как боитесь, что вся эта затея не увенчается успехом.

После, когда с тяжелым грузом разочарования Вы возвращаетесь к прежнему образу существования, как всегда на помощь приходит неизменно преданный Вам самообман. Он утешает Вас, томи-но нашептывая, что-то из разряда: «Тебе это не по силам, так что забей и не морочь себе голову», или: «Жизнь дается один раз, бери от нее все и перестань себя мучить». Вариантов оправданий на самом деле уйма, и Вам лучше знать, какой из них Вы обычно применяете.

Но парадокс в том, что страх перед поражением приводит к тому, что Вы продолжаете страдать

Останови свои мысли

от своих недугов, материальных проблем, духовной бедности и многого другого, по сути, оставаясь проигравшим по жизни.

Возможно ли бороться с патологическим страхом и есть ли в этом смысл?

Вполне вероятно, что методов борьбы с этим незримым врагом достаточно много, но смысла в этом нет никакого, так как борьба с чем бы то ни было сама по себе бессмысленна. Война со страхами и тревогами только будет питать их в силу того, что у них появится еще больше места для своей деятельности. А Вы будете недоумевать, почему все Ваши действия в итоге оказываются направлены против Вас.

Поэтому самый верный способ выйти из под угнетающего влияния страха — это осознать его как то, что существует исключительно в Вашем воображении, так как сам предмет переживания находится в будущем, которому вполне вероятно не суждено сбыться, и значение предполагаемых последствий, как правило, во много раз преувеличено.

Не игнорируйте тот факт, что Вашу жизнь отравляют всевозможные переживания, нередко по ма-

лозначительному поводу. Каждый раз, когда Ваши мысли будут изобиловать боязнью чего бы то ни было, просто осознайте, что все не так страшно как это преподносит пропитавший Ваше сознание абсурд. Как только тревога по какому-нибудь поводу затмит Ваш разум, и Вы не сможете ни о чем думать, кроме как об объекте своего страха, скажите себе следующее:

«Я нахожусь в определенном месте в определенный момент. Реально именно сейчас мне не угрожает опасность. Следовательно, то, что меня так беспокоит в данное время, не существует, а будущее всегда остается загадкой, поэтому еще не факт, что все будет так, как я себе это представляю».

Надо помнить, что все может измениться в одну секунду, причем самым невероятным образом.

Так, например, заключенного ожидающего смертную казнь, может неожиданно порадовать своевременно наложенный мораторий на данный вид наказания.

Ни о каком душевном равновесии не может быть и речи, когда тревога и страх постоянно держат нас в напряжении. Необходимость психологической разгрузки настолько очевидна, что говорить о па-

губном влиянии стрессов, которыми перенасыщены наши будни, нет надобности. Но тем, кто все же не находит достаточно оснований для того, чтобы начать процесс реанимации своих эмоциональных сил, можно дать совет почитать в медицинском справочнике раздел психические расстройства. Это лучшая книга предсказаний. В ней подробно описано, что ожидает тех, кто уродует свою жизнь нелепыми переживаниями по поводу и без.

Но есть еще и такой аспект, который Вы не найдете в пособиях по медицине. Это события, которые люди притягивают в свою жизнь благодаря навязчивым страхам и ежедневному вынашиванию в своей голове связанных с этим мыслей.

Уже не требует подтверждения тот факт, что с человеком почти со сто процентной гарантией случается то, чего он больше всего боится. И не смотря на то, что наука пока не в состоянии дать этому однозначное объяснение, закономерность налицо, и при всем своем желании мы не можем это игнорировать.

Позитивное мышление

Что же такое мысль? По большому счету, это то, чего нет. Точней, нет на том материальном уровне, к которому мы привыкли. Не потрогать, не ощутить запах. Мысль — это всего лишь деятельность ума, занятого обработкой информации. Но в тоже время, наше моральное и даже физическое состояние во многом зависит от того, какие мысли наполняют наше сознание.

И естественно то, что негативные мысли влекут за собой соответствующие эмоции и ощущения. Вы злитесь, нервничаете или обижаетесь только в том случае, когда этому способствует определенный мыслительный процесс. Иногда Вам кажется, будто без причины Вас накрывает волна грусти или

уныния. Но на самом деле просто на каком-то перепаде настроения Вы подхватили мысль о том, что Вам плохо и впоследствии продолжили прокручивать ее в голове. Хотя для того, чтобы изменить свое внутренне состояние в лучшую сторону, достаточно было всего лишь отказаться от «мазохизма» и подумать о чем-то более позитивном.

Конечно, легче рассуждать о том, как справляться с апатиями и выходить из депрессий, чем сделать это. На словах все легко и просто. Но как бы там ни было, только мы несем ответственность за то, какую проживаем жизнь. И весь тот негатив, который присутствует в нас и вокруг нас, — это исключительно наших рук дело (кто с этим не согласен и продолжает искать причины своих бед в ком-то и чем-то, может еще раз «освежиться» в разделе «отказ от самообмана»). Как мы твердо для себя решили, нас интересует счастливая жизнь в полном смысле этого слова, поэтому все наше сознание и подсознание должно быть направленно на то, как этого достичь.

Так как речь пойдет о позитиве, наверное, есть смысл воздержаться от обсуждения того, какой вред несет отрицательный образ мышления, и уделить максимум внимания тем методам, при по-

мощи которых Вы можете привлечь в свою жизнь больше радости, любви и богатства.

На самом деле Вам следует пересмотреть свои взгляды на очень многие вещи. Не будем разводить демагогию по поводу, что любую ситуацию можно рассматривать с разных сторон и что во всем нужно видеть что-то хорошее. Это всем давно известно и понятно. Но опять-таки, одно дело понимать и соглашаться, и совсем другое — уметь этим пользоваться. Поэтому у Вас просто нет другого выбора, кроме как научиться быть более позитивными по отношению к жизни.

Любые перемены надо начинать с себя. Нелепое желание, чтобы мир подстраивался под Вас, неизбежно приводит к тому, что Вы постоянно недовольны положением дел. Если бы все менялось в соответствии с тем, как нам этого хочется, то из-за хронического непостоянства, присущего человеку, на земле царил бы сущий хаос. Основной же принцип позитивного мышления заключается в том, чтобы выбирать мир, который будет вокруг Вас, и давать существовать миру, который выбирают другие.

Живя в одно время и в одном пространстве, люди

Останови свои мысли

как бы находятся в разных плоскостях, где одни видят то, что совсем не замечают другие.

Например, обычный человек, посмотрев на мусорные баки, увидит просто гору помоев. А нищий, который «шныряет» по таким бачкам узреет в них много полезного, что можно съесть или сдать в стеклотару.

Глобальная проблема многих людей заключается в том, что их разум переполнен предрассудками на тот счет, как устроен мир. И стереотипы, которые прочно закрепились в сознании, не позволяют им признать тот факт, что они сами создают свою вселенную.

*Не существует реальности иной,
чем та, которая в нас самих.*

Герман Гессе

Для того чтобы Ваша жизнь была такой, какой Вы хотите ее видеть, в первую очередь, надо направить взор вглубь себя, не заикливаясь на том, какое представление об окружающем Вас мире сложилось за годы жизни. Необходимо осознать, что на сегодняшний день Вы в том положении, которое заслужили. Вселенная беспристрастна, и если

Вы убеждены, что Ваш путь — это сплошное преодоление препятствий, то она не станет с Вами спорить и доказывать обратное, посылая богатства в ответ на непрерывные стоны, что нет денег. Более того, даст возможность сполна «насладиться» своими страданиями. Ведь это только Ваш выбор: быть счастливым или несчастным, богатым или бедным, здоровым или больным. Другое дело, что неосознанный, но это как раз и должно послужить мотивацией для того, чтобы «проснуться» и начать отдавать себе отчет не только в своих действиях, но и мыслях.

*Наша жизнь
есть то, что мы думаем о ней.*

Марк Аврелий

Абсолютно не важно, осознанная мысль или подсознательная, если она негативного характера, то в любом случае ее пагубное влияние неизбежно. Навязчивые идеи, предрассудки, патологический страх не только отравляют Вашу жизнь в настоящем, но и притягивают в нее все больше нежелательных событий.

Поэтому первоосновная задача — это научиться

Останови свои мысли

проявлять бдительность. Как только чувствуете, что вовлечены в переживания по какому-либо поводу, сразу начинайте отслеживать ход своих мыслей, и, не давая никакой оценки происходящему, четко осознайте, что вызванные обстоятельствами негативные эмоции еще никогда не помогали разрешению той или иной ситуации. Можно смело утверждать, что поначалу сделать это чрезвычайно трудно, так как привычка с головой уходить в свои страдания очень сильна. Чувство жалости к своей «ущемленной» личности будет мешать трезвому подходу к ситуации. Но со временем, когда проснувшийся здравый смысл вновь вступит в свои права, будет сложно понять, как до этого очевидный абсурд мог управлять Вашей жизнью.

Все это, конечно, хорошо, но что делать с мыслями, которые продолжают неустанно твердить о том, как Вам плохо, и что весь мир будто сговорился против Вас, несчастных? Просто осознание наличия таковых в своей голове вряд ли поможет от них избавиться.

Но в этом как раз и есть фокус. Вам не надо от них избавляться, точнее, нет необходимости предпринимать никаких активных действий, в этом направлении. Для того, чтобы они сами покорно Вас

покинули, их нужно просто игнорировать. Признать, что они имеют место быть в данный момент. Смириться с тем, что под их влиянием Вы даже испытываете соответствующие ощущения. И проигнорировать, понимая всю бессмысленность дальнейшего вынашивания и поощрения их развития.

Если Вы станете бороться и захотите усилием воли вытеснить тревожащие мысли, то обязательно столкнетесь с проблемой, что, сопротивляясь чему-либо, Вы только это усиливаете.

Это то, что касается первой незамедлительной реакции на внешние раздражители и адекватного подхода ко всему происходящему. Сам же образ позитивного отношения к жизни, требует от Вас больше времени и усилий. Главное — выбрать ракурс движения, который приведет к тому, к чему каждый из нас стремится.

Как известно, у каждого человека свое представление о том, как должна выглядеть идеальная жизнь. Нет и не может быть одного, единственно правильного счастья, которое бы удовлетворяло потребности всех людей. То, что для одного благо, для другого может оказаться неприемлемым или даже недопустимым. Но все же нас очень часто пы-

таются убедить в обратном.

Это проблема потребительского общества, которому содействует научно-технический прогресс. Нам каждый день пытаются «впарить» не одно счастье так другое. «Вот он, наконец-то вышел в свет автомобиль Вашей мечты. Посмотрите, какой он классный. Вы ведь только о нем всегда и мечтали. Купите его, и все ваши проблемы останутся позади» или «Пиво “Толстый Зад”. Попробуй счастье на вкус». Каждый день забитые рекламой СМИ сообщают нам о том, что для нас счастье и чего мы больше всего хотим. Но самое ужасное, что на преимущественное большинство людей это действует. И искусственно привитые ценности успешно глушат Ваш внутренний голос, которому так трудно достучаться до сознания, сквозь толстые стены порабо-щающих желаний.

Отталкиваясь от вышесказанного, есть одно безусловное для выполнения правило, без которого можно всю жизнь пробегать от одного навязанного стереотипа к другому, недоумевая, почему же эта ненасытная алчность никак не может утолить свой голод. И правило это очень простое. Надо перестать «глотать» весь тот «крайне необходимый» для жизни хлам, который с откровенным юродством броса-

ют нам производители разного уровня.

Не будем углубляться в то, как так случилось, что нам с детства прививают алчность, зависть и жадность. Это отдельная и достаточно объемная тема. Социология, семейная и стадная психология на данный момент не являются объектом нашего внимания. Отметим лишь то, что все это сильно мешает концентрироваться на конкретных, настоящему важных лично для Вас целях.

А без ясного представления о том, чего Вы искренне хотите, невозможно обрести душевное равновесие хотя бы по той причине, что в нашей природе заложено стремление к самореализации. Но очень важно помнить, что это должна быть реализация Вашего внутреннего потенциала, а не слепое стремление прожить чужую жизнь, базируясь на позиции престижа, моды или чего-нибудь еще в таком духе.

Порой бывает весьма трудно найти различие между тем, чего мы действительно хотим, и тем, что является вбитым в наше сознание как что-то безоговорочно, всеми желаемое.

Например, я естественно хотел бы быть директором Мира. Но при этом терпеть не могу роль управ-

ленца и ответственность, связанную с принятиями глобальных решений. Зато мне это сулит несметные богатства и мировое господство.

То есть, если я буду стремиться к этой почетной должности, обольщаясь исключительно статусом и, откровенно, алчностью, то достигнув своей цели, надолго уйду в депрессию, так как буду заниматься тем, что мне совсем не нравится. А деньги и власть теряют свою ценность, как только начинаешь осознавать их ничтожность по сравнению с душевным равновесием, внутренним комфортом. Одним словом, счастьем.

Для того, чтобы найти свое дело, надо основываться исключительно на внутренних ощущениях. Другими словами, если то, чем мы занимаемся, приносит нам удовольствие, значит этим не стоит пренебрегать, независимо от того, что на этот счет думают остальные. В любом деле есть профессионалы. Так почему мы часто стремимся достичь высот в той сфере, которая нам не нравится, но считается престижной или перспективной, и запираем мечты о любимом занятии в темном чулане? Ведь мы можем все! А когда к чему-либо подходишь еще и с душой, открываются безграничные возможности. Это именно так, и самое главное здесь — вера и

целеустремленность.

Конечно же, быть человеком позитивным — это совсем не означает быть бедным. Желание жить красиво и комфортно никак не противоречит принципам позитивного мышления. Просто нельзя забывать о том, что стремление иметь хорошую машину, достойное жилье и прочие материальные прелести не должно превращаться в моральный груз, что этого еще нет, или в зависть потому, что это уже есть у кого-то другого. А также надо четко себе уяснить, что все в мире относительно, и так называемого богатства это тоже касается. И если, имея определенный достаток, Вы все еще продолжаете, желать до тошноты все новые и новые «цацки», значит это в Вас говорит поработощенное сознание, которое утратило способность слышать свой внутренний голос.

*То, что есть в человеке, несомненно,
важнее того, что есть у человека.*

Артур Шопенгауэр

Ключ к успеху, без преувеличения, абсолютно во всех начинаниях — это осознание и безоговорочное принятие того, что сила внутри Вас сильнее любых других внешних сил. Нет таких ситуаций, которые

нельзя было бы исправить. Нет таких задач, которые нельзя было бы решить. Нет таких болезней, которые нельзя было бы вылечить. Глупость — самая страшная болезнь. Она-то и заставляет верить в то, что всякого рода обстоятельства сильнее Вас. А когда Вы с этим слепо соглашаетесь, то перестаете видеть спасательные шлюпки, которые постоянно посылает Вам жизнь. Да они Вам уже и не нужны, ведь Вы смирились с тем, что утонете. Так зачем тратить силы на спасение, если можно в очередной раз «насладиться» жалостью к себе, и с одержимостью мазохиста снова и снова прокручивать в голове мысль о том, что судьба отнеслась к Вам несправедливо и так жестоко в итоге повергла в пучину мрака.

Но, слава Богу, и эта болезнь излечима.

Лечится она таким способом: каждое утро, стоя лицом непременно на северо-восток, убедительно, с полной глубиной чувств, повторяем про себя не меньше, чем сто двадцать восемь раз ***«если сильно захотеть, можно в космос полететь»*** и немедленно, не откладывая на потом, начинаем действовать. Средства допускаются абсолютно любые, подбираются самостоятельно и исключительно индивидуально. Выбор именно своей методики осуществ-

вляется по принципу: что нравится — принимаем и применяем, что не нравится — не критикуем, но пропускаем. Главное, чтобы в выборе сочетались две вещи — внутренний комфорт и реальная польза.

Примечание: *прекратить утренний «аутотренинг» можно, как только почувствовали, что глупость отступила, и наконец-то до Вас дошло, что когда внутренний голос и внутреннее видение сильней внешнего, только тогда Вы становитесь хозяевами своей жизни.*

Изменяя сознание и ход своих мыслей, мы вносим коррективы в свою судьбу, которая принимает более радужный облик, когда наш разум начинает гармонично сочетаться с внутренним миром. Но возможно ли это сделать в прошлом или будущем? Очевидно, что нет! Прошлое уходит безвозвратно, а будущее стремится к тому, чтобы всегда оставаться будущим. Как всем известно, завтра никогда не наступает. Так что любые перемены и процесс преобразования жизни могут осуществляться только в настоящем.

Жизнь в настоящем

Как ни парадоксально, но часто то, что нас беспокоит больше всего, не имеет своего места в настоящем моменте нашей жизни. Как правило, это переживания, связанные с болью, полученной в прошлом или страхом перед предполагаемым будущим.

Реально машина времени еще не изобретена или, по крайней мере, ее использование не доступно для широких масс. Но, не смотря на это, люди все-таки совершают путешествия во времени, с той лишь разницей, что делают это в своем воображении. И многие из них имеют настоящий талант в этой области. Они настолько увлекаются данным процессом, что едва не теряют грань между реаль-

ностью и теми событиями, которые уже произошли или ожидаются. А если учесть, что по ряду причин воображение простого человека имеет степень «инвалидности», то гадать не приходится, какие последствия влекут за собой такие путешествия.

К огромному сожалению, большую часть времени своей жизни люди прибывают в «отъезде», терзая себя сожалениями о случившемся и страхами перед тем, что может произойти. Все было бы не так критично, если б люди увлекались только теми воспоминаниями, которые приносят наслаждения, и в будущее смотрели с уверенностью, что все будет непременно хорошо. Но, увы, все хорошее почему-то быстро забывается, а плохое всплывает в памяти с завидной регулярностью. Это относится и к ожиданиям. Такое впечатление, что какой-то злой гений нарочно лишил нас доверия к жизни и уверенности в завтрашнем дне, вместо этого наполнив наше сознание сплошными сомнениями и пессимизмом.

Что такое сожаления? Это в высшей степени глупость! Как не крути, умение мысленно возвращаться в прошлое не позволяет предотвращать или изменять уже случившееся. А воскрешать в памяти связанную с каким-либо событием боль, пони-

мая, что это бессмысленно, может только настоящий параноик. Вместо того чтобы принять произошедшее как факт, одержимый сожалениями человек, только и думает о том, как надо было поступить, чтобы избежать негативных последствий или что было бы если бы обстоятельства сложились иначе. И эти мысли, как заевшая пластинка. Одно и то же по кругу. Снова и снова. До тошноты и морального изнеможения.

Обратим внимание на то, что какой-то конкретный прецедент остался в прошлом, и никогда не повторится, а переживания всегда занимают свою позицию в настоящем и имеют свойство не однократно «радовать» своим возвращением.

Казалось бы, осознание всей нелепости порноидального желания изменить что-то в прошлом, позволит навсегда избавиться от сожалений, независимо от степени важности того или иного события. Но практика показывает, что все не так просто. Каждый понимает, что время вспять не обратишь, и напрасные страдания никак не помогут. Но вся беда в том, что такого рода мысли проходят почти бесследно, не задерживаясь в сознании. А давление мыслей негативного характера имеют куда большее влияние на психику, и они словно блокируют раз-

ум, не позволяя услышать аргументы в пользу здравого смысла.

То, что человек постоянно вытаскивает на поверхность нерадужные воспоминания и на этой почве в очередной раз испытывает определенный внутренний дискомфорт, можно назвать болезнью, которую нельзя вылечить при помощи обычных лекарств. Нет, конечно, можно оспорить данное убеждение и привести пример из психиатрической практики, с их многочисленными методами борьбы с этим недугом. Но почему-то мне кажется, что Вы не согласитесь идти на такие жертвы. И правильно! Ведь Вы сами в состоянии диагностировать свои «неполадки» и задействовав свой внутренний потенциал решить любую задачу. Тем более, что именно вылечить, а не залечить, хворь такого характера в состоянии только Вы сами.

Что же можно предпринять для того, чтобы все реже возвращаться к прошлым неудачам, потерям и страхам перед будущим? Как отказаться от столь привычной практики — делать заплыв в океан страданий и сожалений?

Рецепт прост, как и в большинстве случаев. Самое сложное — это усердие в применении на прак-

Останови свои мысли

тике всего, что действительно несет пользу, исцеляя жизни.

Отпустите прошлое. Не просто осознавайте тот факт, что произошедшее в Вашей жизни событие не подлежит изменению, но пропитайте этим весь свой разум. Ощутите каждой клеткой своего организма то состояние, когда смирение и принятие вытесняет бессмысленное во всех отношениях сожаление. Только усилием воли, питая энергию из абсолютной осознанности, можно оставить позади день вчерашний и жить здесь и сейчас, не терзая себя тем, чего нет в данное мгновенье.

*Какая наука самая необходимая? —
наука забывать ненужное!*

Али Аншерони

Счастье невозможно построить ни в прошлом, ни в будущем. Это привилегия настоящего. Хотя самым распространенным заблуждением остается как раз то, что люди думают: «вот сейчас я жертвую всем ради того, чтобы в будущем поиметь все!» или: «я буду по-настоящему счастлив, когда у меня будет вон та штука».

Вот такое откладывание своего счастья на по-

том приводит к тому, что дни, годы, а в итоге и вся жизнь, проносятся в ожиданиях и достижениях чего-то надуманного, а настоящее счастье, не зависит от чего-то там и возможно только в режиме реального времени.

Чтобы жить в настоящем и получать удовольствие от всего прекрасного, что нас окружает, надо устранить отвлекающие Ваше внимание мысли, которые, в основном, берут свое начало из таких выражений: «надо было», «если бы», «а вдруг», «а что если». Необходимо выработать в себе привычку самоконтроля, и когда в очередной раз они захотят атаковать сознание, стоит лишь сконцентрироваться на том, что это паразиты, существующие исключительно за счет Вашего поощрения.

Проанализировав вышеописанное, вывод напрашивается сам собой. Надо отказаться от такого образа мышления, который постоянно переносит Ваше сознание в прошлое или будущее, погружая в виртуальный мир размышлений. Жизнь надо жить, а не думать о том, какая она была или будет.

Нет никакого прошлого, и никогда не будет будущего. Все происходит только здесь и сейчас. Мы не можем ни о чем думать, говорить или делать за

пределами сейчас. Мы представляем будущее, и делаем это сейчас. Мы вспоминаем о прошлом, и так же это происходит в настоящий момент.

Задумайтесь о том, сколько времени Вы реально присутствуете в своей жизни. Если бы можно было установить такой датчик, который мог считывать с мозга данные о том, в каком временном пространстве Вы мысленно витаете, то боюсь, он крайне редко фиксировал бы тот момент, когда Ваш разум полноценно пребывал в осознании настоящего.

Лишь на какое-то мгновение, остановив взгляд на чем-то прекрасном или в порыве вдохновения, человек непроизвольно отсекает дотошные мысли, которые постоянно стремятся закрыть глаза пеленой прошедшего или не наступившего времени. Такое состояние обычно называют безмятежностью, душевным покоем, умиротворенностью. Но, к сожалению, рутина повседневной суеты не желает выпускать нас из своего плена.

Люди настолько привыкли к своим бедам, что на подсознательном уровне их пугает мысль о том, что будет, если вдруг все их желания будут удовлетворены, страхи исчезнут, а проблемы разрешатся сами собой. Конечно, многие скажут: «Что за чушь?! Об этом можно только мечтать! На каком таком уров-

не я могу хотеть переживать, бояться и испытывать вечную нужду? Глупость какая-то!» Но если посмотреть правде в глаза и принять себя таким, какой есть на самом деле, то становится очевидным, что привычка жаловаться на свою нелегкую долю и «смаковать» страдания достаточно сильна, именно это во многом мешает перестроению сознания на позитивный лад. И если Вы хотите изменить свою жизнь, то придется набраться решительности для того, чтобы отказаться от склонного к мазохизму образа мышления, и научиться наслаждаться счастьем, а не болью от того, что его нет.

Естественно то, что не достаточно просто прочитать умную книжку, и проникнуться до мозга костей пониманием важности всего в ней изложенного. Знания сами по себе не несут существенной пользы, если они не применяются на практике. Нужно использовать в повседневной жизни то, что считаете для себя потенциально важным.

Изменить свое сознание быстро и кардинально можно при помощи наркотиков, алкоголя или психотропных препаратов, но это лишь на какое-то время позволит почувствовать себя свободным от будничных проблем. А впоследствии просто вас

уничтожит.

Любые же качественные перемены, которые в итоге принесут ощущение полной удовлетворенности жизнью, достигаются путем непрерывной работы над собой. Для того, чтобы добиться результатов в самосовершенствовании, необходимо не просто захотеть измениться, но настроиться на то, что препятствовать процессу трансформации непременно будут старые привычки — вооруженный Ваши-ми слабостями самообман и самый страшный противник — лень.

Пресечение лени

Можно перечитать горы книг, посетить множество разных семинаров и тренингов, просмотреть уйму поучительных фильмов на тему «счастье в Ваших руках» или «поймай удачу за хвост», но, в конечном счете, не испытать ощущения эйфории, о которой так много было сказано в этих так называемых учениях. Более того, вместо обещанного счастья и душевного равновесия может остаться смутный осадок разочарования. И это при том, что все эти мастера, тренеры, учителя, наставники, проповедники, пророки и им же подобные твердили наперебой, что удача — вот она, только руку протяни. А в итоге — где стоял, там и остался. Только лишний раз убедился, что все эти новомодные вместе с

древними и типа хорошо проверенными методами преобразования жизни ни фи́га не работают.

И это будет чистейшей воды правда. Ни один метод, способ или прием не работает сам по себе. Для того, чтобы раскрылись полезные свойства какого-либо учения, принося свои плоды, нужен, как минимум, тот, кто внедрит в свою жизнь данные ему знания. Тот, кто следует заданным курсом, четко осознавая, чего хочет достичь, и не бросает начатое на полпути, никогда не усомнится в пользе и эффективности того, чем занимается. И это обусловлено пониманием, что успех любого дела зависит только от него самого.

Расчет на «халяву», что можно занять какие-то новые способности или качества всего лишь пролистав книжонку с обнадеживающим названием «прочитай и расслабься» изначально вводит в заблуждение любителей получить все и сразу, при этом не прикладывая никаких усилий. Таким «человекам» лучше посвятить свою жизнь поискам волшебных заклинаний или чудодейственного зелья, которое в одно мгновение сделает из депрессивного параноика жизнерадостного оптимиста, а из обрюзгшего слабака — мускулистого супермена. Не важно, что поиски не увенчаются успехом,

и они умрут в муках, доконав свой жалкий организм и душонку нелепым образом существования. Но, по крайней мере, это избавит их от наивных надежд, будто возможен вариант совершенствования духа и тела, не отрывая зад от дивана.

Поразительно, сколько внимания уделяется теме наркомании, алкоголизма, всевозможным заболеваниям и прочим нерадушным проявлениям в жизни общества и человека в частности. Ведется ярое обсуждение данных проблем на самом высоком уровне (международном, правительственном, министерском). Этому посвящено пугающее множество телевизионных передач, получивших благодаря современному подходу к индустрии статус «шоу». Критика гигантским потоком льется из газет и журналов. Миллионы людей читают и показывают в изумлении головами: «А-я-я-й, процент страдающих от ожирения людей вырос за минувший год на сорок процентов».

«Министерство здравоохранения отмечает, что увеличились случаи заболевания раком легких. Основной причиной врачи называют стремительный рост курящего населения».

«Ведущий психолог Андрей Мозгоправ сооб-

шил, что основным фактором, влияющим на психическое состояние человека, является недостаточное количество извилин в левом полушарии мозга. Именно это способствует тому, что люди часто страдают апатиями, депрессиями и испытывают внутренний дисбаланс».

Подобный бред можно увидеть и услышать сплошь и рядом, а смысл только один — беда, беда, беда! Конечно, люди должны быть информированы о происходящем и знать обстановку в стране и за ее пределами. А спонсор предоставленной информации — ваш любимый общепит «Макдоналдс», сигареты «Желтый дым» и клиника «друга всех друзей» доктора А.Мозгоправа. При поддержке торговой марки «Фармацевт» с прекрасным ассортиментом таблеток, пластырей и клизм, которые помогут Вам избавиться от лишнего веса и табачной зависимости.

Внимание заостряется на самой проблеме, пуская последствиями, которые она за собой влечет. А причина всегда остается в стороне, как бы не столь важная и не заслуживающая того, чтобы ее замечали.

Естественно, кому выгодно, чтобы люди вели здоровый образ жизни и, соответственно, занима-

лись профилактикой, а не лечением всевозможных заболеваний? Конечно, только не производителям лекарств и целой инфраструктуре, которая на этом зарабатывает.

Вы когда-нибудь видели рекламу, где бы сказали: «Тебе не нужно ничего покупать. У тебя уже все есть для того, чтобы быть счастливым, только не ленись пользоваться тем, что тебе подарила природа и жизнь»?

В основном, человеку предлагается приобрести надежду на спасение. При этом саму причину всех бед и страданий профессионалы в сфере рекламы и торговли делают своим главным орудием.

Какой смысл указывать людям на то, что они исключительно из-за своей лени имеют то, что имеют? А это, как правило, проблемы со здоровьем, как физического, так и психического характера (одно всегда тянет за собой другое), пробел в сфере взаимоотношений (семья, коллектив и т.д.), материальные трудности и еще длинный список, от чего они страдают в той или иной степени. Лучше дать, а точнее продать, возможность наесться до отказа всякой дряни из красивых упаковок и присадить на заведомо вредные привычки. А когда зависимость овладевает слабовольными рабами собственных

Останови свои мысли

желаний, им можно пачками реализовывать средства борьбы с последствиями от ранее проданных товаров и услуг.

Беды приходят тогда, когда люди в своей лени забывают заботиться о себе.

Сюнь-Цзы

Представим на секунду, что все люди на планете наконец-то прозрели и осознали, что их собственная лень — единственная причина всех неудач и потерь. И что если сами они не начнут заботиться о своем физическом и душевном состоянии, то никакие «чудо»-препараты и «горе»-тренажеры не помогут.

И вот в один прекрасный день население планеты, от мала до велика, начало предпринимать целенаправленные действия для того, чтобы улучшить свое здоровье, моральное состояние и в результате обрести гармонию души и тела. Вместо того, чтобы глотать, втирать и вкалывать лекарства ввели в регулярную практику умеренные физические нагрузки. Проявляя волевые усилия, отказались от бессмысленных разговоров о своих проблемах и стали концентрироваться на позитивных аспектах своей

жизни. Четко определив цели и наметив соответствующий курс, не надеясь на то, что кто-то придет и сделает все за них, с уверенностью в неминуемом успехе принялись реализовывать свои самые смелые мечты. В итоге, из подручных средств им необходимо только свое тело и настроенный на победу разум. Все остальное — всего лишь антураж, который можно использовать в своих целях, но и отсутствие каких-то его элементов не может повлиять на достижение результата.

Такое положение дел планетарного масштаба однозначно вызовет настоящую панику среди тех, кто производит и продает всю ту ерунду, без которой на сегодняшний день многие не представляют свою жизнь. Речь идет о товарах на космическую сумму денег, которые потеряют спрос. Это будет означать конец эры потребительского общества. Люди гробут тоннами то, без чего не просто можно обойтись, но и от чего лучше вообще отказаться. Им вдолбили посредством рекламы и с помощью других методов психологического воздействия, будто это иметь крайне необходимо. Но тот, кто нашел в себе силы стать на путь победителя, больше не нуждается в чем бы то ни было для того, чтобы смело идти к намеченной цели. А цель у него одна — быть здоро-

вым и счастливым.

Но это пока что можно представить только гипотетически. Люди в своем большинстве ужасно ленивы и готовы платить любые деньги, только бы не делать лишних движений. А когда начинают страдать от своего бездействия, готовы платить еще больше, чтобы хоть как-то облегчить свою участь. Так что мировой рыночной экономике на данный момент не грозит обрушение.

Можно быть счастливым, можно быть успешным и богатым, но только когда делаешь все для этого необходимое. Подчеркиваем двумя жирными линиями слово «делаешь». Не ждешь, не надеешься на чудо, не ищешь обходные пути, а именно делаешь, что подразумевает под собой конкретные действия, зачастую требующие от нас физических и умственных усилий.

Все знают: для того чтоб иметь, например, стройную спортивную фигуру, надо изрядно попотеть, систематически делая физические упражнения, уделяя особое внимание проблемным участкам тела. А добившись определенных результатов, нельзя расслабляться, так как если не поддерживать форму, то все очень быстро придет в плачев-

ное состояние. И можно предположить, что если не все, то практически все вменяемые люди желают ощущать на себе восторженные взгляды, демонстрируя летом на пляже свое красивое тело. Но сама только мысль о том, что это должно сопровождаться усердием и активными действиями, пугает привыкшего вести пассивный образ жизни человека. Его лень начинает жалобно умолять отказаться от этой «нелепой» идеи — стать здоровым и красивым. Лихорадочно подыскивает всевозможные аргументы в пользу того, чтобы только жрать, спать и еще больше жрать. Взывает ко всем порокам, которые могут помочь разубедить «неразумного» человека, решившего покончить с процессом самоуничтожения. И объединив свои усилия лень, скептицизм и самообман добиваются своего:

— Это каждый день надо бороться с жиром и обвисшей задницей? — говорит перепуганная лень.

— Да где ты столько времени найдешь? Это тебе не просто так, пару махов руками сделать, как минимум час в день выделить надо. К тому же, усердие необходимо и сила воли. Ты уже не первый раз собираешься заняться спортом, а в итоге... Ты не сможешь! — вступает самообман.

— Да-да, не сможешь, я тебя знаю, — поддержи-

вает скептицизм.

— А вообще, зачем тебе это надо? Ты и так нормально выглядишь. Пусть тебя любят таким, какой ты есть. Не зря говорят, что хорошего человека должно быть много, — входит во вкус самообман.

— Послушай свои желания. Ты ведь не хочешь всю свою жизнь провести в сплошном напряге?! Доползи лучше до холодильника, съешь чего-нибудь, все же радость, — дожимает удовлетворенная лень.

В итоге, наш без пяти минут атлет охотно верит «неоспоримым» фактам, похоронив надежду на то, что могло бы ему принести истинную радость.

Однозначно, физическое здоровье и внешний вид — далеко не единственное, на что губительным образом влияет лень. Объективно, лень мешает добиваться в жизни абсолютно всего, о чем может мечтать человек. То, что Вас не удовлетворяет на сегодняшний день, является результатом того, что когда-то Вы поленились предпринять необходимые действия, которые помогли бы достичь желаемого.

*За нашу леность нас карают
не только наши неудачи, но и удачи других.*

Жюль Ренар

Печально то, что многие люди прекрасно понимают, насколько их губит собственная лень. Они признаются в том, что лень — это тот порок, который тормозит их развитие в разных направлениях. Но покорно разводят руками: «Что я могу сделать, такой вот я ленивый, это мой крест». И таким образом они как бы оправдывают свое бездействие, стараясь выглядеть достойно, сидя по уши в дерме, но зато с гордостью, что понимают, почему там оказались.

Такая категория людей, пожалуй, самая проблемная, так как их невозможно ни убедить в чём-либо, ни заинтересовать чем-либо, даже напугать чем бы то ни было. Это живые трупы, потенциальные инвалиды и, не редко, моральные уроды. Их существование сводится к примитивным функциям жизнедеятельности. Подобным стадом хорошо управлять, так как они поленятся подумать о том, куда их гонят. А если даже увидят, что их гонят на убой, все равно не станут ничего предпринимать для своего спасения, «а зачем? — они ж ведь лени-

вые. Такой их крест».

Ленивый человек в бесчестном покое сходен с неподвижною болотною водою, которая, кроме смраду и презренных гадин, ничего не производит.

Михаил Васильевич Ломоносов

Но раз уж Вы держите эту книгу в своих руках, значит к таким безнадежным «самоубийцам» Вас отнести нельзя хотя бы потому, что истинный «суицидник» поленился бы даже поинтересоваться темой реабилитации своих жизненных сил.

Да, лень присутствует в каждом человеке без исключения. Но ведь именно осознание того, что лень стремится сделать из нас слабаков и неудачников помогает заставлять себя двигаться, и в очередной раз доказывать, что Вы сильнее ее. Конечно, порой мы злимся, когда она берет над нами верх, но и это можно использовать как дополнительный стимул.

Самое главное — не отсутствие давления со стороны лени, а уверенность в том, что она не сможет изнасиловать Вашу жизнь.

По большому счету, можно бесконечно рассу-

ждать на тему лени и ее пагубном влиянии, но по сути есть только один способ, который ставит ее в безвыигрышное положение — это физический и умственный труд. Это истина, которая даже не подвергается сомнениям. Здесь важно только одно: когда Вы заняты чем-то для себя полезным — это значит, что лень загнана в угол и ее воздействие теряет свою силу. Но если Вы все время только собираетесь что-то сделать, а реально ищите оправдания тому, из-за чего никак не приступите к практическим действиям, то будьте уверены, лень затягивает петлю на Вашей шее.

*Лень, как ржавчина, разъедает быстрее,
чем труд изнашивает.*

Бенджамин Франклин

Вывод однозначен. Для того, чтобы не позволить лени стать хозяином Вашей жизни, надо пресекать ее еще до того, как она наберет разгон и будет стараться выжить из Вас желание с ней бороться. А борьба, как мы это уже четко себе уяснили, не может привести ни к чему хорошему.

В принципе, всегда самое сложное — это начать что-либо делать. И происходит это потому, что лень

постоянно выпрашивает еще хоть чуть-чуть времени на отдых, настрой или подготовку. Но стоит только встать и приступить к конкретным действиям, как лень куда-то исчезает, а на ее место часто приходит увлеченность, приносящая удовольствие от работы.

Очевидно, что в большинстве случаев у Вас есть силы приняться за дело, но желание хоть как-то продлить безделье словно приковывает к креслу или дивану. Вам кажется неимоверно трудным поднять и привести в движение свое брренное тело. Но что произойдет, если Вам вдруг сообщат какое-нибудь шокирующее известие? Например, что кто-то из Ваших близких попал в больницу после автокатастрофы. Конечно же, Вы забудете об усталости и о том, что минуту назад не могли побороть лень. Подскачите, как ошпаренный, делая все, что необходимо в подобной ситуации.

Так что проблема, оказывается, морального характера и справляться с ней надо соответствующим образом. Как только станет вопрос о том, каким образом вытряхнуть себя утром из кровати или заставить сделать те или иные действия, сразу вспоминаем о том, куда бы делась эта лень в критической ситуации. Осознание своего превосходства над ко-

Оскар Рай _____

варной ленью помогает сделать этот самый сложный и очень важный первый шаг.

*Леность — это глупость тела,
а глупость — это леность ума.*

Иоганн Готфрид Зейме

Здоровые тело и дух

Халатное отношение к своему здоровью — это еще один гвоздь, который люди самостоятельно забивают в крышку гроба своего счастья. Даже те, кто постоянно с трепетом говорит о своих болячках и уделяют им чрезмерное внимание, на самом деле не являются приверженцами здорового образа жизни, хотя от них только и слышишь о том, насколько важно следить за здоровьем. Много ума не надо для того, чтобы пачками пить таблетки и дежурить у кабинетов врачей, а вот не допустить такую необходимость — это уже здоровый подход к построению жизни.

Люди, как правило, вспоминают о том, что здоровье — это самое главное только тогда, когда та

или иная часть организма напоминает о своем существовании и убедительно просит больше не издеваться над ней. Это заставляет засуетиться человека, испытывающего боль или недомогание. Но «заткнув глотку» надоедливому органу при помощи разной химии из ближайшей аптеки, он благополучно забывает о необходимости с уважением относиться к собственному организму.

Тело человека — это уникальный дар, благодаря которому бессмертная душа может реализоваться в материальном мире. Все органы и системы работают с полной самоотдачей, мгновенно реагируя на каждое повреждение, задействовав все необходимые ресурсы для реанимации и восстановления пострадавшего участка. Но невежественные люди так беспардонно относятся к этому бесценному дару, что загадив все, что только можно, еще и недовольны — там печень подвела, а тут сердце забарахлило... Еще бы, с таким подходом надо благодарить за то, что они вообще не объявили забастовку. А когда организм исчерпывает все свои силы, не в состоянии больше справляться с теми увечьями, которые так безжалостно наносит ему хозяин, констатируют смерть в результате острой сердечной недостаточ-

ности или цирроза печени, или открывшейся язвы желудка, или кровоизлияния в мозг. И таких «или» может быть еще очень много.

Не надо быть гением, чтобы понять насколько важно быть здоровым. Если в жизни имеют место всевозможные боли, рези, тошноты, перепады давления, нервные расстройства и тому подобное, ни о каком счастье не может быть и речи. Когда «то лапы ломит, то хвост отваливается» никакой позитивный настрой не поможет. Только сочетание хорошего здоровья и духовного развития может подарить радость от всех проявлений многогранной жизни.

Одна из первоочередных причин, почему с годами люди начинают «разваливаться по частям», мучаясь от гастритов, артритов, радикулитов и тому подобное — это малоподвижность, которая влечет за собой то, что кровь циркулирует недостаточно хорошо и лишает жизненно важные органы должного обогащения необходимыми веществами и кислородом. Человек редко задумывается о том, какой вред он себе наносит длительным физическим бездельем.

Существует много всевозможных практик, на-

правленных на оздоровление и омоложение организма, пользу которых трудно переоценить. Ежедневное выполнение выбранных для себя физических упражнений является огромным вкладом в фонд своего здоровья.

Подбор определенной системы или комплекса — дело сугубо индивидуальное и зависит от многих факторов. Но ввести в свою жизнь подходящие именно Вам упражнения — вещь необходимая.

Лично мне по душе упражнения из хатха-йоги. Ежедневное выполнение асан помогает поддерживать физическое и моральное состояние на великолепном уровне и получать эстетическое удовольствие от самой практики.

Чтобы не переписывать весь арсенал йоговских упражнений, приведу только самые любимые, без которых не проходит ни один день моей жизни.

***Комплекс асан
хатха-йоги***

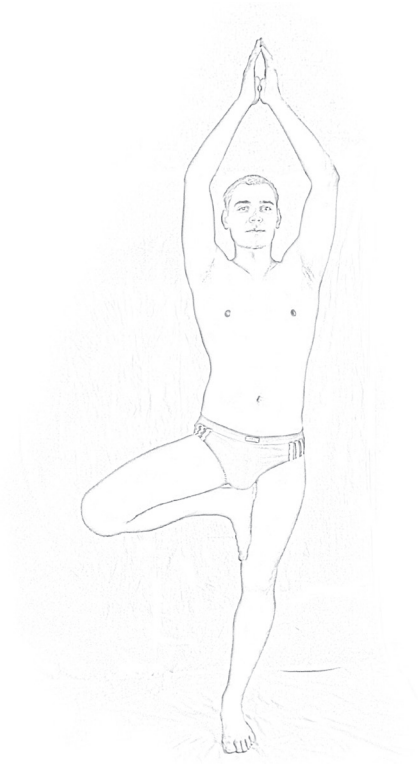


Рис. 1

Дерево

Стоя прямо, согните правую ногу в колене и, помогая руками, поместите стопу у паха пяткой вверх. Колено прямой ноги все время напряжено. Сложите ладони вместе и поднимите руки над головой (рис. 1). Дышите свободно. Задержитесь в таком положении на 20 секунд. Повторите упражнение, стоя на правой ноге.

Это упражнение тонизирует мускулы и в целом благотворно влияет на нервную систему и весь организм. Способствует концентрации внимания и улучшению работы вестибулярного аппарата.

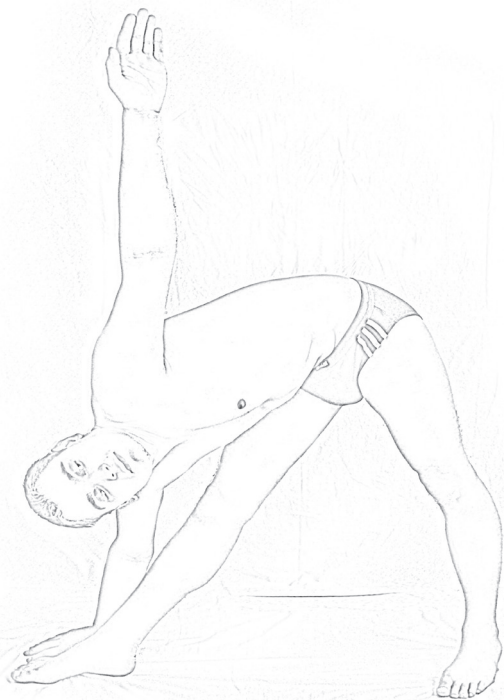


Рис. 2

Треугольник

Станьте прямо. Ноги чуть шире плеч, правая ступня развернута наружу на девяносто градусов. Руки в стороны, ладони вниз.

На выдохе наклоняйтесь к правой ноге, стараясь коснуться пола или ступни. Ноги при этом не сгибаются, колени напряжены. Левая рука поднята вертикально вверх, взгляд направлен на поднятую руку (рис. 2). Дыхание свободное. Задержитесь в таком положении на 20 секунд.

Вдыхая, поднимитесь в исходное положение. Сделайте тоже самое в другую сторону.

Эта поза активно тонизирует нервную систему, особенно область позвоночника. Усиливается перистальтика кишечника. Поза развивает эластичность позвоночника, а также омолаживает организм. Отличное упражнение для улучшения кровообращения в области желудочно-кишечного тракта и снятия болей в области позвоночника. Тонизирует мышцы ног и таза. Исправляет деформации нижних конечностей, способствуя их равномерному развитию. Она снимает боли в спине и шейных связках, развивает грудь.

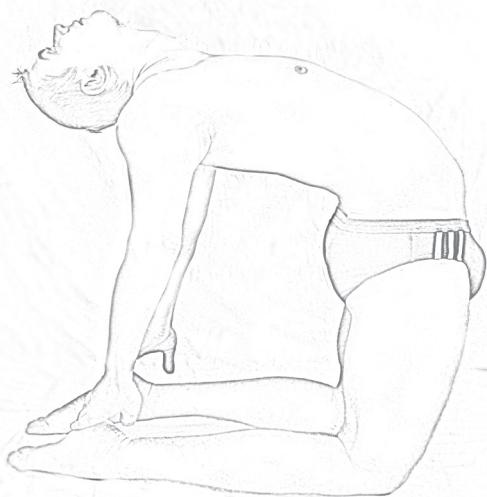


Рис. 3

Верблюд

Встаньте на колени, ноги вместе. Сначала положите ладони на поясницу. Выдыхая, медленно выгибайтесь назад, затем руки положите на пятки. Максимально прогните позвоночник, растянув ребра. Голову запрокиньте назад (рис. 3).

Дышите равномерно. Задержитесь в таком положении на 30 секунд. Не спеша, взявшись за поясницу, на вдохе вернитесь в исходное положение.

Оказывает полезное воздействие на пищеварительную, выделительную и половую системы. Укрепляет желудок и кишечник, предотвращает запоры. Устраняет боли в спине и пояснице. Улучшает работу щитовидной железы и половых желез, развивает гибкость позвоночника и тонизирует мышцы спины. Также укрепляет мышцы брюшного пресса.



Рис. 4

Скручивание

Сядьте, вытянув ноги вперед. Согните правую ногу и поставьте ее ступню на пол у внешней стороны левого колена. Согните левую ногу так, чтобы ее пятка касалась правой ягодицы. Локоть левой

руки расположите на наружной поверхности правой ноги. Выдыхая, поверните корпус вправо, заведя правую руку за спину (рис. 4). Поворачивайте торс и голову как можно больше, но без излишнего напряжения. Задержитесь в этом положении на 30 секунд. На вдохе, медленно вернитесь в исходное положение. Прodelайте то же самое в другую сторону.

Если вы еще недостаточно гибки, чтобы выполнить это упражнение, можете выпрямить ногу, подогнутую под ягодицу. Последующие движения такие же, как и в основной форме. Со временем тело станет более гибким, и от упрощенного варианта Вы сможете перейти к основному.

Асана устраняет скованность позвонков и межпозвоночных дисков, снимает нервное напряжение. Массирует органы брюшной полости, устраняя таким образом гастроэнтерологические заболевания. Активизирует поджелудочную железу и излечивает диабет. Помогает бороться с мышечным ревматизмом. Влияя на большое количество нервов, соединяющих мозг с телом, тонизирует и оздоравливает нервную систему в целом.

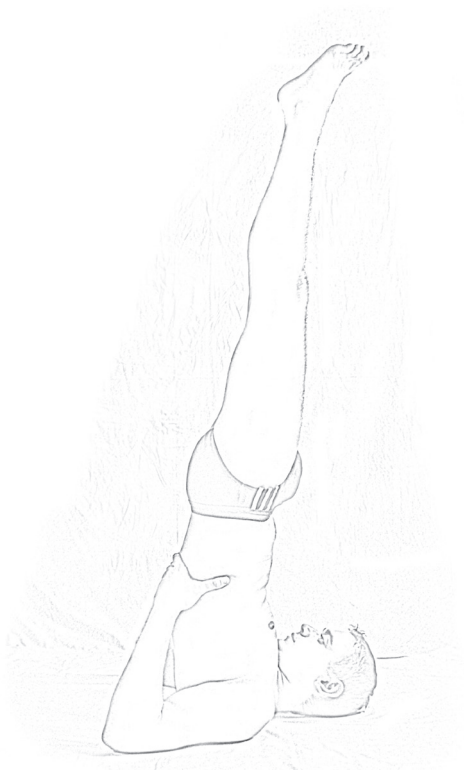


Рис. 5

Березка

Лягте на спину, ноги вместе, руки лежат по сторонам тела, ладони вниз. С помощью рук поднимите туловище и ноги в вертикальное положение. Согните руки в локтях и подоприте ими спину, поддерживая тело ладонями в устойчивом вертикальном положении. Туловище и ноги должны быть вытянуты вверх и образовывать с шеей прямой угол. Подбородок упирается в грудь. Центр тяжести переносится на плечи (рис. 5).

Задержитесь в таком положении на 20 секунд. Вдыхая, медленно вернитесь в исходное положение. Оставайтесь лежать, полностью расслабившись не меньше 10 секунд.

Асана стимулирует щитовидную железу, тем самым гармонизируя взаимодействие сердечно-сосудистой, пищеварительной, половой, эндокринной и нервной систем. За счет усиленного питания мозга кровью корректирует отклонения в развитии тела и излечивает психические расстройства. Тонизирует мышцы ног, живота, а также женскую половую систему, позвоночник и шею. Помогает при мочеполовых расстройствах, смещении матки, менструальных нарушениях, геморрое и грыже. Она служит панацеей от большинства самых распространенных заболеваний.

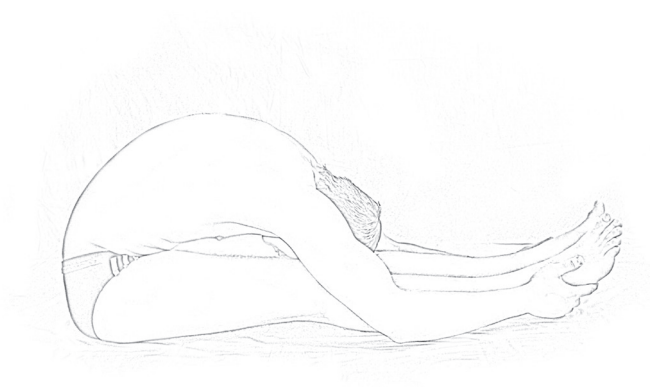


Рис. 6

Лист, согнутый пополам

Сядьте на пол, вытянув ноги вперед. Выдыхая, медленно наклонитесь вперед. Попытайтесь достать руками до пальцев ног и коснуться коленей лбом (рис. 6). Если не получается, наклоняйтесь вперед настолько, насколько Вам позволяет эластичность спинных мышц и ни в коем случае не делайте чрезмерных усилий.

Задержитесь в конечном положении на 15 секунд. Вдыхая, не торопясь вернитесь в исходное положение. Прделайте упражнение 3 раза.

Асана укрепляет ахилловы сухожилия и расслабляет суставы бедер. Эффективно способствует удалению избыточных жировых отложений в области живота. Тонизирует органы брюшной полости, устраняет их вялость. Она тонизирует также почки, целиком омолаживает позвоночник и улучшает пищеварение. Обеспечивает мощный приток свежей крови к спинным нервам и мышцам, способствуя их оздоровлению. Половые железы получают необходимые питательные вещества. Усиливается перистальтическая деятельность кишечника, что ведет к устранению запоров, гастритов и прочих неполадок в желудочно-кишечном тракте.

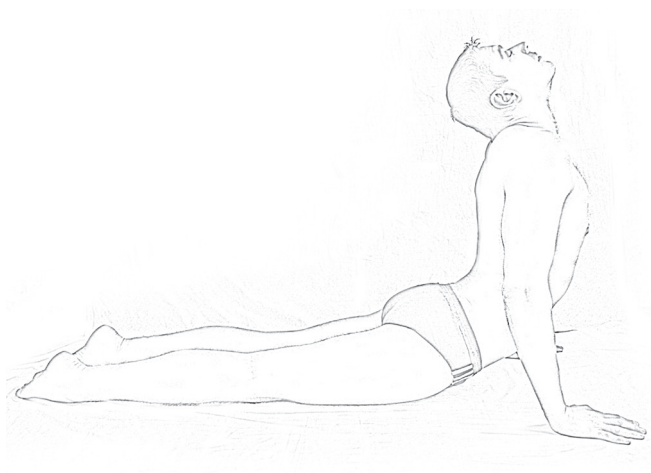


Рис. 7

Кобра

Лягте на живот, ладони на полу у плеч. Выдыхая, медленно поднимайте голову и верхнюю часть корпуса, выгибаясь вперед, прогибая одновременно спину (рис. 7). Прогиб спины делайте до тех пор, пока возможно. Старайтесь не отрывать нижнюю часть живота от пола.

В положении максимального разгиба задержитесь на 10 секунд. Делая вдох, медленно вернитесь в исходное положение. Прделайте упражнение 3 раза.

Поза омолаживает позвоночник, особенно она рекомендуется страдающим тугоподвижностью спины. Вылечивает деформации спины, боли, прострелы и мышечные ревматизмы. В случаях незначительного смещения позвоночных дисков эта поза возвращает диски в нормальное положение. Тонируется вся позвоночная область, полностью раскрывается грудь. Увеличивается внутреннее давление в брюшной полости, проходят запоры, повышается аппетит.

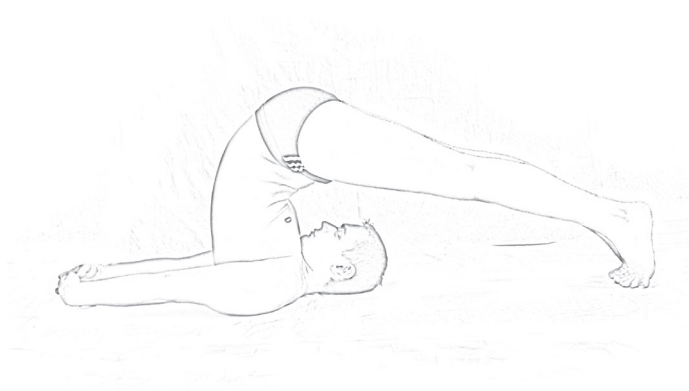


Рис. 8

Плуг

Лягте на спину, руки вдоль тела, ладони на полу. Выдыхая, медленно поднимайте ноги, заведите их за голову до касания с полом (рис. 8). Задержитесь в таком положении на 20 секунд.

На вдохе, также не спеша вернитесь в исходное положение. Оставайтесь лежать, полностью расслабившись, не меньше 10 секунд.

Поза нормализует функционирование органов брюшной полости, особенно почек, печени и поджелудочной железы. Стимулирует пищеварение, устраняет запор и уменьшает жировые отложения в области талии. Нормализует деятельность щитовидной железы, гармонизируя, таким образом, все обменные процессы организма. Способствует излечению диабета, устраняет геморрой, укрепляет позвонки и тонизирует спинные нервы, улучшая тем самым здоровье в целом.

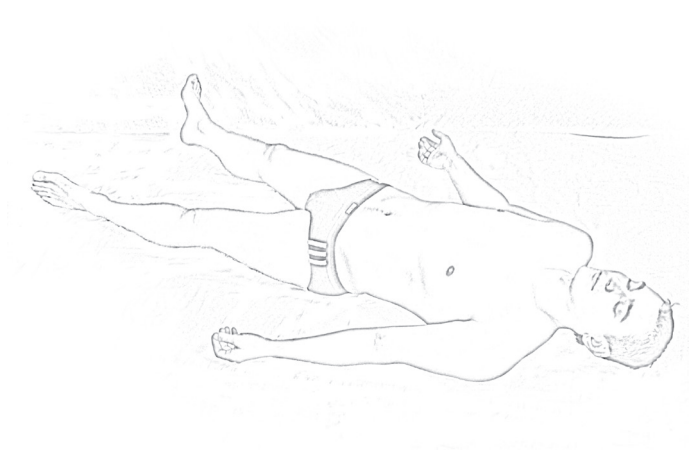


Рис. 9

Релаксация

Лягте на спину. Руки уведите от туловища на 45 градусов. Кисти положите на тыльную сторону так, чтобы пальцы были слегка согнуты и максимально расслаблены. Ноги разведите в стороны друг от друга тоже на 45 градусов (рис. 9). Расслабьте поясницу. Если в этой позе в пояснице возникает болевое ощущение, положите под нее свернутое одеяло или валик.

Полностью расслабьте тело. Часть за частью, от пальцев ног до макушки. Когда тело полностью расслабится, переведите внимание к дыханию. Наблюдайте дыхание, никак его не контролируя. Находитесь в этом положении 5 минут.

Полное расслабление тела необходимо, чтобы получить нужный эффект от практики асан. Во время выполнения поз хатха-йоги мышцы то нагружаются, то вытягиваются, оказывается тонизирующее воздействие на разные внутренние органы. В современном мире человек часто попадает, а порой даже постоянно живет в стрессовой ситуации. Лучшим средством от стресса является расслабление. Когда тело и ум устали от трудового дня, то можно просто лечь в эту позу и постараться полностью расслабить все тело часть за частью.

Важно: Не допускайте спешки и перенапряжения, выполняя приведенные выше упражнения. Только регулярные занятия принесут Вам положительный результат, которым Вы будете приятно удивлены.

Интересуйтесь, ищите, пробуйте те средства и методы, которые помогут Вам чувствовать себя лучше. Не факт, что это будет что-то традиционное и общепринятое. Возможно, Вам понравится массаж ши-ацу, который сможете делать самостоятельно, и это принесет Вам ощутимую пользу. Не давайте себе застаиваться, поощряя тем самым свои недуги. Делайте утреннюю гимнастику, закаляйтесь. Предпринимайте все необходимое, чтобы не превращаться в типичного «инвалида», любящего жаловаться на свои болячки. Делайте это с полным осознанием того, что в здоровом теле здоровый дух.

*Ничто так не истощает и не разрушает человека,
как продолжительное физическое бездействие.*

Аристотель

Люди с откровенным пренебрежением относятся к наркоманам. Кривят лица, увидев как кто-то в подворотне забивает косяк или, того хуже, колет-

ся. Чуть с большим снисхождением, но все же не без брезгливости, смотрят на алкоголиков. Кто-то некурящий может недовольно махнуть перед своим носом рукой, отгоняя от себя сигаретный дым. Но я ни разу не встречал тех, кто открыто демонстрировал бы отвращение к людям, сидящим в каком-нибудь бистро, уплетая жирные гамбургеры.

По сути, потребность запихивать в себя всякую «отраву», причем в таких количествах, что и свинья «прозреет», тоже является зависимостью, и вред от этого колоссальный. Но об этом можно услышать крайне редко, на приеме у гастроэнтеролога или прочитать в каком-нибудь журнале «Сам себе паразит». В так называемом цивилизованном обществе проблема переедания и самоотравления — не проблема вовсе, а просто образ жизни.

Так что немаловажно следить за тем, чтобы в желудок попадало как можно меньше той гадости, которую в изобилии предлагают нам супермаркеты и «фаст-фуды». Глупо жертвовать своим здоровьем только ради того, чтобы лишний раз потешить свои вкусовые рецепторы. Хотя, откровенно говоря, здоровая еда — это не значит невкусная. Если не полениться и проштудировать поваренные книги, то можно найти рецепты здоровых, сбалансиро-

ванных и в тоже время весьма вкусных блюд.

Но для этого, что нужно сделать? Правильно! Надо изыскивать возможности и действовать, затрачивая время и силы. Лучше уж найти тысячи причин, по которым здоровый образ жизни невозможен. Зачем тратить время на всякие упражнения и прочую «ерунду», если можно эти драгоценные минуты, а то и часы провести с большей пользой? Например, на врачебных процедурах или даже на операционном столе. Мало, что ли, «хороших» занятий?

Слабовольные и глупые люди часто обосновывают свое саморазрушение тем, что просто не хотят себе отказывать в удовольствиях. Некоторые даже философствуют: «Смысл мне себя ущемлять в чем-то, если все равно жизнь не предсказуема и умереть можно в любой момент, машина собьет или камень на голову свалится». Смеются над «идиотом», бегущим по утрам и не пьющего с ними водку, утрируя «кто не курит и не пьет, тот здоровеньким помрет». Но когда смерть за такими философами все не приходит, а посылает вместо себя цирроз печени, язву желудка и прочие дополнения к «роскошной» жизни, то, корчась от боли, им такие мудрствования

Останови свои мысли

почему-то в голову не приходят.

Я веду здоровый образ жизни не для того, чтобы жить долго, но для того, чтобы прожить отпущенный мне век счастливым, не мучаясь от болезней.

Обида — главный разрушитель

Ничто не дает столь сильный толчок негативно-му ходу мыслей, как обида. Конечно, ведь чувство обиды возникает, когда посягают на самое дорогое, что у нас есть. Наше эго. Желание всегда быть правым, понятым и признанным притупляет понимание того, что не Мир крутится вокруг нас, а мы «варимся» в этом Мире.

Сумасшествие нашей цивилизации в том, что каждый отдельный индивид стремится к тому, чтобы его способностями, талантом и неповторимостью восторгались миллиарды таких же любящих только себя эгоистов.

А теперь представьте, что кому-то плохо. Нет настроения, зуб болит, партнер не дает, одним словом, плохо. Он же будет хотеть, чтобы вместе с ним переживали все вокруг. Сочувствовали ему, искренне желали разделить с ним нелегкую участь. Ведь у него же болит, свербит, не стоит... Ему абсолютно начхать на то, что кто-то в этот момент испытывает совершенно иные ощущения. И тогда возникает недовольство, обида по поводу того, что остальные проявляют равнодушие к его бедам.

Обида — это не что иное, как эгоизм во всех своих проявлениях. Она подобна действующему вулкану, постоянно извергающему в сознание самые скверные и низменные мысли.

Обиженный человек, упиваясь жалостью к себе, не может думать ни о чем, кроме как: «Меня не любят, не понимают, не ценят...» Если такому «ущемленному» в момент глубокого разочарования жизнью предложить отстраниться от ситуации, благодаря которой он попался в сети всепоглощающей обиды, то он расценит это как насмешку. О какой отстраненности может идти речь, когда внутри все кипит, ком в горле мешает глотать слюни. Они превращаются в пену, которой он начинает брызгать во все стороны. Обида перерастает в злость на обидчи-

ка, а затем и на весь белый свет?!

Беда в том, что люди не умеют прощать. Даже по истечению какого-то времени, когда злость на того или иного человека уже исчезла, стоит лишь вспомнить тот неприятный прецедент, как обида разгорается чуть ли не с прежней силой. И вместо того, чтобы пожать ему руку со словами «не будем вспоминать прошлое, что было — то прошло» и тому подобное, возобновляется желание плюнуть в морду бросив вдогонку: «Я тебя сволочь, никогда не прощу!».

А все ведь до боли парадоксально. Наша обида — это заикленность на себе, любимом, на своих желаниях и комплексах. По вине эгоцентризма люди настолько морально уязвимы, что им можно нанести психическую травму простым сарказмом на счет их внешности, качеств или убеждений. Они могут доводить себя до морального изнеможения одними только мыслями о том, что кто-то сказал о них какую-то пакость. И не зависимо от того, это колющая глаза правда или откровенная клевета, реакция будет одинаковая — затаенная обида.

Обида — это яд, медленно, но весьма эффективно отравляющий разум, душу и, как следствие, весь

организм. Психологи убеждены, что причины многих болезней человека находятся в его образе мышления и образе жизни. Чувство обиды «бьет» по внутренним органам, часто являясь причиной возникновения онкологических заболеваний.

К сожалению, общая масса людей или не знает о таком губящем влиянии негативных эмоций, или не воспринимают это в серьез. Но при том или ином заболевании они бегут к врачам, которые с легкой руки прописывают им лекарства, направленные на устранение симптомов, а не самой причины возникновения проблемы.

Обида портит кровь, рвет души и, как правило, разрушает отношения не редко с близкими и любимыми людьми. Виной тому является наш собственный эгоизм, который в любой ситуации диктует нам, что мы хорошие, мы правы, а они все по-вально заблуждаются, не сумев оценить нас по достоинству.

Зарываясь в размышлениях на счет несправедливого отношения к «Нашему Величеству» невозможно увидеть простую истину — правда у каждого своя и наши беды зачастую служат только утешением для других «униженных и оскорбленных».

До безобразия глупо ждать от людей, что они хоть когда-нибудь станут относиться к нашим достижениям или потерям, как к своим собственным. Это так же бессмысленно, как и желание убедить кого-то в том, с чем он не желает соглашаться. Люди хотят верить только в то, во что хотят верить, и никакие факты и веские аргументы тут не помогут.

На лицо абсурд ситуаций, когда родители обижаются на своих уже взрослых и не редко имеющих свои семьи детей. По мнению старшего поколения, молодежь всегда будет какой-то не такой. Такие фразы как: «В наше время такого безобразия не было», «Как так можно поступать?», «А это совсем ни в какие рамки не лезет!» никогда не выйдут из обихода. Будут сменяться поколения, но извечная проблема «отцы и дети» так и останется глобальной проблемой под названием «полный идиотизм».

Смешно то, что кому ни скажи, что времена меняются, приоритеты меняются, новые поколения уже по-другому смотрят на мир и так далее, никто не спорит, а только с пониманием очевидного одобрительно качают головами. Но тут же могут излить душу по поводу того, как они обижаются на своих детей, что те редко приезжают, или наоборот, дети недовольны, что их «предки» лезут в их личную

жизнь. И эти бесконечные взаимные обвинения имеют место при том, что все прекрасно понимают, что одни еще старой закалки и вроде бы не за что их винить, так уж они привыкли, а другие, понятное дело, шагают в ногу со временем, и как бы ничего в этом плохого нет. Но этот, получается, беспочвенный ком обиды мотает нервы и тем и другим.

Обида не может быть оправданной! Никакие: «Он же так со мной поступил!» или «Я хотел как лучше, а взамен получил неблагодарность» или «Они считают, что я такой-сякой! А я ведь гораздо лучше», не в состоянии сделать обиду хоть как-то обоснованной. Истина одна: пока человек идет на поводу у своего большого самолюбия, обида с легкостью будет находить способ, чтобы себя реализовать, но когда контроль над мыслями, которые побуждают к тому, чтобы себя пожалеть, вовремя пресекает этот саботаж, обидчивость становится качеством абсолютно чуждым.

Чтобы проще реагировать на обвинения, недопонимания, неоцененность и прочую ерунду, надо перестать в подобных случаях, сосредотачивать внимание на своем «Я». Как только появляются мысли «так Я же, так МЕНЯ же, так МОЕ же...»

Все. В сознании должен зазвучать гудок сирены, указывающий на то, что Ваше ЭГО старается «загадить» Вам мозги, приписывая важность событию, от которого, по сути, должно быть ни холодно, ни жарко. Посмотрите на себя со стороны, как смешно Вы выглядите, когда корчите из себя Нарцисса, жаждущего, чтобы его любили, почитали, уважали, ценили и всегда с ним соглашались, не смея пережить «приближенному к Богу» инвалиду с комплексом Наполеона.

Для того, чтобы не было необходимости искоренять в себе обиду на кого-либо, нужно направить все свои силы на то, чтоб это губительное чувство не могло овладевать разумом и, тем более, проникать в душу. И это становится возможным, когда человек в своем духовном развитии достигает такого мироощущения, которое можно коротко охарактеризовать как всеобъемлющее чувство искренней любви. Ведь пребывая в этом состоянии, возникает желание дарить радость и творить добро, не требуя при этом ничего взамен, а бескорыстность сама по себе несовместима со всякого рода обидами, завистями и прочими убогими качествами.

Любовь

Глобальная ошибка большинства людей в том, что они рассматривают любовь как понятие очень узкого спектра. В основном, это несоизмеримое ни с чем чувство стараются «запереть» в ничтожно малой сфере взаимоотношений между полами. Если попросить простого человека дать определение любви, он отметит любовь между мальчиком и девочкой (в традиционном варианте), любовь матери к ребенку и, на худой конец, любовь к домашнему питомцу. Как правило, на этом полет мысли обрывается. Некоторые «уникумы» умудряются дополнить столь «длинный» список еще любовью к пиву и азартным играм, но в таком случае комментарии излишни.

Любовь же, в полном понимании этого слова, является безграничной силой, которую невозможно охарактеризовать просто каким-то набором эмоций. Также глупо рассматривать ее в рамках умственной деятельности. Любовь невозможно постичь на уровне типичного представления о мире и действующих в нем законах. Если не выйти за пределы своего застывшего разума, любовь, которую можно ощутить как божественную благодать, так и будет представляться в виде влечение к противоположному полу и как материнский инстинкт.

Все религии строятся на любви. В Библии, в Коране и других священных писаниях указано «Бог есть любовь». Если бы можно было удалить из этих почитаемых Книг весь тот бред, от которого наверняка сам Бог в шоке, и оставить только эти слова «БОГ ЕСТЬ ЛЮБОВЬ», то в Море действительно бы царила божественная доброта и бескорыстность.

Абсурд, когда под эгидой любви и милосердия происходит насилие и порабощение. Какой идиот придумал благословлять массовые уничтожения? Казалось бы, мировая история, насыщенная жесточайшими кровопролитиями должна чему-то нау-

чить. Крестовые походы, истребления неверных.... Одна только святая инквизиция чего стоит! И раз уж это все происходило, как бы с «подачи» Бога, то, выходит, люди руководствовались любовью, когда с ненавистью в сердце убивали друг друга?! А ведь войны на религиозной почве ведутся и по сей день. Эти псевдосвятые всевозможных «мастей» попросту дурачат целые народы, приучая к слепому повиновению.

Религия с её смешными и параноидальными обрядами не имеет ничего общего с верой, которая хранится в душе каждого отдельного человека. Там, где имеет место идолопоклонничество и осуждение, нет искренности и, соответственно, ни о каком совершенстве не может быть и речи. Для того, чтобы прикоснуться к божественному, нет необходимости идти в специально отведенное место поклонения и делая нелепые телодвижения перед безжизненными картинками, статуэтками и прочими символами, казнить себя за жизнь свою несправедливую. Нет и не может быть однозначного ответа на вопрос «как правильно жить?» или «что такое хорошо, что такое плохо?» Надо помнить, что сколько людей, столько мнений, и то, что для одного хорошо и правильно, для другого может оказаться смешным и нелепым.

Поэтому, любовь во всей своей полноте и многообразии — единственное, что оставляет за пределами внимания любого рода устои, которые постоянно меняются с развитием цивилизации.

*Вера, не просветленная разумом,
не достойна человека.*

Пьер Абеляр

Когда душа человека наполнена любовью, он не может сотворить зло. Любовь несовместима с желанием причинять боль. Понимание этого — уже огромный прогресс в личностном развитии, позволяющий ориентироваться в бескрайних просторах навязываемых ценностей. Знать надо только одно — что любовь является наивысшей ценностью. Любовь к жизни, любовь к людям, любовь ко всему, что нас окружает.

Когда любовь перестает быть просто красивым словом, но становится главным приоритетом в жизни, тогда автоматически отпадает целый ряд рутинных вопросов: «В чем смысл жизни?» «В чем суть человеческой природы?» «Накажут ли нас после смерти?» и так далее.

Всегда пребывать в состоянии любви и быть

счастливым здесь и сейчас — в этом заключается смысл жизни. Достичь такого состояния — это и есть наше предназначение. Это истина, и глупо искать другую. Все поиски должны быть направлены на то, при помощи каких приемов и методов можно обрести счастье, а не на то, где бы раздобыть новые вопросы, не имеющие ответов, и как поглубже закопаться в будничных проблемах.

Любовь есть Бог! Любовь есть цель! Любовь есть счастье! Это все, что нужно знать о любви. Никакие ритуалы поклонения не помогут познать Бога, можно лишь ощутить на себе благодать его прикосновения, и это — любовь! Цель, имеющая под собой корыстную подоплеку (попасть в рай, получить что-то в дар за повиновение, избежать наказания...), приводит к тому, что страх и алчность берут контроль над жизнью. Такие желания порой доводят до маразма: ползание на коленях, в надежде что-нибудь выпросить у высших сил, самоистязание чувством вины, самобичевание и многое другое. Стремление же быть счастливым, не зависимо от внешних факторов и материального накопления, позволяет быть выше всей той мишуры, которая делает из человека машину потребления и эпицентр бесконечных желаний. Ощущать себя счаст-

ливым и хотеть поделиться этим чувством с другими — это главный принцип любви. Без любви не бывает счастья, она колыбель всего прекрасного на земле. Любовь — самоцель, так как именно она дарит наслаждение и краски жизни.

*Храни любовь в сердце своем. Жизнь без нее подобна
бессолнечному саду с мертвыми цветами.*

Оскар Уайльд

Справедливо будет задать прямой вопрос: «Как достичь, этого состояния любви?» и «Что конкретно можно предпринять, чтобы этот “оргазм” от наслаждения жизнью длился как можно дольше?»

В первую очередь, следует отнестись серьезно ко всем разделам этой книги. Основная задача всех изложенных в ней принципов — это как раз освобождение от всего того, что мешает развиваться в духовном плане и лишает возможности трезво, здраво и адекватно смотреть на вещи.

Во-вторых, надо не только читать умные книжки, но и начать применять на практике описанные в них и выбранные лично для себя приемы и способы. Если же лень не позволяет этого сделать, а скептицизм и неверие в собственные силы име-

ет большую силу, чем желание прожить полноценную, счастливую жизнь, то стоит перейти на литературу вроде: «Как потерять смысл жизни», «Чем отравить сознание», «Как умереть несчастным» и так далее.

В-третьих, стоит отказаться раз и навсегда от идеи прозреть за пять минут и непременно в домашних условиях. Расчет на «халяву», однозначно, берет свое начало из лени, по поводу которой было уже много сказано. Построение своего счастья — это непрерывный процесс. Глупо рассчитывать на чудотворные изменения в жизни, если для этого ничего не делается.

Любовь озаряет жизни тех, кто жаждет ее, кто ищет ее, и, конечно же, верит в нее. Нельзя уподобляться дуракам, которые говорят о любви как о чем-то мифическом, якобы не имеющем места в реальной жизни. Они не задумываются о том, что из-за своих мрачных суждений их «реальная жизнь» как раз и лишена любви. Единственный и неизменно действенный способ, благодаря которому можно начать жить в гармонии с самим собой и окружающим миром — это отказ от таких вот «уродливых» мыслей.

Жизнь как зеркальное отражение: если вы скалитесь и кривитесь, то она в ответ не станет вам улыбаться. Но когда вы относитесь к ней с чувством благодарности и искренней любовью, она непременно предстает в самом радужном свете, открывая мир прекрасного и удивительного.

Насаждая любовь в себе, Вы способствуете тому, что все внешнее начинает откликаться соответствующим образом. И вскоре после того, как песня Вашей души зазвучит веселыми тонами, вы просто перестанете замечать то скверное, что раньше делало жизнь серой и никчемной.

Запомните, запишите, выгравировуйте у себя в сознании, что ваша жизнь — это только ваша жизнь. Если Вы скажете себе, что жизнь «дерьмо», что мир жесток и несправедлив, что любовь — это всего лишь сказка для наивных романтиков, то это будет правдой, подтверждение которой Вы будете встречать на каждом шагу. Но правда у каждого своя, и одна правдивее другой. Так что, если твердо стоять на том, что любовь — это божественный дар, который при желании может открыть для себя каждый, то это будет правда, с которой жить будете именно Вы.

Сплошь и рядом встречаются «горе»-критики, которые, как жалкие шавки, стремятся искушать всех тех, кто пропагандирует любовь и бескорыстность. У них на вооружении всегда веские аргументы: «Посмотрите, что за бред несут эти сумасшедшие. Какая любовь, какая бескорыстность, когда в мире такое творится?! Жизнь — это борьба за выживание, в которой действуют жесткие законы. Выживает сильнейший. А слабые обречены на то, чтоб испытывать вечную нужду. На них всегда будут наживаться сильные мира сего. Бескорыстность — это иллюзия. В наше время, бесплатно даже в морду никто не плюнет!» И этому не надо даже искать подтверждение. Стоит лишь посмотреть вокруг. «Да, действительно, мир потопает в жестокости и бесчинстве. Одних только голодающих в Африке сколько. Ай-я-я-й! А террористы что творят?! А власть о людях совсем не думает. Да и вообще, все плохо, плохо, плохо!» И если кто-то хочет, чтобы это была его реальность, пожалуйста. Никто возражать не будет. Но какой смысл так извращать не такую уж длинную по космическим меркам жизнь?

Жить можно счастливо, замечая прекрасное вокруг себя. Надо только больше обращать внимание на то, что поистине радует глаз и душу, а не на то,

что где-то, как-то и кого-то. Ваша реальность — та, которую Вы сами формируете в своем сознании. Поэтому мироощущение всегда будет зависеть от того, чем наполнен Ваш внутренний мир.

Пребывая в состоянии эмоционального подъема, легче воспринимать то, о чем мы сейчас говорим. Когда ощущение глобальной любви растекается по душе и проникает в сознание, блокируя ход отрицательных мыслей, гораздо проще увидеть курс, которым нужно следовать, чтобы быть счастливым.

Наверняка каждый когда-нибудь испытывал чувство радости, моральной удовлетворенности или вдохновение. В такие минуты трудно понять, как вообще можно допускать уныние и грусть. В таком состоянии хочется пребывать всегда, и это кажется возможным. Но как только настроение меняется на противоположное, приходит волна разочарования. В голове начинают крутиться мысли: «Вот видишь, все эти разговоры о вечном счастье — всего лишь беспочвенный треп. Тебе опять плохо! Где твоя долгожданная любовь со всеми своими красками?! Ты обманулся, когда расценил мимолетный «припадок» радости как великое достижение. Сейчас тебе паршиво, и это факт! Все остальное

иллюзия.» На этом желание продолжать идти навстречу своему счастью пропадает, и прежний образ жизни «плывущего по течению живого мертвеца» вновь берет верх над бедолагой, который возвращается в свою пропитанную серостью и скептицизмом реальность.

Суть в том, что каждый такой прилив радости и любви надо воспринимать как маленькую победу. И достижение как раз в том, чтобы этих побед становилось все больше, и длились они с каждым разом дольше. Но и не менее важно относиться к перепадам настроения как к естественному процессу, свойственному всем людям без исключения.

Принятие грусти как моральной передышки

Упадок моральных сил можно сравнить с физической усталостью. Вас же не удивляет, что под конец насыщенного трудового дня Вам хочется спать. Человеческие ресурсы не безграничны и абсолютно нормально, что они нуждаются в восстановлении.

Затраты психической энергии вызывают моральную истому и это сказывается на внутренних ощущениях. Но беда в том, что люди все время пытаются связать это с чем-нибудь еще. Они запускают генератор фатальных мыслей, и голова начинает пухнуть от того, насколько оказывается много причин обычной грусти.

Бывают ситуации, когда человек понимает, что ему «невесело» из-за того, что он просто устал. Но его любящие родственники и друзья, видя его унылую физиономию, начинают проявлять чрезмерную заботу, засыпая вопросами «Почему ты такой грустный? Что тебя беспокоит? У тебя что-то болит?..» Ответ «У меня все в порядке», как правило, звучит для них неубедительно, и они приступают к психологической атаке: «Ну я же вижу, тебя что-то тревожит! Расскажи, что случилось...» И слушая уговоры о том, что грусти без повода не бывает, он постепенно с этим соглашается. Немного «покопавшись» у себя в мозгах, несложно найти давно завалявшиеся там недовольства. А раздуть проблему на ровном месте, да еще под соответствующее настроение, — это уже дело техники.

В итоге, при таком вот дружеском содействии близких людей незначительная апатия превращается во вредоносную подавленность. Естественно, не стоит винить их за это. Они действуют из лучших побуждений, желая помочь разобраться с печалью. Им просто не понятно, как можно грустить без причины и не известно, что с этим ничего делать как раз не надо.

Перепады настроения — это своего рода защит-

ная реакция нашего мозга. Поэтому после сильного эмоционального всплеска мы ощущаем, что настроение упало чуть ли не до нуля. Таким образом мозг как бы берет тайм-аут и нуждается только в одном — чтобы ему дали отдохнуть.

Но люди, как правило, мыслят довольно прямолинейно, и в их сознании четко укоренилось понимание того, что такое хорошо и что такое плохо. Они едва зародившуюся печаль, грусть или нервозность встречают с негодованием. А ведь эти «нехорошие», на первый взгляд, чувства в данном случае призваны не дать нам сойти с ума от всевозможных реакций на внешние факторы.

Вы никогда не задумывались, почему маленькие дети, когда устают, начинают капризничать и плакать? Казалось бы, только что смеялся, но через секунду уже хнычет. Если устал — отдохни, поспи, расслабься. Но дело в том, что его психика под воздействием новых впечатлений устает не меньше, чем его неутомимое тельце и, следуя своим внутренним ощущениям, он позволяет ей разгрузиться. Он пока еще не испорчен предубеждениями на счет «хорошо — плохо», «правильно — неправильно», и ему не известно, что с природной потребностью «дать мозгам отдохнуть» надо бороться. Он

просто ведет себя естественно.

Со взрослыми все гораздо сложнее. Они уже давно забыли, как это — жить без маски, а точнее, без масок. В обществе надо вести себя прилично. На работе с начальником лучше лебезить, с подчиненными хмуриться. В кругу друзей надо бы выглядеть поделовитей. Дома построже. И когда весь этот маскарад начинает плавить мозги, «всплывает» вопрос: «А что ж мне так хреново?», ставиться клеймо: «Это не нормально!», и начинается поиск причины угнетенного состояния, а затем — метод борьбы с ней.

А ведь надо всего лишь вспомнить из глубокого детства, как это — быть естественным, и позволять себе грустить, когда это необходимо. Не притягивать за уши надуманные проблемы, которые якобы послужили толчком для умственной усталости, но относиться к этому как к моральной передышке. И когда кто-нибудь спросит: «Почему ты такой хмурый?», надо ответить: «Я просто отдыхаю».

Грустить надо обязательно! Не вызывать в себе это чувство, но когда это происходит, позволить себе испытывать связанные с этим ощущения. Разум хочет покоя. Он устал от нескончаемого потока

мыслей, и поэтому следует воздержаться от «психологического анализа» своего состояния. Это неминуемым образом натолкнет на какой-нибудь искаженный стереотипами вывод. А вывод должен быть только один: «Я отдыхаю».

Также следует обратить внимание на то, что когда пребываешь на пике счастья или в глубокой депрессии, кажется, что это навсегда и даже трудно представить, как может быть иначе. Но в том, как одно состояние сменяется другим, есть закономерность. Можно быть уверенным на сто процентов, что по истечению определенного времени одно чувство сменится на кардинально противоположное. Так что не стоит вестись на поводу у своих склонных к крайностям мыслей.

Вам хорошо — наслаждайтесь этим! Радуйтесь такому состоянию, но не пытайтесь убедить себя в том, что это навсегда. Чем больше Вы погружаетесь в такого рода заблуждения, тем сильнее будет разочарование, когда настроение переменится. Сознавайте, что счастье заключается не в бесконечном ощущении эйфории, а в адекватном отношении ко всем явлениям, которые заложены в нашей природе. Впрочем, не будь страданий, мы никогда не познали бы ценность наслаждения. Счастье было бы

приторным без своего антипода.

Вам плохо — вы это чувствуете! Вот и продолжайте просто чувствовать, не делая из этого катастрофу. Остановите ход «мрачных» мыслей. Не ищите повод, чтоб лишний раз себя пожалеть. Грусть и радость — это такие же естественные процессы, как сон и бодрствование. Погрустите в свое удовольствие. Предвкушайте то, как положительные эмоции после такого отдыха придут с еще большей силой.

Послесловие

Определитесь, что для вас счастье, и идите к нему. К цели можно только дойти, но невозможно долежать или досидеть до нее. Движение — это жизнь! Не выбирайте смерть, как делают это многие люди. Непокколебимая вера в себя и конкретные действия, направленные на покорение намеченных высот — основа успеха во всем, всегда и везде.

Стремитесь к тому, чтобы всегда быть выше примитивного отношения к жизни. Не замыкайтесь в узких рамках созданных кем-то стереотипов. Процесс самопознания бесконечен. Ваш внутренний Мир — это только Ваша вселенная, и никто кроме Вас самих не сможет навести в ней порядок. Ваша судьба — это пластилин, из которого Вы лепите сами. Не делайте этого с закрытыми глазами и не позволяйте никому указывать, какую «фигуру» Вы должны вылепить.

КНИГА 2.

ВОЗБУДИ СВОЮ УДАЧУ

7 правил настоящего успеха

Однажды три брата увидели Удачу,
сидящую в яме.

Один из братьев подошёл к яме и
попросил у нее денег.

Удача одачила его деньгами,
и он довольный ушёл.

Другой брат попросил красивую женщину.
И получив, радостный убежал вместе с ней.

Третий брат наклонился над ямой.

— Что тебе нужно? — спросила Удача.

— А тебе что нужно? — спросил он в ответ.

— Вытащи меня отсюда, — попросила она.

Брат протянул руку, вытащил Удачу из ямы,
повернулся и пошёл прочь.

А Удача побежала за ним...

Предисловие

Что такое удача? Почему все люди хотят, чтобы она сопутствовала им? Ответ очень прост — **УДАЧА ДАЕТ ВСЁ!**

Практически любая сфера жизни — богатство, любовь, самореализация и часто даже здоровье, зависит именно от удачи.

Счастливым случаем — это тот добрый друг, который творит настоящие чудеса. Это он создает благоприятные обстоятельства для судьбоносных встреч, благодаря которым простой смертный человек в шокирующе короткие сроки может превратиться в миллиардера.

Тому есть множество примеров. Стоит лишь вспомнить Рокфеллера, Карнеги или Онассиса.

Истории этих ребят заслуживают внимания!

Я могу смело сказать, что мне повезло в любви! Но опять-таки, только благодаря удаче я смог встретить того человека, без которого на сегодняшний день не представляю своей жизни.

И ровно тому, как везение радует человека самыми фантастическими подарками, невезение лишает возможности стать успешным, богатым и счастливым. В жизни все решают доли секунды. И поэтому очень важно оказаться в нужном месте в нужное время. Именно от этого зависят все наши свершения и победы.

Удача может покориться человеку!

Многие люди считают, что им не везет потому, что им просто не везет. Объясняя причины своих неудач, они сетуют на злой рок, который висит над ними и нещадно рушит все их начинания. Они уверены в том, что всему виной нежелательные стечения обстоятельств, которые невозможно было предвидеть. И редко кто задумывается над тем, почему этот “злой рок” завис именно над ним, а обстоятельства в самый ответственный момент сложились именно так, а не иначе?

Другое дело, если бы все люди на земле были одинаково несчастны и бедны. Тогда можно было

бы сказать, что наша планета проклята, и все живущие на ней существа обречены на вечную нужду и страдания. Но так нет, оглянувшись вокруг, можно увидеть тех, кто купается в изобилии, наслаждается взаимной любовью и проживает полноценную счастливую жизнь.

Часто те, кто прибывает в кардинально противоположном положении на таких счастливчиков и богачей говорят, что им попросту повезло. Повезло встретить свою вторую половину. Повезло стать на нужную волну в бизнесе. Повезло быть здоровым от природы. Им просто повезло, повезло, повезло...

Но в таком случае, встает совершенно справедливый вопрос: почему одним везет, а другим нет?

По сути, люди “оседлавшие” удачу ничем не отличаются от остальных представителей рода человеческого. Они так же “сотканы” из плоти и крови. Мозги у них там же, где и у всех. Но все же, одно характерное отличие у них есть — **ИМ ХРОНИЧЕСКИ ВЕЗЕТ!**

Может быть, они знают какой-то секрет? Может, какие-то мистические силы помогают им добиваться всего, чего только они ни пожелают?

Если они используют то, что доступно каждому,

но по какой-то причине большинство людей отказывается это видеть, то определенно им ведом секрет! И если влияние таинственного космоса на нашу жизнь, из-за не изученности такового, можно отнести к разряду мистики, значит, “приручение” удачи — это волшебство, которым они овладели!

Возвращаясь к тому, что удачливые люди продолжают оставаться обычными людьми, можно с уверенностью сказать — каждый человек в состоянии открыть для себя эти секреты. Удача, от которой зависит то, какая перед нами разворачивается жизнь, не является уделом избранных. Она готова прийти к каждому, кто очнется от “дурного” сна — заблуждения, и щедро принесет в дар реализацию всех самых сокровенных желаний. И главный секрет как раз заключается в том, что не удача выбирает, кого порадовать своим появлением, а сам человек решает — “возбудить” удачу или позволить ей стать редкой гостьей в своей заурядной жизни.

Посмотрите, они не боги!

Кто они — эти сильные мира сего? Почему им выпала честь тешиться судьбами, в обмен на которые миллионы людей променяли бы свои некоторые части тела?

Одно известно достоверно — они не боги. Им не дано жить вечно. В их жилах течет кровь, которая застывает после того, как сердце перестает выполнять свою прямую обязанность. Они все созрели в чреве своих смертных матерей, которые природным путем произвели их на свет. Далеко не все из них родились в богатых титулованных семьях. Некоторые даже выходцы из детских домов. Но, тем не менее, на сегодняшний день люди с должным уважением говорят об их достижениях, добавляя к слову Бог еще один синоним — олигарх.

Рокфеллер

Джон Дэвидсон Рокфеллер — самый богатый человек в мире. Его могущество часто не вмещалось в рамки понимания обычных людей. Ему принадлежала целая империя, в которую входили железнодорожные и сталелитейные компании, множество банков, фирмы, торгующие недвижимостью, несколько пароходств и апельсиновые рощи. Он владел нефтяной компанией, которая контролировала 95 % нефтедобычи Америки, и чьи интересы распространились на весь земной шар. В начале двадцатого века состояние Джона Рокфеллера исчислялось в миллиардах долларов. Его монополия была самой величайшей из всех когда-либо существовавших.

Имя Рокфеллера стало именем нарицательным. Но что сопутствовало достижению им несметного богатства? Может оно свалилось ему просто на голову с неба, или он родился в семье миллиардера? Вовсе нет!

Его семья бежала из Франции в Германию, спасаясь от преследования инквизиции и королевских

драгун, так как они были еретиками.

Когда Рокфеллеру исполнилось всего шестнадцать лет, имея за плечами только среднее образование, он отправился в Кливленд искать работу. На протяжении почти двух месяцев он безуспешно обивает пороги крупных фирм, пытаясь устроиться простым бухгалтером. Казалось бы, изнурительное шествие по непробиваемым работодателям, уже могло бы вселить отчаяние в юношу, но он не сдавался.

Его упорство и вера в собственные силы была щедро вознаграждена. Молодого человека приняла на работу знаменитая фирма «Хьюитт энд Таттл». Этот день Джон Рокфеллер отмечал как свой второй день рождения.

Вступив на должность помощника бухгалтера, Рокфеллер взялся за дело с такой прытью, что его личная жизнь оказалась запертой в темном чулане, надеясь, что этот трудоголик, когда-нибудь все ж таки вызволит ее оттуда.

Спустя не так много времени судьба сводит Рокфеллера с коммерсантом Морисом Кларком, и тот делает его своим младшим партнером. Торговый дом «Кларк и Рочестер» торговал мясом, зер-

ном и многими другими товарами. Удача «во весь рот» улыбнулась будущему миллиардеру, когда южные штаты объявили о выходе из Союза, и началась гражданская война. Федеральному правительству понадобились сотни тысяч винтовок и миллионы патронов, тонны вяленого мяса, сахара, табака и прочего. Наступил золотой век спекуляции, и Рокфеллер, ставший совладельцем брокерской фирмы со стартовым капиталом всего лишь четыре тысячи долларов, заработал огромные деньги.

Капитал Рокфеллера рос, и вскоре он построил свой первый нефтеперегонный завод. Вместе с другом и партнёром по бизнесу Генри Флаглером он стал собирать разрозненные нефтедобывающие и нефтеперерабатывающие предприятия в единый мощный нефтяной трест.

Человек, начавший свою карьеру с должности помощника бухгалтера, заработал миллиарды долларов. И порой казалось, что вся вселенная способствовала ему в этом.

Онассис

Аристотель Сократ Онассис — миллиардер, судовой магнат, международный бизнесмен. Его неимоверное богатство берет свое начало с шестидесяти трех долларов, с которыми в семнадцатилетнем возрасте он отправился покорять Америку.

В детстве жизнь не баловала Аристотеля. Он вырос в скученном гетто, где мусульманские власти держали греков. Семейство Онассисов занималось табачным бизнесом и было достаточно зажиточным. Но после того как, тогда еще греческий, город был захвачен турками, потеряло все свое состояние. Перебравшись со всей родней в Афины, отец Онассиса и там принялся за свое ремесло — изготовление сигар. Но обнаружив, что этим не в силах прокормить семью, отправил своего старшего сына Аристотеля на завоевания Нового Света.

Мечты о богатстве, которого он непременно достигнет, не давали Онассису упасть духом, когда по прибытии в Южную Америку ему открылась не столь радужная перспектива — работать посудомойщиком в ресторане.

Он затеял спор с самой жизнью, поклявшись отыскать фортуны во что бы то ни стало.

И как то вечером случилось то, что круто изменило жизнь юного Аристотеля, положив начало его знаменитой империи.

В ресторан, куда Онассис нанялся на работу, по воли случая зашел известнейший танцор Карлос Гардель. Разогрев свою душу спиртным, королю танго пришло в голову спеть песню, что естественно привлекло внимание всех присутствующих в ресторане. Когда овации восторженной публики стихли, послышался чей-то тихий плач.

Звуки доносились откуда-то из-за стойки, и Карлос Гардель пошел посмотреть, что там происходит.

Он увидел спрятавшегося за стойкой молодого официанта. Песня тронула юношу за живое, напомним ему о родине, которую он оставил лишь несколько месяцев назад. Он стал извиняться за то, что не смог сдержать слезы. Но Карлос, благосклонно выслушав историю гарсона, решил подбодрить его. Он пригласил юного Онассиса спеть что-нибудь вместе. Затем Гардель привел его к своему столику, чтобы познакомиться поближе. Именно в эту минуту юный эмигрант, не видевший ни-

чего кроме бедности, сделал, казалось бы, незначительный жест, сам не сознавая того, что благодаря ему через несколько лет станет одним из самых богатых людей в мире. Он предложил своему новому другу сигару.

Артист испытывал страсть к сигарам, и аромат той, которой его угостили, вызвала у него небывалый восторг. Узнав, что эту прелесть молодой эмигрант привез из Афин, где ее производит отец Онассиса, танцор тут же предложил Аристотелю заключить сделку. Через несколько месяцев самой популярной сигарой в Южной Америке стала “Меланж Гардель”.

Оставив службу в ресторане, Аристотель Сократ Онассис занялся своим первым делом — импортом сигар. Благодаря этой судьбоносной встрече, перед ним настежь отворились врата удачи.

После краха на Уолл-Стрите канадское правительство по решению суда выставило на торги шесть больших сухогрузов, которые принадлежали одной обанкротившейся компании. Из-за глобального финансового кризиса для них не нашлось ни одного покупателя. Занимавшиеся этим делом чиновники стали нервничать, и тут Аристотель, почу-

яв добычу, предложил за все корабли смехотворную сумму — сто тридцать пять тысяч долларов. Скрипя сердцем, судебным исполнителям пришлось принять предложение дерзкого бизнесмена. А Онассис, заплатив сущую мелочь, стал хозяином настоящей судоходной компании.

Карнеги

Эндрю Карнеги — американский промышленник, чьи инвестиции в сталеплавильное производство сделали его одним из богатейших людей в США.

Родился Карнеги в Шотландии. Их семейство жило в относительном достатке, до тех пор, пока вследствие индустриальной революции бизнес отца не пришел в упадок.

Продав все свое имущество, семья Карнеги эмигрировала в США, где тринадцатилетний Эндрю нашел свою первую работу помощника кочегара.

Но вскоре хозяин фабрики, заметив красивый почерк подростка, перевел его в клерки. Позже случайная встреча позволила ему попасть на работу в “Телеграфную компанию О’Рейли”. К 16 годам Эндрю Карнеги стал едва ли ни единственным в Америке телеграфистом, умевшим расшифровывать депеши вслух. Благодаря таким навыкам он сумел через пару лет устроиться личным телеграфистом управляющего местным отделением железнодорожной компании “Пенсильвания” Томаса Скотта, который собственно и помог Карнеги вступить на лестницу успеха.

Скотт звал Карнеги Малыш Энди и очень доверял ему. Он гордился успехами своего протеже как своими и, по сути, стал вторым отцом для Карнеги.

Позже, переехав в Алтун, Карнеги познакомился с изобретателем спального вагона Вудрофом и убедил Скотта приобрести несколько таких вагончиков для “Пенсильвания”. Эндрю получил одну восьмую часть акций нового предприятия Вудрофа, которое в будущем принесло достаточно ощутимый доход.

Когда дивиденды Карнеги составляли уже несколько тысяч долларов, он совместно с друзьями

приобрел ферму в нефтяном районе США, заплатив за нее сорок тысяч долларов. Через десять лет ее стоимость составляла уже пять миллионов, а годовой доход один миллион.

Профессионализм и неординарные поступки способствовали карьерному росту Карнеги. Он стал одним из первых размещать акции американских железнодорожных компаний в Европе. Там же в начале семидесятых годов, он познакомился с Генри Бессемером, изобретателем конвертерного способа производства стали. С тех пор Карнеги сфокусировал все свое внимание на производстве стали. Он начал скупать старые железоделательные фабрики и превращать их в сталелитейные. Уже через шесть лет он был в состоянии купить Homestead Steel Works за один миллион, тем самым получив контроль над четвертью всего производства стали и железа в стране.

Карнеги прославился как один из самых успешных предпринимателей Америки, пройдя путь от простого бедняка-иммигранта до промышленного магната.

Что объединяет детей фортуны

Можно привести еще много примеров, когда люди начиная практически с нуля, поднимались до немыслимых высот. Но и рассмотренных выше историй достаточно для того, чтобы узреть закономерность. Решающую роль в каждой отдельно взятой судьбе сыграл счастливый случай, без которого, например, Онассис мог так и остаться посудомойщиком, Рокфеллер — рядовым бухгалтером, а Карнеги — простым клерком.

Фортуна сводила их с нужными людьми, помогала принимать верные решения и выстраивала обстоятельства в пользу своих “любимчиков”. И основная заслуга этих “джентльменов удачи” в том, что раз ощутив вкус успеха, они научились подталкивать фортуна в нужном им направлении. Уверенность в том, что они хозяева своей жизни и ни как иначе, стала волшебным ключом, открывающим перед ними любые двери.

Волна удачи

Жизнь каждого человека состоит из периодов, когда ему везет и когда повально не везет - полоса белая, полоса черная. И основная задача каждого, кто хочет сделать удачу своей верной спутницей — научиться влиять на длительность и контрастность этих полос.

Люди, овладевшие искусством — ловить волну удачи, колоссально облегчили свой путь к достижению намеченных для себя целей. Максимум благоприятных событий и минимум неудач является для них нормой. В месте с тем, они избавились от лишнего груза переживаний, связанных с извечными — Как? Почему? Где взять? и Кто поможет?

Необходимые знания и умение их применять на практике дают не только реализацию желаний, но и помогают обрести уверенность в завтрашнем дне. А когда человек начинает доверять жизни, она всегда рада идти ему на встречу, не переставая удивлять своей щедростью.

Подводные камни

Миллиарды людей желают быть успешными, здоровыми, богатыми, создать счастливые любящие семьи, но при этом совершают самую глобальную ошибку, лишая себя всего этого.

По какой-то непонятной причине каждый человек уверен, будто заслуживает всего самого лучшего. И по его мнению, все это “самое лучшее” должно ему быть даровано жизнью просто так — за красивые глаза и обольстительную улыбку. Но обнаружив, что его судьба выстлана не мягкой ковровой дорожкой, а ухабистым бездорожьем, начинает хаять ее, используя отборный мат и сердобольные проклятья.

На какой подарок от жизни может рассчитывать злобный неблагодарный “паразит”, если он сам же ее не любит, и мягко говоря, считает жестокой и несправедливой.

С таким же успехом можно попробовать занять у кого-нибудь денег со словами: “Эй ты, жлоб, займи мне десять тысяч долларов. Ты конечно урод и ублюдок, но раз уж мне обратиться больше не к

кому, то придется с тобой, сволочь, дело иметь”.

Как минимум, тот к кому обращаются вот таким “деликатным” образом, денег не даст. Как максимум, дело может дойти до мордобоя.

На сегодняшний день с людьми происходит что-то несуразное. Они хотят любви, но перестают в нее верить. Они хотят много денег, но не верят, что в состоянии их заработать. Им хочется семейного благополучия, но стереотипы о том, что быт убивает любовь, измены неизбежны и так деле, делают это не возможным.

А все ведь очень просто. Не веришь в любовь, значит, ты не достоин того, чтобы наслаждаться ею. Считаешь, что у тебя нет необходимых способностей для того, чтобы разбогатеть — пожалуйста, волочи нищету. Думаешь, что жизнь тебя не любит и пытается изнасиловать при каждом удобном случае — нет проблем, будь вечной жертвой, упивающейся жалостью к себе.

Ученик спросил дервиша:

— Учитель, враждебен ли мир для человека? Или он несет ему 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.

Однажды в залу забежала собака и в изумлении застыла посередине — целая свора собак окружила ее 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 ее лай.

Собака лаяла все громче. Эхо не отставало. Собака металась туда и сюда, кусая воздух, ее отражения тоже носились вокруг, щелкая зубами. Наутро 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 отражениями”.

— Теперь ты видишь, — закончил дервиш, — мир не

Возбуди свою удачу

приносит ни добра, ни зла сам по себе. Всё происходящее вокруг нас есть всего лишь отражение наших собственных мыслей, чувств, желаний, поступков. Мир — это большое зеркало.

Вера бывает разная

Люди устроены так, что им надо во что-то верить. В связи с этим на земле насчитывается около десяти тысяч всевозможных религиозных направлений. Страшно представить, какое порой безумие заключено в том или ином веровании.

То ли от скуки, то ли от большого ума, в довесок к нелепому поклонению своим идолам была придумана куча ритуалов и обрядов. Иногда изобретательность духовных лидеров доходит до того, что в подвалах, гаражах, пещерах и других “святых” местах проводятся акты самосожжения. После этого оргии в состоянии наркотического опьянения, свершаемые во славу князя тьмы, выглядят детскими шалостями.

Возможно, подобные строки вызовут негодова-

ние глубоко верующих людей, но, слава Богу, Аллаху, Кришне, Будде, Святой деве Марии и прочим многоуважаемым идолам, в нашей стране свобода слова и вероисповедания. Так что я продолжу говорить о вере в соответствии со своими убеждениями.

Итак, почему, а главное, во что люди хотят верить?

Не надо быть великим знатоком психологии, чтобы понять — вера является точкой опоры человека, когда он начинает задаваться вопросами: “Кто я? Откуда я? В чем мое предназначение? Перед кем я должен падать на колени?” и тому подобное.

Человеческое существо охотно верит в то, что кто-то свыше может помочь решить навалившиеся на него проблемы. То есть на лицо желание получить что-то на халяву.

- Господи, дай здоровья мне и моим родным.
- О, Аллах Всемогуший дай мне богатства.

На самом деле, и здоровье, и богатство, и все остальное к чему, как правило, стремится человек, достигается путем конкретных действий. И что ин-

интересно, на сегодняшний день есть огромное количество информации о том, как этого можно добиться. Она доступна практически каждому.

Но, тем не менее, надежда на то, что Всемогуший услышит мольбы ленивого, но очень верующего в него “страдальца”, и тот даст ему все, о чем он просит, одурманивает. Бог для него представляется джином, который может исполнять желания, но лишь с той разницей, что этот “джин” по совместительству еще и Владыка Вселенной.

Нет, конечно, в мире есть много непознанного — того, что выходит далеко за рамки понимания человека. Но это совсем не означает, что перед этим “непознанным” следует поклоняться. Незнание предмета еще не повод для того, чтобы устраивать культ поклонения в его честь.

Когда-то в древности люди считали, что шторм в море устраивает “озорник” Посейдон, и моряки взывали к нему, чтобы он не топил их корабли. Теперь человек образованный, конечно, знает истинную причину простого природного явления, и Посейдон для него не авторитет. Но уподобляясь древним неграмотным предкам, протягивает руки к небесам, умоляя такого же бога, быть к нему милосердным.

Да, определенно, на нашу жизнь влияют какие-то неведомые силы. Но стоит ли облекать их в придуманные образы только из-за того, что мы не знаем по каким конкретно законам они действуют?

Одному искателю Истины приснилось, что он попал в рай. Он увидел там толпы людей. Поинтересовавшись, что происходит, он узнал, что сегодня день рождения Бога.

Искатель благодарил свою судьбу: наконец-то его жажда лицезреть Бога будет удовлетворена! Он встал на краю дороги вместе с остальными людьми в ожидании.

Показалась пышная процессия. Впереди ехала важная персона на красивом коне. За ней следовала многочисленная свита из тысяч последователей.

Искатель шепотом спросил своего соседа:

— Это Бог?

— О нет! — ответил человек. — Это Кришна.

Не успела пройти первая процессия, как показалась следующая.

— Это Бог? — вновь спросил искатель.

— Нет, это Мохаммед и его окружение, — был от-

вет.

Процессии шли одна за другой нескончаемой чередой: Будда, Христос и много других великих пророков проехали мимо.

— Когда же придет Бог? — удивился искатель Истины.

Толпа заметно поредела. Уже не звучали фанфары. Искатель устал.

Наконец на улице, кроме него, никого не осталось. И тут появился скромный благообразного вида старичок на белом коне. Его никто не сопровождал. Искатель с интересом последовал за ним, его осенило: “Это, должно быть, и есть Бог! Никто так не одинок, как Бог в огромной Вселенной!”

Он подошел ближе и спросил:

— Если ты Бог, почему ты так одинок?

От этих слов глаза Бога наполнились слезами, и Он сказал:

— Все люди разделились между теми, кто прошел здесь до меня. И никто не остался со мной, ибо со мной может быть только тот, кто не следует ни за кем.

Управление жизнью

Для того чтобы научиться управлять своей жизнью в первую очередь необходимо с ней подружиться. Одно только чувство благодарности за то, что Вы родились на свет и имеете возможность видеть этот прекрасный мир, таит в себе огромную силу, способную творить чудеса.

Полюбите жизнь. Осознайте, что она сама по себе уже является бесценным подарком.

Заметьте, то, на что многие люди привыкли жаловаться, они не променяют никогда и ни на что. Подойдите даже к самому несчастному человеку, страдающему от “всего на свете” и предложите ему отдать свою мученическую жизнь в обмен на деньги или что угодно. Вряд ли он согласится. Более того,

Возбуди свою удачу

если к его голове приставить заряженный пистолет и взвести курок, то вдруг выяснится, что недавно проклинаящий свой рок бедолага, оказывается, любит жизнь. И если ему дать задание, не убирая ствол от виска, назвать пять причин, по которым он так ее любит, то он вспомнит много прекрасного, на что давно перестал обращать внимание.

Итак, когда Вам вдруг покажется, что жизнь потеряла краски, и ничего хорошего в ней не осталось, представьте смотрящее на Вас дуло пистолета, готового в любой момент вышибить из головы подобные глупости.

Сила, посылающая удачу

Людей, живущих на земле, много и все они разные. Кто-то родился в семье богатого аристократа в какой-нибудь Швейцарии или Англии. Кто-то в семье простого рабочего в одной из социалистических стран. А кому-то выпала честь стать еще одним членом какого-нибудь дикого племени, зате-

рянного на африканском континенте. В соответствии с этим, у каждого из них формируется совершенно разное представление о жизни и мире, в котором они живут. Культурная среда прививает им ценности и нормы общепринятого поведения. Они располагаются в разных социальных плоскостях, но одинаково понимают, что такое удача и неудача.

Пускай, даже для одного удача — это покупка акций, которые затем резко выросли в цене, а для другого — оказавшаяся рядом пальма, спасшая его от разъяренного тигра. В любом случае, это сыгравшие в их пользу обстоятельства. И каждый из них высоко ценит свое везение.

Но по какому принципу выстраиваются эти обстоятельства? Что за сила приближает или отдаляет пальму, от которой иногда зависит жизнь человека?

Многие считают, что все происходящие с ними события предначертанны судьбой, которую невозможно обойти или являются результатом волеизъявления их бога, с которым тоже не поспоришь. Но следуя таким убеждениям, они сами соглашаются с тем, что не в состоянии влиять на свою жизнь и просто плывут по течению.

Те же, кто осознал, что их судьба вершится каж-

Возбуди свою удачу

дое мгновенье и имеет свойство меняться, никогда не будет считать себя пленником, якобы уготованной Кем-то специально для них, участи.

Счастливым случай, так же как и несчастный, всегда где-то рядом, и в любую секунду готовы вмешаться в ход ваших дел. А движимой силой как для удачи, так и для неудачи, служат ваш эмоциональный настрой и отношение к жизни.

Чудотворное настроение

То, в каком настроении человек пребывает большинство времени, с точностью определяет, чего ему следует ждать от поворотов судьбы. Для того чтобы убедиться в этом, достаточно просто понаблюдать за тем, как часто Вы испытываете чувство удовлетворенности и искренней радости. Не говоря уже про длительность этих, не так часто радующих своим появлением, эмоций. Отсюда и результат — процентное соотношение ваших удач и неудач.

Хотите Вы того или нет, но в унылом или пода-

вленном состоянии нечего и рассчитывать на то, что удача вам улыбнется. Более того, когда апатия и пессимизм довлеют над Вами, следует готовиться к самым не радужным сюрпризам, которые непременно проявят себя в самый неподходящий момент.

Конечно, для многих это не в диковинку, ведь у них всегда так. Это другим дано быть удачливыми. А их удел прыгать из ямы в яму - то на работе не-приятности, то проблемы в личной жизни ... И самое интересное, что эти беды, как грибы после до-ждя, лезут не понятно откуда.

Хуже всего то, что в соответствии с этим форми-руется отношение к жизни. Наваливающиеся не-урядицы вызывают душевный дискомфорт. Это притягивает очередной каскад неприятностей, соз-давая, таким образом, порочный круг — неудача, эмоциональное напряжение, неудача.

Но, несмотря ни на что, не зависимо от того, какой длинны список Ваших проблем и не устра-ивающих Вас обстоятельств, Вы можете изменить свою судьбу. И начать этот процесс лучше всего с осознания, что Вы хозяин своей жизни, а не ее раб.

Как не парадоксально, но то к чему стремится

Возбуди свою удачу

практически каждый человек, а именно - превосходно себя чувствовать и быть счастливым, необходимо сделать своим орудием. Хорошее настроение — это предмет, благодаря которому в вашу жизнь ворвется удача. Другими словами, возбуждая свое настроение, Вы возбуждаете свою удачу. Нужно помнить об этом всегда!

Не выпускайте из головы мысль о том, что от Вашего эмоционального настроя зависит Ваша удача. Фортуна пропишется в Вашей жизни, если Вы будете следить за своим внутренним состоянием и научитесь максимально долго задерживаться на волне позитива.

Мастер Бахауддин всю свою жизнь оставался счастливым, улыбка никогда не сходила с его лица. Вся его жизнь была ароматом праздника...

Даже на смертном ложе он весело смеялся. Казалось, будто он наслаждается приходом смерти. Ученики сидели вокруг. Один из них спросил:

— Почему Вы смеетесь? Всю жизнь Вы смеялись, и мы не решались спросить, как Вам это удастся? И вот даже сейчас, умирая, Вы все же смеетесь. Что здесь смешного?

И старик ответил:

— Много лет назад я пришел к моему Мастеру молодым человеком, семнадцатилетним, но уже страдающим. Мастеру было семьдесят и он смеялся просто так, без всякой причины. Я спросил его: “Как Вам это удастся?” И он ответил: “Я свободен в своем выборе, это мой выбор. Каждое утро, когда я открываю глаза, я спрашиваю себя: “Что ты выберешь сегодня — блаженство или страдание?” И так случается, что я выбираю блаженство — это так естественно”.

Мнимый хаос

Сплошь и рядом можно столкнуться со скептиками, которые с видом всезнающих и типа самых опытных мудрецов, поведают вам о суровых реалиях жизни. В их изречениях, как правило, прослеживается одна суть — верю тому, что вижу. Но видят они почему-то только темные тона, напрочь отрицая существование яркой радужной жизни. Или считают, что она есть, но где-то там (на Рублевке,

заграницей, в другой галактике). И если вступить с ними в дискуссию (чего делать никому не рекомендую), то придется набраться терпения, чтобы выдержать их нудящий стон о том, как “трудно жить на свете пастушонку Пете...”

Им не понять, что проблема всегда в самом Пете, а не в окружающем его мире. Ведь каждый Петя, если захочет, поверит в себя и приложит усилия, то сможет развиваться из пастуха в зажиточного фермера с отарой в сотни или даже тысячи голов. Дело лишь в том, как он себя позиционирует. Если смирился с тем, что его удел пасти овец и получать затрешины от своих хозяев, то никто и ничто ему не поможет. Но если видит перед собой цель и верит всем сердцем, что достигнет ее во что бы то не стало, то жизнь его станет гораздо насыщенней и ярче. А когда мечты его реализуются, что с таким настроением случится непременно, то ни один скептик для него уже не будет авторитетом.

Мир — он разный. В нем хватает всего: милосердия и жестокости, любви и ненависти, изобилия и нищеты, радости и печали... Другое дело, что каждый живущий в нем человек, осознанно или нет, но сам выбирает - каким он для него будет.

Конечно, те же скептики могут возразить мол, какой сумасшедший может выбрать для себя ненависть вместо любви или бедность вместо богатства?! Очевидно, что каждый желает для себя лучшего! В этом как раз заключается казус. Желать они, конечно, желают, но в сознании у них царит хаос, где одна противоречащая желаемому мысль обгоняет другую.

Как уже было сказано, глупо мечтать о богатстве, если постоянно стонешь, что тебе его никогда не видать.

Один старый и очень мудрый китаец сказал своему другу:

— Рассмотрю комнату, в которой мы находимся получше, и постарайся запомнить вещи коричневого цвета.

В комнате было много чего коричневого, и друг быстро справился с этой задачей. Но мудрый китаец попросил его:

— Закрой-ка глаза свои и перечисли все вещи... синего цвета!

Друг растерялся и возмущился:

— Я ничего синего не заметил, ведь я запоминал по твоей указке только вещи коричневого цвета!

Возбуди свою удачу

На что мудрый человек ответил ему:

— Открой глаза, осмотрись — ведь в комнате очень много вещей синего цвета.

И это было чистой правдой. Тогда мудрый китаец продолжил:

— Этим примером, я хотел тебе показать правду жизни: если ты ищешь в комнате вещи только коричневого цвета, а в жизни — только плохое, то ты и будешь видеть только их, замечать исключительно их, и только они будут тебе запоминаться и участвовать в твоей жизни. Запомни: если ты ищешь, плохое, то ты обязательно его найдешь и никогда не заметишь ничего хорошего.

Поэтому если всю жизнь ты будешь ждать и морально готовиться к худшему — то оно обязательно произойдет с тобой, ты никогда не будешь разочарован в своих страхах и опасениях, но всего будешь находить им новые и новые подтверждения. Но если ты будешь надеяться и готовиться к лучшему, то ты не будешь притягивать плохое в свою жизнь, а просто рискуешь всего лишь иногда быть разочарованным — жизнь невозможна без разочарований.

Ожидая худшее, ты упускаешь из жизни все то хорошее, что в ней на самом деле есть. Если ожидаешь

плохого, то ты его и получаешь. И наоборот. Можно приобрести такую силу духа, благодаря которой любая стрессовая, критическая ситуация в жизни будет иметь и положительные стороны.

Возможно все

*П*остичь неизведанное человек стремится испокон веков. Это тяга к познанию или же простое любопытство не суть важно. Смысл остается один “хочу все знать”. Но на секунду задумавшись о бесконечности времени и пространства, становится ясно, что разгадав одну из тайн вселенной, их все равно останется бесконечное множество.

Прогресс, развитие, цивилизация — все это понятия относительные. Люди, жившие, скажем, пятьсот лет назад, считали себя куда более развитыми и цивилизованнее тех, кто жил, например, за тысячу лет до них.

Когда-то “цивилизованные” люди были уверены, что земля плоская. Затем их еще более “циви-

лизованные” потомки выяснили, что она круглая, но настолько “крутая”, что солнце вращается вокруг нее. Теперь мы знаем “на много больше”!..

Исходя из этого можно ли сделать предположение, что когда-нибудь будут изучены все законы бескрайней Вселенной?

Уже ученые вроде как доказали, что вселенная конечна. И то бесконечное пространство, в котором вероятно располагаются миллиарды таких вселенных, будет называться иначе. Но сути это не меняет.

Итак, мы видим, что тайн, загадок, неведомых сил и неизученных законов уйма. Очевидно, что они влияют на нашу короткую, по космическим меркам, земную жизнь. Познать их все и понять принцип, по которым они действуют, невозможно. И на фоне этого невозможного, извиняюсь за тавтологию, **ВОЗМОЖНО ВСЕ!**

Для того чтобы судьба подчинилась своему хозяину, ему не надо лезть в дебри и пытаться выяснить — “что ж это за сценарий, и кто его написал”. Это лишь приносит ощущение обреченности. Достаточно просто осознать, что он — **ХОЗЯИН**, и устраивает свою жизнь сам.

Юношеский максимализм

До боли печально, что по вине скептиков и пессимистов, которых, увы, большое множество, словосочетание “юношеский максимализм” приняло оттенок чуть ли не отрицательного характера.

Естественно, тем, кто похоронил свои мечты и смирился с участью — остаток жизни провести в тоске о них, нужно как-то оправдать свою слабость. И для того чтобы не испытывать синдром неудачника, им пришлось убедить себя, будто реализация намеченных ранее целей вовсе была невозможна:

— Это просто юношеский максимализм и вера в детские сказки заставляли надевать розовые очки, в которых казалось — возможно все, — уговаривают они сами себя, — какой же я был наивный и смешной. Теперь я конечно на много старше, мудрей и опытней. Понимание того, что жизнь не байка уже давно помогает мне реально смотреть на вещи. Это удел молодых и глупых — бросаться на амбразуру, забивая себе голову всякой чепухой

из разряда: нет ничего невозможного, я все смогу и так далее.

Но, как известно, себя обмануть невозможно. И каждый из таких нытиков сознает, что именно из-за потери того самого ощущения ЮНОШЕСКОГО МАКСИМАЛИЗМА их жизнь стала такой серой и невыразительной.

Можно сколько угодно заливать глаза каплями самообмана и строить из себя прожженного опытом реалиста, но истина все равно останется такой, что без веры в свою победу, которая присуща тем самым максималистам, удачи не видать. Ведь она приходит к сильным. К тем, кто твердо настроен на свою победу.

В плену обстоятельств

Довольно часто можно услышать такие фразы как “обстоятельства сильнее меня” или “так уж сложилось, никто не виноват, судьба такая”. Но в

большинстве случаев, если не во всех, обстоятельства можно изменить. И порой это сделать гораздо проще, чем кажется.

Люди сами у себя воруют свободу, когда добровольно протягивают руки для того, чтобы судьба, которая выстраивается по их собственной милости, защелкнула на них наручники сплошных страданий.

Объективно, есть три самые важные сферы человеческой жизни: личная жизнь (семейное счастье, успех в отношениях с сексуальным партнером), материальный достаток и самореализация. От того насколько все они удовлетворяют запросы отдельно взятого человека и зависит его собственное счастье.

Любопытно наблюдать, когда миллионы людей, стремясь к счастливой жизни, упорно продолжают оставаться под гнетом удручающих обстоятельств. При этом добивая себя тем, что изменить они ничего не могут. Но беда как раз в том, что они правы. Сидя в яме и завывая на луну, даже не предпринимая попыток выбраться из нее, конечно, шансов на улучшения своего положения нет. И в скором будущем это нытье привлечет в

эту яму какого-нибудь голодного волка или не выпавшегося медведя.

Из каждой безвыходной ситуации минимум два выхода. Это слова, которые стоит запомнить. Прибегайте к их мудрости каждый раз, когда покажется, что ваша ситуация абсолютно тупиковая.

Один суфий собрал своих учеников и, подняв стакан с водой, спросил у них,

— Сколько, по-вашему, весит этот стакан?

— 50 грамм!... 100 грамм!... 125 грамм!... — предполагали ученики.

— Я и сам не знаю, — продолжил мудрец, — чтобы узнать это, нужно его взвесить. Но вопрос в другом: что будет, если я подержу так стакан в течение нескольких минут?

— Ничего, — ответили ученики.

— Хорошо. А что будет, если я подержу этот стакан в течение часа? — снова спросил суфий.

— У Вас заболит рука, — ответил один из учеников.

— Так. А что будет, если я таким образом подержу стакан целый день?

Возбуди свою удачу

— *Ваша рука окаменеет, Вы почувствуете сильное напряжение в мышцах, и даже Вам может парализовать руку, — сказал один из учеников.*

— *Очень хорошо, — невозмутимо продолжал суфий, — однако изменился ли вес стакана в течении этого времени?*

— *Нет, — был ответ.*

— *Тогда откуда появилась боль в плече и напряжение в мышцах?*

Ученики были удивлены и обескуражены.

— *Что мне нужно сделать, чтобы избавиться от боли? — спросил мудрец.*

— *Опустить стакан, — последовал ответ учеников.*

— *Вот, — воскликнул суфий, — точно так же происходит и с жизненными проблемами и неудачами.*

Будете держать их в голове несколько минут — это нормально. Будете думать о них долго, начнете испытывать боль. А если будете продолжать думать об этом постоянно, то это начнет парализовать вас, то есть вы не сможете ни чем другим заниматься.

Удача во всем

Удача — вещь очень полезная. Она дарит возможность достичь намеченных целей, причем независимо от того, что эти цели кому-то могут показаться абсолютно не достигаемыми. Но также надо отметить, что удача и счастье — это далеко не одно и то же. Ведь, если человек удачлив только, например, в бизнесе, но ему катастрофически не везет в любви, то счастливым он себя ощущать никак не сможет. Даже не смотря на то, что денег у него, как у дурака махорки.

Исходя из этого, удачу можно отнести к разряду средств, при помощи которого достигается безусловное счастье. Но для этого необходимо, чтобы она распространялась на все сферы жизни.

Интересно еще то, что многие люди, сделав удачу своим преданным другом, но в чем-то одном, не идут дальше и могут испытывать поражение за поражением в иных областях.

Казалось бы, тот, кто научился ловить эту бесценную волну уже должен знать, как пользоваться

этим умением всегда и во всем. Но нет. Что-то ему мешает делать это.

Почему?

А все дело в комплексах и страхах перед поражением. Они то и притягивают отрицательный результат.

Там, где ему везет, проблем никаких нет, он чувствует себя уверенно и зря не переживает. Следовательно, не держит в голове негативных мыслей и, как итог, продолжает “возбуждать” свою удачу. Но когда человек на чем-то заиклен — считает, что у него непривлекательная внешность, нет необходимых способностей, которые ему помогли бы разбогатеть, нет таланта и так далее, то случается всегда то, чего он боится. А именно, неудача.

Но с чего он вдруг решил, что он некрасивый, неспособный и бездарный?! Так люди говорят? Или самостоятельно провел сравнения себя с кем-то там?

И тот, и другой вариант — фатальная ошибка. Мир построен на стереотипах и в нем полно натянутых идеалов. В этом плане нет объективных критериев. А индивидуальность каждого отдельного человека позволяет ему стать идеалом для своего

Оскар Рай _____

круга почитателей, которые оценят и внешность, и талант, и уйму других достоинств.

Ломаю стереотипы

Ярлыки, шаблоны и стереотипы — это все то, что порождает комплексы и губит творческие начинания многих талантливых людей.

Но те, кто игнорирует шаблоны и не обращает внимания на ярлыки, достигают таких высот, что становятся идеалами для тех же, кто раньше смотрел на них с насмешкой и пренебрежением.

Тому много примеров, как ломаю стереотипы, благодаря только вере в себя, а значит и удаче, люди становились всемирно известными и покоряли сердца миллионов, не имея, на первый взгляд, для этого ни подходящей внешности, ни сверхъестественных способностей.

Назло врагам ты будешь знаменитым

Сколько мальчиков и девочек мечтают быть знаменитыми актерами, певцами или моделями. Какие толпы потенциально талантливых людей оббивают пороги разных продюсеров и режиссеров. А кто из них становится знаменитыми и проживает жизнь на сцене или на подиуме, как и мечтали? Правильно, единицы.

А куда деваются те, кто так и не достучались до этих “наглых зажавшихся” воротил шоу-бизнеса? И как они объясняют то, почему не смогли реализовать свои детские мечты?

В своем большинстве, они так и говорят — “мне не повезло”. Но при этом даже не задумываются над тем, что удачу свою они и не искали. Сдаться перед лицом первых сложностей и придумать кучу оправданий, чтобы себя утешить, проще всего. А вот вцепиться в мечту зубами и непоколебимо верить, что успех все равно будет достигнут — это как раз и есть тот путь, на котором человек встречает свою удачу.

Мадонна

С чего начинала всемирно известная певица, королева поп-музыки — Мадонна Луиза Вероника Чикконе?

Родилась она в набожной семье, где детей каждое утро возили в церковь, в которой они проводили не меньше часа.

Она никогда не была всеобщей любимицей, и еще в школе ее считали какой-то странной. Никто не видел в ней ту Мадонну, которой она является на сегодняшний день. Тогда, никому даже в голову не могло придти, что эта заурядная девчонка сможет стать настоящей богиней шоу-бизнеса.

Окончив школу, девушка всерьез стала заниматься балетом. Спустя три года, почувствовав в себе огромный творческий потенциал, она бросила учебу в университете, и вопреки воле отца отправилась покорять Нью-Йорк.

Но и там жизнь не торопилась сразу баловать ее такими подарками, как слава и признание.

В интервью Мадонна сказала: «Когда я приехала

в Нью-Йорк, это было впервые, когда я летела на самолёте, впервые даже вызывала такси, всё было впервые. И я приехала с 35 долларами в кармане. Это был мой самый отважный поступок в жизни».

Она жила впроголодь и порой даже рылась в мусорных бачках в поисках еды. Какое-то время ей доводилось ночевать на чердаках.

Позже Мадонна познакомилась с братьями Гилрой, которые помогли ей найти пристанище. У них был маленький оркестр, и вскоре она стала выступать с ними в качестве танцовщицы и вокалистки, а так же отбивала ритм на ударниках.

Чтобы прокормиться, она подрабатывала официанткой, натурщицей и даже фотографировалась обнаженной. Словом, ей приходилось крутиться, чтобы не умереть с голоду и оплачивать аудиозаписи своих песен, которые она безуспешно пыталась протолкнуть на дискотеках.

Потом, разойдясь с братьями Гилрой, она создала собственный маленький ансамбль, постепенно завоевавший популярность в учебных заведениях и университетских клубах

Мадонна писала и выпускала танцевальные песни, которые привлекли внимание ночных клубов

Нью-Йорка. Она вкладывала в выступления всю свою энергию, и однажды впечатленный ее демо-записями диджей и продюсер Марк Каминс познакомил будущую мега звезду с основателем “Саер Рекордз” Сэймуром Стэйном. В итоге Мадонна подписала контракт со студией.

После выхода двух успешных синглов, Мадонна выпустила первый альбом, который так и назывался “Мадонна”. Он принес ей популярность и по нему были сделаны музыкальные видео. Тогда вся Америка смогла увидеть Мадонну в ее разорванной майке с глубоким вырезом, с сережками-распятием и пудовыми цепями на шее. Через два года она стала королевой поп-музыки, и ее состояние быстро увеличивалось.

К 1992 году Мадонна и известная американская телеведущая Опра Уинфри были объявлены двумя самыми богатыми женщинами шоу-бизнеса. Сообщалось, что с 1986 года певица зарабатывала по 20 миллионов долларов в год. В последнее же время ее годовой доход удвоился. Она создала собственную звукозаписывающую фирму “Мэверик Рекордз”.

Мадонна четко знала, чего она хочет от жизни,

и никогда не сомневалась, что в ее силах покорить весь мир.

*«Я буду счастлива лишь тогда,
когда стану знаменитой,
как сам Господь Бог...»*

Мадонна

Сильвестр Сталлоне

Сильвестр Энцио Сталлоне родился в семье итальянского эмигранта и француженки. Во время родов мальчику повредили нервные окончания лица — часть щеки, губ и языка. Они так и остались парализованными. Позже он говорил, что в детстве испытал на себе все те чувства, которые должен был испытывать урод Квазимодо.

Жизнь маленького Сильвестра счастливой назвать просто невозможно. Родители мало уделяли сыну внимания, а когда ему исполнилось одиннад-

цать лет, расстались. Сталлоне рос трудным ребенком, его больше десяти раз отчисляли из школ за плохое поведение.

Когда ему исполнилось пятнадцать лет, мать определила его в специальную школу, в которой учились трудные дети. Именно там он начал уделять внимание спорту и иногда участвовал в школьных театральных постановках.

После окончания школы он поехал учиться в Американский колледж, находящийся в Швейцарии, при этом подрабатывая тренером. Там Сильвестр вышел на сцену в студенческом спектакле. Только тогда он почувствовал, что сцена, словно бальзам для его души.

Когда Сталлоне вернулся в Штаты, то поступил на отделение драмы в университете Майами, но стараниями учителей забросил учебу и переехал в Нью-Йорк, дабы сделать там актерскую карьеру.

Правда, начать работу в кино у Сильвестра долго не получалось. Он жил разнообразными приработками. А первым его киноопытом было легкое порно. Этот фильм, после того как актер стал знаменит, называли “Итальянский жеребец”. В это же время его впервые приглашают для участия в массовках. Дальше этого дело не шло.

После премьеры фильма «Лорды из Флетбуша» эпизод, в котором играл Сталлоне, получил положительные отзывы критики. И Сталлоне переехал в Голливуд. Он привез с собой собственный сценарий, но никто не заинтересовался им, и Сталлоне продолжал сниматься только в эпизодах.

Ситуация изменилась после того, как Сталлоне написал сценарий, посвященный боксерскому поединку, под названием «Рокки». Он был принят кинокомпанией «Юнайтед артисте» за мизерный гонорар — всего семьдесят пять тысяч долларов и десять процентов от будущей прибыли. Но спустя год эти десять процентов превратились в миллионы долларов. После триумфа фильма «Рокки» Сталлоне написал его продолжение — «Рокки-2» и «Рокки-3».

Такие фильмы как «Рэмбо», «Скалолаз», «Танго и Кэш», «Кобра», «Разрушитель», «Специалист» известны почти каждому. К концу 1994 года Сталлоне был самым высокооплачиваемым актером Голливуда, получая в среднем 20 миллионов долларов за фильм.

Бред Питт

Бред Питт один из знаменитейших актеров планеты. Но его путь на вершину славы был не таким уж легким, как кто-то может себе подумать.

Окончив среднюю школу, будущий актер поступил в Университет, где изучал журналистику и рекламу. Впрочем, когда в нем зародился интерес к актерскому мастерству, юноша бросил университет, собрал вещи и отправился в Голливуд.

Но не сразу на него накнулись продюсеры и режиссеры. Перед тем, как прославиться или хотя бы добиться своей первой роли в кино, Питт зарабатывал себе на жизнь тем, что нарядившись цыпленком, зазывал посетителей в ресторан. Потом развозил жареных кур, загружал холодильники, доставлял на холостяцкие вечеринки стриптизерш. Так продолжалось почти год и, наконец, ему удалось получить свою первую, хотя и очень небольшую, роль в телесериале. Затем опять наступил долгий период неопределенности.

Питт зарабатывал как мог, в том числе в эпизо-

дических ролях на телевидении. Понимая, что ему недостает мастерства, он начал посещать актерскую студию.

Впервые же в кино он снялся в 1989 году в фильме “Гранильный класс”, но так и остался никем не замеченным. И только в 1991 году исполненная им в фильме “Тельма и Луиза” британского режиссера Ридли Скотта небольшая роль вооруженного грабителя-джентльмена дала толчок к бурному развитию его актерской карьеры.

Несколько последующих фильмов вышедшие примерно в то же время — “Джонни Суэд” и “Параллельный мир”, не имели большого успеха у зрителей, однако подарили возможность Питту показать свой актерский талант, дополняющий его привлекательную внешность. В 1993 году актер снимается в двух довольно удачных для него фильмах “Калифорния” и “Настоящая любовь”.

Следующей удачей Брэда Питта было приглашение на главную роль в фильм Эдварда Цвика “Легенды осени”. Оператор картины получил Оскара, а сборы фильма перевалили за 100 млн. долларов.

Высокие ставки

Нельзя бояться ставить перед собой самые смелые и дерзкие цели. Единственный, кто может Вам помешать их достичь или даже не позволить сделать первый, порой самый важный, шаг на пути к ним, это Вы сами.

Понятно, что вокруг все твердят о том, как нелегко пробиться в жизни. Родственники, друзья, знакомые, желая только добра, советуют не летать в облаках и быть реалистом. Но о какой реальности они говорят? Тем более, что у каждого она своя, и представление о ней им когда-то помогли сформировать такие же скептики.

Мадонне, Бреду Питу, Сильвестру Сталлоне тоже советовали спуститься с небес. Только вот делали это те, кто никогда на эти небеса и не поднимался. Иначе они бы не сомневались в том, что в этом мире возможно все.

Жили-были маленькие лягушата, которые организовали соревнования. Их цель была — забраться на вершину башни.

Собралось много зрителей, которые хотели посмотреть на эти соревнования и посмеяться над их участниками. Соревнования начались...

Правда, никто из зрителей не верил, что лягушата вообще смогут достичь вершины.

Слышны были реплики:

“Это слишком сложно!!”

“Они никогда не заберутся на вершину”

“Нет шансов! Башня слишком высокая!”

Маленькие лягушата начали падать один за другим...

...У некоторых открылось второе дыхание, и они продолжали прыгать всё выше...

Но толпа всё равно продолжала кричать “Слишком тяжело!!! Ни один не сможет это сделать!”

Все больше лягушат сходило с дистанции...

В конце концов, остался только один лягушонок, который, приложив все усилия, все же забрался на вершину!

Все были в недоумении — как же ему это удалось?

Оказалось, что победитель был глухой!!!

Позитивная волна

Все знают, что такое перепады настроения. И, возможно, кто-то даже обращал внимание, насколько это отражается на мыслительном процессе. Не важно что послужило причиной грусти, апатии или депрессии. Прибывая в таком состоянии, все, о чем бы вы ни подумали, будет носить мрачный и пессимистичный оттенок.

Но находясь на вершине эмоционального возбуждения, когда радость щекочет душу, приходит чувство, что все ваши начинания увенчаются успехом. И эта подкрепленная всего лишь хорошим настроением вера открывает ту реальность, где нет ничего невозможного.

Увы, неизбежно эти ощущения сменяются иными — менее радужными. В голове одна за другой начинают всплывать мысли о препятствиях, которые могут помешать достичь желаемого.

Такие колебания от крайности к крайности вызывают внутреннее противостояние, где Вы “оптимист” постоянно спорите с собой “пессимистом”, уговаривая последнего, что Вам хватит сил и мужества на преодоление всех преград, отделяющих Вас от мечты или цели. Но что бы Вы ни делали и как не аргументировали свою правоту, “скептик и пессимист” будет непоколебим до тех пор, пока эмоциональный подъем не заглушит его нытье. А во время эмоционального упадка он снова заговорит в полный голос, диктуя свои взгляды на жизнь.

Бороться со своим антиподом глупо и бессмысленно. Это лишь порождает комплекс бессилия. Над чем действительно надо работать, так это над умением как можно быстрее повышать свое настроение. Ведь как только позитивная волна заполняет Ваше сознание, пессимист в Вас умирает сам по себе.

“Чудо”- методы

— Хорошо, — скажете Вы, — силу и важность позитивного настроения я осознал. Но где тот ключ? При помощи какого волшебного метода я смогу быстро и надолго изменять свой негативный настрой на кардинально противоположный?

Отмечу, что на протяжении долгих тысячелетий разбросанные по всему миру мудрецы (и не только) пытались найти ответ на этот авантюрный по своей природе вопрос. Но, не смотря на все их старания и попытки “обмануть” человеческую природу, они всегда сталкивались с тем, что любые качественные перемены в сознании достигаются путем длительной работы над собой.

Конечно, экспериментируя с мозгом, многие нашли “спасение” в одурманивании своего разума наркотическими веществами или алкоголем, причем изменять свое настроение у них получается довольно быстро. Но не стоит путать саморазвитие, которое ведет к душевному равновесию, с временным помутнение рассудка, после чего неизменно наступает “отходняк”. И справляться с депрессия-

ми после этого — задача довольно трудная. Не говоря уже про тот вред, который наркоманы и алкоголики наносят своему организму, укорачивая свой век и постоянно мучаясь от физической ломки.

Исходя из этого, становится ясно, что рассчитывать на “халяву” и на “чудо”-методы, которые могут решить эту проблему не стоит. Но и чрезмерно ее не раздувая, надо просто настроиться на плодотворную работу морального характера.

Привычки

То, какие мы, зависит не только от нашего воспитания, характера и темперамента. Во многом, даже очень во многом, наше поведение и то, как мы реагируем на всевозможные ситуации напрямую связано с привычками, которыми мы обросли за годы своей жизни.

И поверьте, курить сигареты и пить по утрам крепкий кофе — это далеко не самые вредные привычки. Куда более пагубно влияет на жизнь человека привычка просыпаться в дурном настроении,

бурча себе под нос — “когда ж я уже выплусь?!” или “гори эта работа, синим пламенем!”. А у некоторых бывает и вовсе никудышнее начало дня со словами — “Лучше б я здох!”.

Хочется сделать ударение на том, что речь идет о привычках, а не о единичных случаях. А значит, для мозга этот процесс становится таким же естественным, как почистить зубы.

Почему это так важно?

Да просто, от этого зависит вся Ваша жизнь, и что Вы раз за разом в нее притягиваете. Это рутина, которая засасывает как смердящее болото, делая в него угодившего своим обитателем.

Подумайте сами, можно ли надеяться на то, что сегодня удача прибежит к Вам с полным мешком сюрпризов за спиной, если с самого утра Вы “прокляли” этот день?

Вы просыпаетесь с противной гримасой на лице. Идете в ванну и начинаете злиться потому, что из зеркала на Вас смотрит мрачный угрюмый тип, обиженный на весь мир только из-за того, что он не выспался. Под такое настроение в голову лезут самые привычные мысли о том, как Вы “любите” свою работу и с каким нетерпением ждете начала

нового рабочего дня. Затем садитесь завтракать, и еда кажется практически безвкусной. Выходите на улицу, и там тоже все привычно — вялотекущие толпы таких же “не выспавшихся” людей. Вливаясь в этот “радужный” поток, Вы приступаете к обмену энергией с окружающими...

Самоконтроль

Мало у кого получается одним махом искоренить в себе привычку — просыпаться в плохом настроении. И это понятно, ведь выработалась она тоже не сразу. А лучше вообще ее не искоренять, а просто заменить на другую — кардинально противоположную. Ясно, что для этого понадобится усилие воли. Но контролировать себя придется только первое время. Потом бодрое и радостное начало дня будет обычным делом.

Не хочу критиковать методы, которые пропагандируют многие психологи и тренеры “веселой жизни”, относительно того, как стоит начинать свой

день, просто скажу, что в чем-то наши взгляды расходятся.

Например, большой популярностью пользуются аутотренинги и натянутая улыбка. То есть, вышеупомянутые специалисты рекомендуют, первым делом, после того как человек вытряхнул себя из кровати, подойти к зеркалу и мило себе улыбнуться. А так же проговорить несколько раз про себя или громко вслух, что этот день будет супер-замечательным. И надо убедить себя в том, что настроение уже сейчас — классное. При этом не важно, что у него скрипят зубы от того, что этот проклятый будильник мерзко пищит, звенит или пилит; от необходимости продирать глаза и тащить свой зад на работу.

Оговорюсь еще раз (от греха подальше), что наверняка кому-то это помогает, и им удастся таким образом поднять себе настроение. Но из собственной практики, профессиональных наблюдений и многочисленных опросов мне известно, что некоторым людям не очень нравится “скалиться” в зеркало и заниматься самообманом.

Да, реально, улыбка обладает огромной силой и нужно, чтобы она как можно чаще появлялась на

Вашем лице. Улыбка дарит радость. Когда человек улыбается, то он выглядит на много привлекательней. Но только если эта улыбка искренняя и соответствует внутренним ощущениям. В противном случае, она может вызвать даже отвращение.

Улыбка, смех, восторг просто обязаны быть искренними, иначе это ничто иное, как лицемерие.

Говорят, что смех продлевает жизнь. Так это или нет — не могу сказать с полной уверенностью. Но попробуйте засмеяться на ровном месте, если для этого нет никакого повода и при этом испытать все связанные с этим ощущения. Вряд ли такой смех может оказаться полезным.

Тоже самое касается и улыбки. Какая разница, что при помощи лицевых мышц Вы изменили форму губ, если эмоции Вас наполняют совсем не веселые?

“Мантры” из разряда — “я веселый, я довольный, я люблю свою работу”, произносимые в моменты гнева и лютой ненависти, тоже могут подойти не каждому. Но альтернатив много, надо только найти что-то свое.

Я же предлагаю начать с осознания. Утром по

ПРИВЫЧКЕ Вы просыпаетесь в паршивом настроении. Скверные мысли принимаются наполнять разум, напоминая о будничных проблемах и предстоящей нескончаемой борьбе с ними. Желание залезть с головой под одеяло и еще хоть немного отсрочить возвращение к тягостной реальности начинает вызывать раздражительность потому, что Вы не можете себе этого позволить. И под воздействием Ваших отрицательных эмоций этот ком недовольства только растет.

Бежать к зеркалу и заставлять себя улыбаться — лично я не советую. По крайней мере, не в таком расположении духа. Просто может так случиться, что после того, как Вы увидите на своем кислом лице идиотскую натянутую улыбку, настроение совсем испортится, и появится желание плюнуть в свое отражение.

Когда Вы просыпаетесь и чувствуете, что очередной день начинается как обычно — с подавленности и недовольства, надо, как минимум, не заострять на этом внимание. То есть не придавать значимости самому факту, что у Вас опять плохое настроение с самого утра.

Принудительное убеждение себя в том, что Вам

не хреново, а просто так кажется, имеет два недостатка. Первый, Вы таким образом концентрируете свое внимание на проблеме, поощряя развитие мыслей на этот счет. И второй, как ни крути — это самообман.

Осознание же того, что начало дня и то, как радужно Вы его поприветствуете, мега важно лично для Вас и, особенно для построения счастливой удачной жизни, может помочь сбить эту первую волну удрученности. Стремление к улучшению своих дел во всех сферах должно стать стимулом для того, чтобы не позволять себе падать духом и поощрять саморазрушение.

Подойдите к этому как к бизнесу. Представьте, что жизнь — это Ваш инвестор, с которым Вы постоянно ведете переговоры.

И теперь задумайтесь, вложит ли инвестор в Ваш проект свои деньги, если Вы перейдете к нему с унылым видом и начнете мямлить о том, как все плохо? Конечно же, нет!

Так вот, каждый раз просыпаясь утром, помните о том, что жизнь всегда готова “вливать капитал” в Вашу судьбу. Но только если увидит в Вас того решительного инициативного предпринимателя, ко-

Возбуди свою удачу

торый не будет постоянно бегать к директору (жизни) с проблемами, на которые просто привык жаловаться.

На первом этапе, не пытайтесь обольстить спонсора своей улыбкой — это может у Вас не получиться. Не разрешайте себе себя же жалеть и зарываться с головой в свои мелкие проблемы, значимость которых Вы сами раздули в своем сознании.

Правильная реальность

Довольно часто наш ум извращает реальность. Не в том плане, что перед окном растет белая береза, а нам чудится, будто это гигантский фиолетовый фикус. Это уже галлюцинации, и случаются они в результате психического расстройства или после приема галлюциногенных препаратов. Речь идет о моральном отношении к событиям, ситуациям, обстоятельствам. Хотя, под гнетом якобы нескончаемых проблем и неурядиц, краски жизни заметно тускнеют. И приключаются если не галлюцинации, то частичная слепота, когда перегруженный печальными мыслями человек перестает замечать многое, что призвано и должно радовать глаз.

Уйма людей, у которых есть семья и дети, тратят

Возбуди свою удачу

свою жизнь на то, что переживают из-за материальных трудностей или не сложившейся карьеры. А тот факт, что у них подрастают или уже выросли прекрасные дети, почему-то остается без внимания и особо не радует их.

А если бы сложилось так, что они не могли бы иметь детей? Они наверняка сделали бы это самой глобальной катастрофой в своей жизни. И все остальное: деньги, карьера и так далее, отошло бы на второй план.

Человек — существо странное, он уделяет максимум внимания тому, что его не устраивает, и минимум тому, что уже устроилось и должно бы приносить удовлетворение. Выходит, что это своего рода алчность. Люди чего-то сильно хотят, болеют этим. Страдают, что этого у них еще нет. Но получив долгожданную “штуку”, не успев ей порадоваться, практически сразу переключаются на другой объект вожделения. И нужда эта не знает предела. В соответствии с этим складывается “извращенная” реальность, обернувшаяся в вечное “хочу”.

Как-то один мудрец, стоя перед своими учениками, сделал следующее. Он взял большой стеклян-

ный сосуд и наполнил его до краев большими камнями. Прodelав это, он спросил учеников, полон ли сосуд. Все подтвердили, что полон.

Тогда мудрец взял коробку с мелкими камушками, высыпал ее в сосуд и несколько раз легонько встряхнул его. Камушки раскатились в промежутки между большими камнями и заполнили их. После этого он снова спросил учеников, полон ли сосуд теперь. Они снова подтвердили факт — полон.

И, наконец, мудрец взял со стола коробку с песком и высыпал его в сосуд. Песок, конечно же, заполнил последние промежутки в сосуде.

Теперь, — обратился мудрец к ученикам, — я хотел бы, чтобы вы смогли распознать в этом сосуде свою жизнь! Крупные камни олицетворяют важные вещи в жизни: ваша семья, ваш любимый человек, ваше здоровье, ваши дети — те вещи, которые, даже не будь всего остального, все еще смогут наполнить вашу жизнь. Мелкие камушки представляют менее важные вещи, такие как, например, ваша работа, ваша квартира, ваш дом или ваша машина. Песок символизирует жизненные мелочи, повседневную суету. Если же вы наполните ваш сосуд вначале песоком, то уже не останется места для более крупных камней.

Возбуди свою удачу

Также и в жизни — если вы всю вашу энергию израсходуете на мелкие вещи, то для больших вещей уже ничего не останется. Поэтому обращайтесь прежде всего на важные вещи — находите время для ваших детей и любимых, следите за своим здоровьем. У вас останется еще достаточно времени для работы, для дома, для празднований и всего остального. Следите за вашими большими камнями — только они имеют цену, все остальное — лишь песок.

Обнадеживает то, что эта губительная реальность продолжает существовать только до тех пор, пока Вы ее подпитываете своей энергией. А именно, думаете и говорите о жизни в отрицательном ракурсе. И для того чтобы от этого избавиться, надо поменять все тот же действенный метод самоконтроля. Следите за тем, какие мысли преимущественно крутятся в Вашей голове. Приложите усилия, чтобы переключится на что-то более позитивное, если заметили, что увлеклись самоистязанием, обдумывая до тошноты свои проблемы. Помните, это всего лишь привычка. И, в конце концов, она поселилась в ВАШЕЙ голове. А раз голова ВАША, то Вы, как хозяин, сами должны решать, каким мыслям позволить в ней прописаться.

Три сита

С привычкой “обсасывать” свои беды немно-го сложнее, так как она является общественно мас-совым заболеванием. Куда бы Вы ни пошли, всюду слышны причитания, как тяжело жить, какие вла-сти нехорошие, какая зарплата маленькая, какое здоровье слабое... И Вы непроизвольно подхваты-ваете эту волну, увлекаясь подобными разговорами. А бывает еще, что Вы как бы и не разделяете пози-цию того или иного “нытика”, но из чувства так-та поддерживаете с ним разговор, откровенно пор-тя этим себе “карму”.

Это очень похоже на проблему с никотиновой зависимостью. Кто-то вдруг решает бросить ку-рить. Выкидывает все свои сигареты. Твердо гово-рит “Нет никотину”. Но видя как вокруг все курят, задача значительно усложняется. А на ближайшей же “попойке”, когда кто-нибудь любезно протяги-вает ему сигарету, он, махнув рукой, возвращается к старой привычке.

Игнорируйте “курильщиков” вокруг себя. Не принимайте от них “сигареты”. Помните о том, что “никотин”, который они тоннами извергают, не несет с собой ничего хорошего, кроме как — “рак легких”.

При этом, конечно же, и сами откажитесь от таких разговоров, которые формируют тяжелую беспросветную реальность. Начните больше говорить о том, что приносит Вам удовольствие. Пусть одним из Ваших увлечений станет обсуждение какой-нибудь своей мечты. Но естественно не в жанре “я — законченный неудачник, и мои нереализованные мечты еще один повод для бессонницы”. Говорите и думайте о них, как о совершенно реальной цели, которая непременно будет достигнута. А то, как скоро она воплотится в жизнь, напрямую зависит от того, как быстро Вы избавитесь от вышеперечисленных привычек и создадите свою новую реальность, в которой не будет места для брюзжания, нытья и скверных мыслей.

*Один человек пришел к Сократу и спросил:
— А знаешь, что мне сказал о тебе твой друг?*

— Подожди, — остановил его Сократ, — Просей сначала то, что собираешься сказать, через три сита.

— Три сита?

— Прежде чем что-нибудь говорить, нужно трижды просеять это. Во-первых, через сито правды. Ты уверен, что то, что ты скажешь, правда?

— Нет. Просто я слышал...

— Очень хорошо. Значит, ты не знаешь, правда это или нет. Тогда просеем через второе сито — сито доброты. Ты хочешь сказать о моем друге что-то хорошее?

— Нет! Напротив!

— Значит, — продолжал Сократ, — ты собираешься сказать о нем что-то плохое, но даже не уверен, что это правда. Попробуем третье сито — сито пользы. Так ли уж необходимо мне услышать то, что ты хочешь рассказать?

— Нет, в этом нет необходимости.

— Итак, — заключил Сократ, — в том, что ты хочешь сказать, нет ни доброты, ни пользы, ни необходимости. Зачем тогда говорить?

***Не относитесь
к жизни так серьезно***

“Весь мир — театр, а люди в нем — актеры”. Знаменитая и затертая до дыр фраза, которая отображает суть человеческого бытия.

Сколько бы жути не нагоняли духовные, политические и прочие лидеры, ведущие за собой массы, придавая своему движению невероятную значимость (высшая цель, светлое будущее и так далее), жизнь все равно остается всего лишь коротким актом, по окончании которого опустится занавес. А когда это случается, и бушующие мгновением раньше действия растворяются в безмятежной тиши опустевшего театра, то для каждого отдельно взятого актера, оставшаяся позади суэта теряет важность.

Не стоит переусердствовать в исполнении своей роли, тем более что сценарий для своего персонажа всегда можно переписать на свой лад.

Приоритеты

Успех без удачи не мыслим. Но как уже было сказано, успех в какой-то одной сфере не принесет полного удовлетворения человеку, испытывающему ощутимый пробел в других направлениях жизни.

Удача должна сопутствовать во всем. И это возможно. Надо только правильно расставлять приоритеты. Желание быть богатым не должно ставить в ущербное положение личную жизнь. Но и обретение любви не следует делать оправданием тому, что Вы “живете в шалаше”. Еще раз отмечу, что можно быть успешным и в богатстве, и в любви, и во всем том, что именно для Вас имеет значение.

Удачав в любви

Невозможно переоценить значимость взаимной искренней любви в жизни человека. Причем не важно, какой у него цвет кожи, религиозные убеждения, уровень обеспеченности и так далее.

Только те, кто переживали неудачи в любовных отношениях, могут утверждать - что любовь это иллюзия, что стремиться стоит к материальному достатку, власти, славе и признанию. А поиск счастья в слиянии двух сердец — это всего лишь наивное заблуждение. И когда временное затмение разума, которое привыкли именовать любовью проходит, что случается неизбежно, остается горестный осадок, теребящий обманутую душу.

Но даже такие скептики никогда не оставят на-

дежду встретить свою вторую половинку. Каждый человек так устроен, что без своего спутника он не может чувствовать себя по-настоящему счастливым.

История знает множество примеров, когда люди имели славу, власть, несметные богатства, но при этом были несчастны. Они-то знали цену настоящей любви и как никто другой понимали, что ее нельзя купить ни за какие сокровища мира.

Удача в любви, так же как и в других сферах жизни, не является только избранным или тем, кто по каким-то определенным критериям ее достоин.

Глубоко ошибается тот, кто думает, будто успех в любовных отношениях зависит от привлекательной внешности. И что если кто-то не дотягивает до условного эталона красоты, то он обречен быть несчастным, вечно страдая от неразделенной любви, или что на него и вовсе не обращает внимания объект его тайного обожания.

В любом деле, и тем более в любви, важную роль играет то, как человек себя позиционирует. Если он считает, что из-за своих внешних параметров, интеллектуальных способностей или по любой другой причине не сможет добиться взаимности у девушки (парня) своей мечты, то и мечтать о ней (о нем) бессмысленно.

Правда в том, что огромное количество людей относятся к себе сверх критично. Неуверенность в себе лишает их того шарма, который мог бы как магнит притягивать толпы поклонников.

Наша индивидуальность — это самое ценное, что у нас есть. Глобальная ошибка заключена в желании подражать кому-либо. Да, мы можем видеть в поведении, характере или внешности другого человека привлекательные для себя черты, но это вовсе не означает, что нам стоит менять имидж, делать пластические операции и прочее, лишь бы походить на своего “кумира”.

Абсолютно нормально и даже хорошо, что мы обращаем внимание и восхищаемся индивидуальностью другого человека. Но важно помнить, что кто-то с таким же восторгом смотрит на нас.

Никогда не завидуйте другим, и ни с кем себя не сравнивайте. В первую очередь Вы сами для себя должны быть главным героем в жизни.

Любовь приходит к тем, кто гордится собой таким, какой он есть, со всеми своими достоинствами, и не раздувает комплексов из своих недостатков.

Вообще, самое скверное, что может пагубно вли-

ять на самооценку, от которой, как мы выяснили, и зависит удача в личной жизни, это комплексы. Они как назойливые паразиты, приняв облик тошнотворных мыслей, наполняют сознание. А вслед за тем обязательно и без исключений зарождается страх. Индивид, заикленный на своих якобы недостатках, боится не соответствовать требованиям своей потенциальной второй половины.

Надо твердо знать, что где-то есть тот самый человек, который будет любить Вас. Именно Вас, а не того выдуманного персонажа, на которого возможно Вы хотели бы быть похожим.

Нет ни одного человека, который бы нравился абсолютно всем. Всегда найдутся те, кому он будет неприятен и даже противен. И при этом не важно, что где-то кто-то считает его гением и секс символом.

И так же нет таких “бедолаг”, которых бы занесли в энциклопедию, как ни для кого непривлекательных и всеми ненавистных.

Ожидания

Очередная причина, по которой любовь не заходит в распахнутые, специально для нее двери, заключена в том, что она просто не в состоянии удовлетворить ожидания страстно ее жаждущего человека. Она бы и рада придти и озарить его жизнь светлым и нежным чувством, но боится, что запросы у такого “романтика” настолько высоки, что ставят под сомнения существования любви в принципе.

Например, девушка из какой-нибудь провинции (а в прочем не обязательно) очень хочет любить и быть любимой. Но представляя своего принца, неотъемлемым атрибутом любви для нее также является: шикарная машина, не менее шикарная квартира, желательно в пределах Садового кольца, куча денег и обязательно дорогой коктейль с трубочкой, который ей приносит молоденький официант на одном из пляжей Майями.

А теперь скажите, какое отношение все это имеет к истинной любви?!

Ужасно, но именно так представляется любовь

девушкам новой волны “Хочу быть женой олигарха?” и “С милым рай в шалаше, если милый на Порше”.

Ясное дело, что тем кому “посчастливилось” испытать на себе все прелести такой любви уже поняли, насколько они ошибались. “Но любви от этого не легче”.

Парни в этом плане тоже не сильно отстают и, рисуя в своем воображении свою любимую, не забывают привить ей вполне конкретные “достоинства”, а именно: покорность, хозяйственность, неимоверную любовь к квартирному заточению и все в таком духе. Только вот парадокс. Когда они пытаются “слепить” из своей девушки, невесты или супруги прислужницу-домохозяйку и хуже того, если у них это получается, то в скором времени обнаруживают, что были когда-то влюблены совершенно в другую “даму”. И погрузив немного о том, что любовь куда-то ушла, отправляются искать ее на стороне.

Конечно же, эти эгоцентричные, с гипертрофированным чувством собственности “музчины” никогда не признают себя виноватыми в том, что сами растоптали свою любовь. Они найдут уйму оправ-

даний для себя и гору обвинений для “сожительницы” в стоптанных тапочках. Но только ума им не хватает понять, что любовь и настоящее счастье никуда не уходили и до сих пор рядом. И вместо того чтобы рыскать в поисках новых ощущений лучше бы они пестовали свою преданную королеву, которую так беспардонно превратили в Золушку.

И это только два коротких примера того каким образом люди обрекают себя на жизнь без любви. Вариантов на самом деле еще немыслимое множество. Но суть остается неизменной. Любовь не порочна, а беда только в том, что вышеупомянутые проститутки и эгоисты из-за своей алчности и наполеоновских комплексов все время стремятся ее осквернить и поставить под сомнение.

Шанс

Удача в отдельном случае — это еще не успех всей жизни. Как правило, выгодно сложившиеся обстоятельства дают шанс, использовать который решается далеко не каждый.

Если человеку катастрофически не везет, то это совсем не означает, что обстоятельства в его жизни постоянно выстраиваются неблагоприятным для него образом. Чаще всего из-за постоянных сомнений, основанных на страхе потерпеть крах в любви, бизнесе или в любом другом деле, трудно увидеть путь, который ведет к удаче во всем этом.

Упустить свой шанс быть счастливым очень легко. И относительно любви такие упущения допускаются чаще всего. Случается это потому, что люди умудряются пренебрегать внутренними ощущениями и стараются с позиции разума рассматривать это поистине великое чувство.

Так, например, молодой парень, сердце которого пронзила стрела Амура, может отнестись к истинной любви как к чему-то несвоевременному. Его душа будет рваться к возлюбленной. Вокруг ее образа мысли устроят непрерывный танец. Но вопреки всему он начнет себя уговаривать: “Еще не время. Вот встану на ноги, реализуюсь в жизни, заработаю денег... вот тогда и создам семью. А сейчас еще рано. Да и откуда мне знать, настоящая это любовь или так, влюбленность?”.

Потом проходят годы. И вот у него есть деньги, на которые он сможет содержать не одну семью, а сразу десять. Пускай даже он добился какого-то положения в обществе. Но вот беда, к нему приходит понимание, что все эти годы ему не хватало именно ее. Той самой девчонки, которую любил до безумия, а если быть до конца откровенным с собой, то любит до сих пор. У него было много женщин, и он стал замечать, что каждую сравнивает с ней. Теперь он знает — это была настоящая любовь. Но шанс упущен. Она не смогла ждать его вечно и, боясь остаться старой девой, вышла замуж за другого. И он женился на самой подходящей кандидате в хранительницы семейного очага. Только, увы, к любви это уже не имеет никакого отношения.

Или девушка, полюбившая славного рыцаря, который готов был ради нее горы свернуть. Послушала своих завистливых подружек, твердящих наперебой: “Он не надежный. Да ты посмотри на него. Это же бабник высшей гильдии. Свяжи с таким жизнь и потом будешь слезы лить крокоди-

льи.” И вышла за другого, более «надежного», и совсем не рыцаря. Подружки, мамы, бабушки, конечно, в этот раз одобрили выбор. Но вот слезы по ночам в подушку лила она в последствии ох и горькие, сожалея о том, насколько могла бы быть счастливой с тем единственным, которого потеряла по своей же глупости.

Люди, которые из-за своих страхов и сомнений не взяли Любовь на свой корабль утешают себя фразами: “Мне просто не повезло повстречать того самого...”. Но удача в любви приходила к ним. Кто ж виноват, что они захлопнули дверь перед самым ее носом. А ведь на ноги вставать, можно держась крепко за руки. И надежность мужа определяется не со слов сомнительных подруг.

Когда два любящих друг друга человека не создают вымышленные препятствия в своих отношениях, им открывается вселенная, в которой любые проявления внешнего мира всего лишь антураж к их счастливой жизни.

Их было двое — Он и Она. Они где-то нашли друг друга и жили теперь одной жизнью, где-то смешной,

Возбуди свою удачу

где-то соленой, в общем, самой обыкновенной жизнью двух самых обыкновенных счастливых.

Они были счастливыми потому, что были вдвоем, а это гораздо лучше, чем быть по одному.

Он носил Ее на руках, зажигал на небе звезды по ночам, строил дом, чтобы Ей было, где жить. И все говорили: «Еще бы, как его не любить, ведь он идеал! С таким легко быть счастливой!» А они слушали всех и улыбались и не говорили никому, что идеалом Его сделала Она: Он не мог быть другим, ведь был рядом с Ней. Это было их маленькой тайной.

Она ждала Его, встречала и провожала, согревала их дом, чтобы Ему там было тепло и уютно. И все говорили: «Еще бы! Как ее не носить на руках, ведь она создана для семьи. Немудрено, что он такой счастливый!» А они только смеялись и не говорили никому, что Она создана для семьи только с Ним и только Ему может быть хорошо в Ее доме. Это был их маленький секрет.

Он шел, спотыкался, падал, разочаровывался и уставал. И все говорили: «Зачем он ей, такой побитый и измученный, ведь вокруг столько сильных и уверенных». Но никто не знал, что сильнее Его нет никого на свете, ведь они были вместе, а значит, и сильнее

всех. Это было Ее тайной.

И Она перевязывала Ему раны, не спала по ночам, грустила и плакала. И все говорили: «Что он в ней нашел, ведь у нее морщинки и синяки под глазами. Ведь что ему стоит выбрать молодую и красивую?» Но никто не знал, что Она была самой красивой в мире. Разве может кто-то сравниться по красоте с той, которую любят? Но это было Его тайной.

Они всё жили, любили и были счастливыми. И все недоумевали: «Как можно не надоесть друг другу за такой срок? Неужели не хочется чего-нибудь нового?» А они так ничего и не сказали. Просто их было всего лишь двое, а всех было много, но все были по одному, ведь иначе ни о чем бы не спрашивали.

Это не было их тайной, это было то, чего не объяснишь, да и не надо!

Наслаждение

Задайте себе вопрос: “Как конкретно я себе представляю любовь? Чего я жду от нее?” И если,

давая ответ, Вы заметите, что увлеклись деталями, предавая высокому чувству объективно низкие качества, остановитесь и осознайте, что любовь находится за пределами примитивного мыслительного процесса. И любые попытки ее планирования уже ошибка.

Наслаждаться взаимной любовью могут только те, кто не ищет выгоды в том, что уже само по себе является бесценным даром.

Чувствовать энергию и тепло человека, за которого не задумываясь готов отдать свою жизнь, иметь возможность засыпать и просыпаться с ним рядом, это ли ни счастье? Вместе радоваться победам и разделять невзгоды, завидовать самому себе, что нашел свое самое большое сокровище в своей жизни. Разве можно это променять на что-либо?

И нет таких людей, у которых на роду было бы написано “Не суждено полюбить и быть любимым”. Не стоит надеяться и верить в то, что найдете свою любовь. Надо твердо ЗНАТЬ это. Даже маломальские сомнения и страх, что этого не произойдет, служат поводом для того, чтобы удача, ведущая к Вам на роковую встречу возлюбленного (возлюбленную), отменила свидание.

Оскар Рай _____

Это относится не только к любви, но и ко всему тому, что делает Вашу жизнь счастливой и успешной.

Послесловие

*П*одводя условный итог, хотелось бы дать совет, поменьше увлекаться мистификацией событий, происходящих в Вашей жизни. Закон притяжения, сплетения судеб, стечения обстоятельств и тому подобное, имеют вокруг себя ауру волшебства только потому, что человек еще “не догоняет”, как это работает.

Задумайтесь, смогли бы Вы объяснить неандертальцу, жившему много веков назад что такое мобильный телефон? А если б Вы показали ему это “чудо”?

Но тем не менее, не зависимо от того поверили бы наши предки из каменного века в то, что передача информации посредством радиоволн — это не

происки дьявола, а просто результат научно технического прогресса, или нет, нам не мешает пользоваться мобильниками.

Для того чтобы “возбудить” удачу и начать “закачивать” в свою жизнь мелодии успеха, просто “загрузите” в свое сознание безоговорочную веру в то, что для Вас нет ничего невозможного. Если Вы будете держать нужный настрой и предпринимать разумные действия, то вся огромная Вселенная со своим множеством тайн и неизведанных законов будет радовать Вас удачными стечениями обстоятельств, сплетая Вашу судьбу с нужными людьми и посылать Вам еще больше полезной информации.

Оцените свое нынешнее положение. Обратите внимание на то, чего Вы уже достигли. Не относитесь к себе предвзято и не умоляйте своих заслуг. Поверьте, в Вашей жизни есть много того, чем Вы можете гордиться. Просто пелена повседневности мешает Вам это видеть.

Но и не пренебрегайте тем, чего Вам недостает для того, чтобы чувствовать себя целостным и состоявшимся. Не бойтесь своих адекватных желаний.

Ясно, что степень адекватности каждый определяет для себя сам. Но думаю вменяемый, а именно психически уравновешенный и здравомыслящий человек увидит разницу между желанием быть знаменитым и стремлением к тому, чтобы ему поклонялись.

Сделайте сегодняшний день отправной точкой для глобальных изменений в своей жизни. Имеется в виду не резкий перелом всех своих устоев и привычек, а четкое определение целей и активные действия для их реализации.

Если Ваша душа утомилась от бесплодных отношений, и Вы чувствуете, что увядаете без истинной любви, то не дожидайтесь, пока это выльется в депрессию или психоз. Используйте полученные знания и сами создайте будущее, в котором такой проблемы не будет.

Не относитесь с предубеждением и к достижению богатства. Когда человек поднимается на определенную ступень в материальном плане, он убеждается в том, что деньги даются не так сложно как ему казалось. Главное преодолеть моральный барьер, который не позволяет вырваться из “закол-

дованного” круга вечной нужды. На примерах знаменитых олигархов мы убедились, что разбогатеть может каждый, кто ведает знанием и решается на конкретные действия, которые неминуемым образом принесут результат.

КНИГА 3.

ПОЛУЧИ СВОИ ДЕНЬГИ

3 закона достижения богатства

Предисловие

Деньги наделены огромной властью. Они дают человеку свободу. Но довольно часто, по причине неразумного к ним отношения, людям приходится платить за нее слишком высокую цену.

Разбогатеть может каждый. Причем разбогатеть в самом масштабном смысле этого слова. Надо всего лишь знать определенные законы и несложные механизмы, которые позволят стать весьма и весьма состоятельным. Но вопрос в другом — как при этом не позволить, чтобы деньги поработили того, кто так стремился подчинить их себе?

В наше время, особенно в наше время, когда средства массовой информации наизнанку выворачивают действительность и превращают наше со-

знание в бездонную яму для бесконечных желаний, трудно понять что на самом деле являет собой богатство. Настоящее богатство.

Мы все хотим жить в достатке. Но что это такое? И наступает ли момент, когда достаточно?

Деньги сами по себе нейтральны. Деньги — это средство, орудие в руках человека. И только от него зависит, будут они служить во благо или же принесут разрушение. В первую очередь для него лично.

В этой книге заключены знания, благодаря которым Вы сможете получить столько денег, сколько Вам необходимо. Вы будете использовать их могущество и оставаться при этом хозяином своей жизни.

Новый взгляд

Богатство

Вопрос о богатстве можно рассматривать с двух позиций. С одной стороны, наличие больших сумм денег, квартиры, машины, дома, яхты и тому подобное — это предел мечтаний любого индивида, и в этом заключается счастье. С другой, материальные блага, не зависимо от их размера — это всего лишь одна из составляющих богатства, которое в то же время немыслимо без самореализации, любви, здоровья, душевного равновесия.

В сознании большинства людей прочно закрепился стереотип, что богатый человек тот, кто име-

ет много денег и владеет красивыми дорогими вещами. Но как бы данное убеждение не выдавало себя за априори, истины в этом не больше, чем в вере наших предков в то, что земля плоская и держится на четырех слонах.

В последнее время большой популярностью пользуется мнение, что не в деньгах счастье, а в их количестве. И те, кто придерживается такого мнения, уверены, что для реализации всех своих желаний им не хватает миллиона долларов. Но только вот неувязка — желаний у простого среднестатистического человека столько, что никаких миллионов и миллиардов не хватит, чтобы их удовлетворить. И вместе с тем, как увеличивается его бюджет, стремительно вырастают и потребности. Проще говоря, человеческая алчность сводит на нет эту «народную мудрость» — «не в деньгах счастье, а в их количестве».

Суть истинного богатства заключается в идеальном сочетании материальной обеспеченности и внутренней удовлетворенности. А это возможно лишь при здоровом отношении и к мирским благам, и к духовным ценностям. Жертвуя одним ради другого, человек совершает фатальную ошибку. Глупо

надеяться на то, что деньги помогут обрести благополучие и счастье. И не менее бессмысленно совершенствовать душу, когда тело страдает от голода.

Иметь предметы роскоши — это не порок. Сытно есть, мягко спать, красиво одеваться — это хорошо. Где, как не здесь и не сейчас наслаждаться жизнью? Тем более что она относительно коротка, и существование загробного мира под большим вопросом.

Но раз уж речь идет о наслаждении, то следует учитывать все аспекты. Можно ли сказать, что человек получает удовольствие от жизни, если он состоятелен, позволяет себе в любое время слетать в Париж или любой другой город, только для того, чтобы посетить ресторан и отведать изысканных деликатесов. Селиться в самых роскошных апартаментах, где для него подготовлено шикарное ложе размером с аэродром. Но при этом ужинает он в одиночестве и спать ложится в холодную постель, страдая от того, что так и не встретил свою любовь, которая делила бы с ним радости и печали, наполняла их дом теплом и придавала смысл его достижениям.

За деньги можно купить супернавороченную кровать любых размеров и жесткости. Современ-

ные технологии позволяют нафаршировать ее различными функциями. Она может быть с подогревом, вибромассажем, может спеть колыбельную на ночь. Да что угодно, вплоть до интимных услуг, все чтобы ублажить тело. Но вот с душевными терзаниями эта ультрамодная постелька помочь никак не сможет. Настоящую любовь к ней не приложишь. Здесь сколько денег не имей — любовь не продается.

Не мудрено предвидеть реакцию некоторых, в основном молодых людей, которые после этих строк захлебнутся в возмущении, не соглашаясь с данным утверждением — любовь не продается!

— Да за деньги можно все купить! — скажут они, — мне бы пару лимонов баксов, у меня б тогда целый ассортимент из этой любви выстроился. Хочешь эту любви, хочешь ту. А как бы они меня тогда любили...!

В спорах еще никогда не рождалась истина. Из-за споров развязывались войны, зарождались обиды, но только не истина. Поэтому с пеной у рта доказывать свою правоту никому не рекомендую. Каждый имеет право на свое мнение. Но для того чтобы подтолкнуть несогласных с очевидным на раздумья, можно задать наводящие вопросы:

— Почему Вы так уверены в том, что за деньги можно все купить, и даже любовь, если у Вас этих денег никогда не было, а соответственно и такого опыта как приобретение любви за наличный или безналичный расчет? И ложились ли вы когда-нибудь в постель с проституткой? Если да, то должны знать, что купить можно секс, но никак не искренние чувства.

Подходя к вопросу о достижении богатства, следует четко разделять слепое поклонение безжизненным бумажкам только из-за того, что обладание ими якобы сулит все блага мира, и желание иметь все составляющие счастливой жизни, в перечень которых входят и деньги.

Для того чтобы материальная состоятельность доставляла радость, недостаточно просто зарабатывать много денег. Прежде всего, надо знать каким конкретным целям они должны служить.

Увы, многие люди, которые находятся в затруднительном финансовом положении, весьма примитивны в своих желаниях. Как правило, они мыслят стандартно:

— Вот будет у меня много денег, я сразу куплю квартиру или большой дом, сделаю там дорогой

ремонт. Возьму машину, о которой давно мечтал. Слетаю отдохнуть в Египет или в Таиланд. Оденусь модно, наемся вкусно.

И на этом часто конкретность заканчивается. Все остальное — кольцо с бриллиантом в пять карат, шуба из шкурок редкого вида хомячков, собственный остров посреди Тихого океана и тому подобное, становятся жизненно необходимыми позже, когда выясняется, что дома и машины уже не приносят особой радости.

Парадокс в том, что люди, которые никогда не имели больших денег, полагают, что обрета их, станут счастливыми. А те, кто уже заработали свои миллионы, на собственном опыте убедились — какое это нелепое заблуждение.

Жажда денег часто делает людей слепыми по отношению к другим, не менее важным, ценностям. Некоторые жертвуют ради них всей своей жизнью, занимаясь тем, что им не нравится или даже угнетает. Конечно, они этому находят оправдание: святая цель — разбогатеть. Обещают себе, что как только заработают энную сумму, так сразу начнут жить. Ну а пока...

Абсурд! Не может быть более высокой цели, чем

стремление быть счастливым здесь и сейчас. Причем это вполне совместимо с материальным достатком и роскошью. Уже сегодня, откинув предрассудки можно начать идти по тому пути, который приведет к истинному богатству.

Деньги

Изначально, в древнем обществе практиковался бартер. Но при отсутствии универсального товара обмен становился затруднительным. И для более удобного совершения сделок купли-продажи наши далекие предки стали использовать «первобытные деньги». Это были разные товары, имеющие постоянную ценность и распространенность в разных уголках планеты. Позже, по мере развития цивилизации, денежное обращение подверглось социальному конструированию, и в результате мы имеем наши современные деньги.

Очевидно, что деньги, как вид материи не имеют особой ценности. Они созданы для удобства, и только возможность обменивать их на необходимые

для жизни и комфорта вещи наделяет эти бумажки и монетки значимостью.

А если такой возможности нет?...

Представим ситуацию. Летит какой-нибудь миллионер на своем личном самолете, скажем, из Европы в Америку. При нем чемодан, набитый бумажными деньгами, эквивалент которых равен двум миллионам евро. И вдруг, где-то посреди Атлантического океана у самолета отказывает один из двигателей и машина падает в воду.

Чудом уцелевший экипаж и их единственный пассажир, крепко вцепившийся в свой кейс, к огромному счастью, обнаруживают, что рухнули не далеко от какого-то острова. Но выбравшись на сушу и сориентировавшись на местности, выясняют, что островок этот крохотный и совершенно необитаемый. На карте его местонахождение вряд ли указано и вероятность того, что их найдут, ничтожно мала.

Тут-то и открывается истинная ценность нарезанных определенной формы листов бумаги. Очень хочется выжить. Но для этого, как минимум, необходимо добыть пищу и укрыться от возможных неблагоприятных природных явлений. Учитывая сло-

жившиеся обстоятельства, деньги, которые имеет при себе «богатый» человек, в этом ему не помогут. Правда, с их помощью можно разжечь костер. В данных условиях большей пользы извлечь из них не получится.

Конечно, если бы они рухнули где-нибудь возле Майями, то такому потерпевшему были бы рады местные отели, рестораны и прочие средства выживания. Но в этом-то и суть — деньги имеют вес только там, где люди условились использовать их как единицу расчета за товары и услуги.

Кто-то скажет:

— Какое отношение это может иметь ко мне? Я живу в цивилизованном обществе, где, слава богу, есть такая договоренность — менять денежные знаки на все, что душа пожелает. Были бы деньги, а потратить я их смогу.

И как раз в таком убеждение кроется серьезный подвох. Слепая тяга к самим деньгам, а не к тому, что можно на них приобрести, порабощает человека, и он полностью концентрируется на их накоплении. Многие люди тратят всю свою жизнь на то, чтобы заработать как можно больше денег, а вот до приобретения всего, что им хотелось, некоторые не

доживают.

Порой случаются широкомасштабные грабежи, которые проводят некоторые финансовые структуры по отношению к своим клиентам или правительства по отношению к народу.

Взять хотя бы самый яркий пример, когда на территории постсоветского пространства миллионы людей, которые кровью и потом зарабатывали свои деньги, остались без гроша после распада Советского Союза.

Это были как бы состоятельные люди, имеющие на своих счетах хорошие деньги. Но находясь под гнетом существовавшего тогда государственного строя, даже до того, как их «кинули», они не могли себе позволить жить на широкую ногу.

Учитывая вышесказанное, напрашивается вопрос — можно ли считать человека богатым, если у него потенциально (на счету в банке, в комоде, под матрасом) есть много денег, но потратить он их не может?

Ответ очевиден...

К деньгам нельзя относиться с фанатизмом. Их надо рассматривать, как вспомогательное орудие, при помощи которого достигается цель.

Имея только один топор, печь не растопишь. Но с его помощью можно нарубить дров, которые и будут поддерживать огонь.

Желание быть богатым должно сопровождаться пониманием того, что деньги не могут являться самоцелью. В противном случае Вы станете работать на них, в то время как они должны служить Вам.

Конечно, пересмотреть свои взгляды на то, что на протяжении долгих лет считалось практически неоспоримым, довольно трудно. Тем более что из всех дыр — страниц, динамиков, экранов, нескончаемым потоком льется информация о владении денег над всем сущим. Здесь не мудрено увлечься идеей, будто от них все и зависит.

«Ситуация на финансовом рынке значительно усложнилась из-за резкого падения цены на нефть,» — с серьезным выражением лица произносит ведущая вечерних новостей заранее выученный текст. И толпы людей, загипнотизированные голубым экраном, впадают в панику, проникаясь проблемами мировой экономики.

А на утро еще, не дай бог, кто-то прочитает ста-

тью из популярной газеты «ПОЛНАЯ ПРАВДА!», в которой черным по белому в угрожающем стиле написано: «Глобальное потепление, вызванное наглым подорожанием доллара, может привести к концу света. Ледники просто тают от всего этого, и если на борьбу с ними мировая общественность срочно не выделит сто миллиардов тех же подорожавших долларов, то земля захлебнется».

Затем ди-джей на радио. Такой же, как и его коллеги из СМИ — большой специалист по скачиванию горячих и главное «достоверных» новостей из сети интернет: «Правительство США ведет переговоры с террористами, захватившими завод по производству американских долларов. Как сообщает, горячо всеми любимый и всезнающий, ИТАР-ТАСС: группа неизвестных из Афганистана потребовала миллион долларов, самолет с заправленным баком так, чтобы аккуратно хватило до Мексики, и пять обедов из Макдоналдс. Если их требования не будут удовлетворены, то они угрожают уничтожить все станки, и тогда, как и в случае с глобальным потеплением, наступит конец света.»

И абсолютно не важно, что простой среднестатистический человек ничего не понимает в мировой экономике, колебаниях курса валют и прочей

белиберде такого рода. И что история с террористами откровенно пахнет идиотизмом. Главное, что в мозгу прочно засела мысль: «Деньги, и особенно доллар США, самая важная и могущественная вещь во Вселенной».

Возводя деньги в статус всемогущей силы, человек, того не понимая, сам занимает позицию на много уступающую им по значимости. И не свергнув это псевдобожество с трона, он не сможет почувствовать себя реально богатым.

Многие люди не имеют достаточно денежных средств, так как придают им чуть ли ни мистический оттенок, считая, что не каждому дано обладать ими. Забывая о том, что это — всего лишь фантики, которые кочуют из рук в руки. И им, как вещам неодушевленным, абсолютно все равно в какой карман или кошелек сыпаться. Но, по причине засевших в мозгу предубеждений, они покорно соглашаются с участью вечного нищего, живущего от зарплаты до зарплаты.

Порой, когда им в глаза бросаются шикарные машины, роскошные особняки и люди в дорогих одеждах, в их головы закрадывается мысль: «По-

чему так бывает — кто-то гребет деньги лопатой, а кому-то на хлеб не всегда хватает?» Но пострадав немного о несправедливости жизни, не потрудившись углубиться в суть своего же вопроса, быстро расставляет все на свои места: «Конечно, им наверняка кто-то помог выбиться в жизни. Был бы у меня богатый папа (дядя, тетя...) я б тогда тоже деньгам счета не знал». Или: «Да бандиты они все! Честным путем столько не заработаешь. Воруют в грандиозных масштабах. Причем нас же — простых честных людей и обкрадывают». Или: «Чтобы иметь большие деньги, надо иметь талант предпринимателя, бизнесмена. Или быть одаренным спортсменом, актером, певцом, художником.... У меня же ничего этого нет. Я — простой смертный человек». И еще много таких «или».

Но пошире открыв глаза и более продуктивно пораскинув мозгами, можно обнаружить интересный факт. Тот, кто ищет оправдания своей несостоятельности и придумывает причины состоятельности других, всегда остается в мертвой точке, так как превращает это в самовнушение и лишает себя даже надежды на изменения.

Ясное дело, что человеку, никогда не держав-

шему в своих руках солидные суммы денег, трудно представить себя на месте того, кто уже привык ни в чем себе не отказывать. Но для того чтобы выйти на совершенно другой уровень материальной обеспеченности, просто необходимо пересмотреть свои взгляды относительно денег и избавиться от предрассудков.

Первое, что следует усвоить — денег на земле много, и они не распределены таким образом, чтобы этим «много», могли пользоваться только избранные. И для того чтобы получить СВОИ деньги надо поверить в то, что они могут быть ВАШИМИ.

К этому стоит отнестись со всей серьезностью. Ведь не смотря на простоту излагаемого, существует реальная проблема — слепая уверенность в своей безнадежности. И она часто стоит во главе прочих препятствий на пути к финансовому благополучию.

Трансформация

Наверняка каждый слышал или читал истории о людях, которые, не имея ни гроша за душой, становились миллионерами и даже миллиардерами. Прослеживая их жизненный путь, становится ясно, что изначально это были обычные люди, без семи пядей во лбу и прочих сверхъестественных способностей. Но говоря о них, почему-то мало кто об этом задумывается.

Внимание уделяется их достижениям, а период неудач и нищенствования как бы стирается из биографии тех, чьи имена привыкли ассоциировать с чем-то недостижимым.

Например, если Вас сейчас спросить: «Верите ли Вы в то, что сможете стать не менее богатым и могущественным, чем Рокфеллер, Билл Гейтс или Роман Абрамович?»

Первая реакция — не верю! Причем этот ответ выдает подсознание. Можно, конечно, прибегнуть к помощи аутотренинга, и закрыв глаза, разминая пальцами виски, проговорить: «Я буду таким же богатым, как Билл Гейтс. Я смогу. У меня получится». Но этот тупизм не имеет никакого отношения к ре-

альным внутренним ощущениям.

Для многих этот вопрос может казаться даже нелепым: «Какая глупость мечтать о таких высотах. Это ж ведь Рокфеллер (Билл Гейтс, Абрамович, Онассис...) Куда там нам?! Кесарю — кесарево, а слесарю — слесарево...»

Но они ведь не всегда были «полубогами». И стало быть, возможна трансформация слесаря в Кесаря.

Позвольте себе стать богатым. Не думайте, будто сценарий жизни каждого отдельного человека заранее определен какой-то высшей силой, где одних ждут золотые горы, а другим суждено быть нищим. Посмотрите на свою жизнь и осознайте, что положение, в котором Вы находитесь, является результатом Ваших действий или бездействия.

Неважно кем Вы сейчас работаете и какого уровня у Вас доход. Как только Вам удастся перестроить свое сознание и понять, что Вы ничем не хуже тех, кто уже сорвал куш, Ваша жизнь начнет преобразаться. Вера в себя, вера в то, что для Вас нет ничего невозможного — это сила, открывающая новые горизонты, видеть которые Вы раньше отказывались.

Адольф Гитлер

Во-избежании недоразумений, сразу отмечу, что этот персонаж не является моим кумиром. И ставить его в пример детям я бы не советовал. Более того, на мой субъективный взгляд, Адольф был очень плохим парнем с нарушенной психикой. Но в силу того, что эта книга предназначена не для чтения на ночь маленьким ребятишкам, то позволю себе обмолвиться об этом, пускай даже отрицательном, герое.

Почему именно он? И нельзя ли было найти кого-нибудь другого в качестве наглядного примера?

Можно. Но выбран он был не случайно.

Во-первых, этого злодея знает практически каждый, и его история не будет расцениваться как мифология. Во-вторых, упоминание его имени вызывает эмоции, пусть даже негативные. А значит, интерес к написанному будет повышенный, что для восприятия и запоминания немаловажно.

Тем более что речь пойдет не о его деяниях, а достижениях. И так как мы люди взрослые и здравомыслящие, нам будет нетрудно отнести к его биографии как к историческому материалу, не впа-

дая в амбиции.

Адольф Гитлер — самый известный диктатор в мире. Но он таким был не всегда. Когда-то его вообще мало кто знал. А тот, кто знал, уж точно не мог подумать, что он расшатает весь мир.

Да, до того времени как Адик, мягко говоря, поднялся, назвать его человеком с бешеным потенциалом было трудно. В школе учился плохо. Оставался на второй год. В итоге так ее и не закончил.

В 16 лет Адольф решил поступить в Академию изобразительных искусств, мечтая стать великим художником. Но провалил вступительный экзамен и на жизнь ему пришлось зарабатывать рисованием рекламных объявлений и почтовых карточек.

После смерти его состоятельной тетки Гитлеру досталось хорошее наследство. Но бестолково распорядившись деньгами, в итоге он оказался на улице без гроша. Ночевал на скамейках в парке, а позже поселился в благотворительном учреждении.

Все это время Гитлер перебивался случайными заработками. Помогал на стройках, чистил снег или подносил чемоданы.

В 25 лет у него не оказалось ни постоянной работы, ни семьи, ни друзей, ни любимой женщины, ни

жизненной цели.

Недовольная своим существованием прослойка общества, к которой принадлежал будущий фюрер, с воодушевлением приветствовала Первую мировую войну, считая, что у каждого неудачника появится шанс выйти в «герои». Став добровольцем, Гитлер четыре года пробыл на войне. Он служил в штабе полка связным в чине ефрейтора и даже не стал офицером.

Поражения Германской Империи Гитлер воспринял как личную трагедию. И идея о новой Великой Германии прочно засела в мозгу Адольфа. У него появилась цель в жизни! А для ее реализации, нужно было «всего-навсего» стать во главе государства. Но не смотря ни на что, Гитлер верил в свой успех и делал все возможное, а чаще и невозможное для своего восхождения к вершине власти. Стремный карлик, с голосом, напоминающим лай дворовой шавки буквально гипнотизировал толпы людей. Ему удалось собрать вокруг себя тысячи единомышленников, с которыми он дерзнул учинить государственный переворот.

Первая попытка захвата власти не увенчалась успехом. Кучку революционеров разогнала полиция, а обвиненного в государственной измене Гит-

лера посадили в тюрьму. Но такой поворот событий не убил в одержимом фанатике веру в себя. Наоборот, это позволило ему переосмыслить допущенные ошибки и внести коррективы в свои планы.

За время пребывания в местах не столь отдаленных, Гитлер написал первый том книги, которая вышла под названием «Моя война». В те времена в Германии эта книга по популярности уступала только библии, и разойдясь огромными тиражами, она сделала Гитлера весьма состоятельным человеком.

Выйдя на свободу, умудренный опытом и с дополнительной финансовой поддержкой, потенциальный диктатор с еще большей прытью бросился в гущу политических событий.

Описывать дальнейшие «подвиги» кровожадного психопата, пожалуй, будет лишним. Но проследив, из какой «грязи» и в какие «князи» выбился человек, можно сделать заключение, что каждый, задавшись целью и взяв себе в помощники удачу, сможет достичь немыслимых высот.

Далеко не все рождаются богатыми, великими и знаменитыми. В большинстве случаев люди делают

Получи свои деньги

себя сами. Но так же, к сожалению или к счастью, еще больше тех, кто ничего из себя и для себя не делают, оставаясь бедными и бесславными.

Верить или не верить, действовать или бездействовать — это выбор, который есть у каждого человека. И за Вас этот выбор никто не сделает.

Страх

Страх — то чувство, которое нельзя недооценивать. Если дать ему разгуляться в своей голове, то покорять высоты будет неимоверно трудно. И самое худшее — часто он даже не дает начать восхождение.

Страх может оказывать свое пагубное влияние на любую сферу жизни человека. А там где дело касается финансов, он просто творит чудеса. Естественно в отрицательном плане.

На сегодняшний день цивилизованные люди в цивилизованном обществе сильно зависят от денег. Как привыкли говорить: «Без денег никуда». Страх остаться без средств к существованию гонит человека на работу. Если работа «хорошая» и платят там более-менее прилично, то он боится ее потерять. Но даже если и работа не предел мечтаний, и зарплата мизерная, бросить ее все равно не может. Это ведь будет означать, что придется искать другое место. И вдруг там окажется ничем не лучше? А если быстро не устроиться, то вообще — на что жить? Страшно что-то менять! Лучше синица в руках, чем журавль в небе.

Но проблема в том, что страх не позволяет даже попытаться поймать этого журавля.

Часто бывает, что после прочтения, прослушивания или просмотра бодрящего материала, зарядившись энтузиазмом, кто-то решает горы свернуть. Ну, или хотя бы вскарабкаться на вершину одной из них. Более того, находясь в состоянии полного оптимизма, искренне верит, что ему это удастся. Но подойдя к подножью этой горы и прикинув, какой путь ему надо проделать, запал постепенно иссякает. И постояв еще немного, задрав вверх голову, возвращается на свой холмик, убеждая себя, что гору, которую он выбрал, покорить вообще невозможно. А то, что на самой ее вершине уже стоят флаги более уверенных в себе альпинистов, так это... э-э-э... Лучше вообще об этом не думать.

Но неужели те, кто сумел совершить прорыв в своей жизни, были полностью лишены страха?

Вовсе нет. Им, как и всем людям, свойственно бояться и сомневаться. Просто они научились относиться к этому как к экстремальному виду спорта. И вместо того чтобы заострять свое внимание на вызванном страхами пессимизме, стали получать

удовольствие от выбрасываемого в кровь адреналина.

Представьте, что было бы, если бы парашютист перед прыжком, глядя на землю с высоты птичьего полета, увлекся размышлениями: «А что если парашют не раскроется? Или раскроется не так как надо, и я запутаюсь в стропах? Или раскроется как надо, но ветер занесет меня на высоковольтные провода?..»

Ответ может быть только один — в таком случае, он просто не был бы парашютистом.

Страх есть всегда. Он стремится повлиять на любое Ваше решение, диктуя не самые радужные перспективы того или иного начинания. Избавиться от него практически не возможно. Но изменив свое к нему отношение, можно добиться того, что он будет просто дополнением к азартной игре, которой является жизнь.

Свой путь

Что делать

Осмыслив вышесказанное становится ясно, что вера в себя и переквалификация страха — это необходимые условия для эффективного старта. Но в каком направлении бежать? За что хвататься, чтобы в итоге достичь цели — стать богатым?

Это очень важная тема, и к ее рассмотрению стоит отнестись с максимальной внимательностью.

Как уже было сказано, к вопросу о богатстве можно подходить с разных сторон. И если кто-то считает, что кроме денег больше ничего не надо, что когда их будет много — все остальное прило-

житься, то ему стоило купить книгу другого плана, в которой речь ведется исключительно о том, каким способом можно заработать денег. Такой литературы на сегодня довольно много — «Заработай 1 000 000 \$ за два дня», «Делай большие деньги в малом бизнесе», «Не упusti свой шанс стать миллиардером!» и тому подобное.

Эта же книга предназначена НЕ для тех, кто тупо хотят миллион, миллиард, триллион... денег, даже не понимая, на что их смогут потратить, а для людей зрящих выше примитивной алчности.

Конечно, мы все живые люди, и у каждого из нас есть свои потребности, желания и увлечения. Для того чтобы иметь возможность их удовлетворить чаще всего нужны деньги. Так устроен наш цивилизованный мир. Но бывает так, что получая все больше и больше денег, у человека появляется куча дополнительных потребностей, желания увеличивают свой ассортимент, а увлечения вытекают за рамки здравого рассудка.

Поэтому, перед тем как приняться за выбор своего направления, ведущего к повышению доходов, надо четко себе уяснить — денег можно иметь много или очень много, но это далеко не всегда означа-

ет, что Вы будете богаты и счастливы.

А вообще, сколько нужно иметь денег, чтобы считаться богатым?

Например, тот, кто живет на пособие по безработице и ездит на стареньком дедушкином Москвиче, скажет: «Вот мой сосед — богатый. Он зарабатывает пять тысяч долларов в месяц. У него новый автомобиль — Мерседес. Квартира — трехкомнатная».

Но что про этого соседа скажет тот, у кого месячный доход исчисляется в сотнях тысяч долларов, ездит на Мазератти и живет в здоровенном особняке?

В мире все относительно, и поэтому не надо ни за кем тянуться. Определитесь — сколько именно Вам нужно денег для того, чтобы удовлетворить свои сегодняшние потребности. Не бойтесь размахнуться, но и будьте объективны.

Не поленитесь даже высчитать точную сумму, которая покрола бы расходы на желаемые или запланированные приобретения. Это полезно для конкретизации своих целей и позволит установить на данном этапе определенную планку.

Итак, что же предпринять и чем заняться?

Когда речь заходит о состоятельных людях, то в первую очередь почему-то вспоминают крупных бизнесменов. Богатство и успех ассоциируется с представительным мужчиной в классическом костюме. Из-за этого широко распространенного стереотипа люди, желающие разбогатеть, сами сужают рамки своих возможностей, думая, что много денег они смогут заработать, только занявшись бизнесом и надев тот самый классический костюм. И тогда они начинают грести книги со специально придуманными для такой аудитории названиями — «Бизнес — это просто», «Стань предпринимателем — разбогатеешь», «Даже кухарка может управлять государством!» и так далее. Бегут на двухнедельные «углубленные» курсы по основам мировой экономики и маркетингу. Прутся в бизнес-школы. Но даже чувствуя тошноту от всех этих учений про товарооборот и борьбу за потребителя, не хотят задумываться, что помимо деловой сферы есть еще много отраслей, дающих возможность обогатиться.

Несомненно, есть те, кто просто тащатся от такого амплуа. Утром, глядя на себя в зеркало и затягивая на шее галстук, они предвкушают начало нового рабочего дня. Им нравится бесконечная суета, связанная с закупками, продажами, рекламными

акциями, длительными переговорами и так далее.

Но как быть тем, у кого нет никакого желания заниматься бизнесом, но есть твердое намерение разбогатеть?

Все люди разные. Характер, темперамент, мироощущение, склонности — все это должно играть определяющую роль в выборе своего дела для каждого отдельного человека.

В этом вопросе не может быть обобщения. Глупо грести всех под одну гребенку и давать всем один совет — иди туда, займись тем и заработаешь кучу денег. Кто-то может пойти «туда» с удовольствием, и заняться «этим» с энтузиазмом, а кому-то такая перспектива покажется совсем невеселой. И те деньги, которые он возможно заработает, не окупят его страдания от того, что ему приходится постоянно себя принуждать делать то, что ему не нравится.

Конечно, так живут многие — ходят на нелюбимую работу. Утром ее проклинаят, днем терпят. Зато вечером словно выходят из тюрьмы. А куда деваться? Жизнь такая!

Но уподобляться такому большинству не самый разумный выход. Лучше брать пример с тех, кто, идя в разрез с общепринятым, становились хозяевами своей жизни, занимаясь любимым делом, и

зарабатывали целое состояние.

Объективно, деньги можно делать на чем угодно. Причем большие деньги. Но самый выигрышный вариант, когда работа приносит не только хорошую прибыль, но и доставляет удовольствие. Ведь если человек подходит к работе с душой, то перспективы на достижение положительного результата возрастают во много раз. И самое важное, что деньги становятся приятным дополнением к тому, чем он занимался бы и без вознаграждения.

Любимое дело

Проблема большинства людей в том, что они скептически относятся к своим пристрастиям, увлечениям, талантам. То ли с молоком матери, то ли с наставлениями отца, человек впитывает — работа должна быть работой, а хобби оставаться хобби, причем в нерабочее время.

По причине все тех же злополучных стереотипов, профессия подбирается «правильная». И чаще

всего родители делают выбор за своих детей.

— Кем ты хочешь быть, когда вырастешь? — спрашивает отец у своего семилетнего сына.

— Художником! — гордо отвечает тот.

— Художником? — усмехается отец, — что ж это за профессия. Работа должна быть... настоящей. Увлечений может быть много, но на них не проживешь.

Ребенок, не понимая, что папа хочет этим сказать, хлопает глазами.

Ему задали конкретный вопрос, на который он честно ответил. Его же спросили: «Кем ты хочешь быть?», а не «Кем надо стать?».

— Да ладно тебе. Он ведь еще маленький. Вырастет и сам определится в жизни, — вмешивается в разговор мама.

Но что она имела в виду, когда говорила: «сам определится»? Если с раннего детства внушать ребенку какая работа хорошая, а какая и вовсе таковой считаться не может, то сделать самостоятельный выбор ему будет трудно.

Проходят годы. Тяга к холсту и кисти у парня не пропадает. На лицо талант. Но, уже повзрослев и набравшись от своих родителей «мудрости», он начинает печалиться о том, что это не может быть делом его жизни.

Затем наступает переходный возраст. Молодой человек, одержимый своим «хобби», начинает помышлять о революции и вопреки родительскому слову податься в художники.

— Ну что решил, куда поступать будешь: в юридический или экономический? — спрашивают они его перед выпуском из школы.

— Я вообще-то в художественную школу поступать собирался, — несмело, остерегаясь реакции родителей, отвечает юное дарование.

— В какую художественную, сынок?! Мы ведь об этом уже много раз говорили! — совершенно предсказуемо реагирует отец, — Ты о перспективах на будущее должен думать. Вон твой троюродный дядя — художник. Пьяница. Стоит со своими картинками на базаре. Аккурат на водку и зарабатывает.

— Сыночек, тебе ведь рисовать никто не запрещает, — более лояльно вступает мама, — но ты вначале образование получи. Пойми, хорошая профессия — это очень важно для жизни. А увлечение твое никуда не денется. Пиши свои картины. Главное, не в ущерб учебе.

— Папа, ты так говоришь, будто все художники нищие алкоголики, — становится в оппозицию без пяти минут студент, — а как же Ван Гог, Малевич,

Пикассо? Это были великие люди. И далеко не бедные.

— Ну, ты себя хоть с ними не равняй! Тоже мне еще — Пикассо сопливый, — утрирует отец, — В общем так, у тебя есть выбор: или в юридический институт поступаешь, или на экономический факультет при госуниверситете. Тем более у меня там ректор знакомый.

Вот такое тебе право самостоятельного выбора.

— Но я не хочу быть ни юристом, ни экономистом! — удрученно говорит подневольный сын.

— Так может, тогда в сельскохозяйственный техникум пойдешь. Будешь коровам хвосты крутить.

— Почему сразу в сельскохозяйственный? Я же сказал, что хочу учиться в художественной школе.

— Ладно, я все сказал. Где договорюсь, туда и поступишь. Мы и так с матерью из кожи вон лезем, чтобы тебя, обалдуя, в люди вывести, — подвел итог дискуссии грозный отец, — Или сам будешь оплачивать учебу в своем лакокрасочном.

Где-то из-за страха остаться без поддержки родителей и вылететь на вольные хлеба, где-то поверив, что ремесло, в которое он готов вкладывать душу, действительно бесперспективное. И погоревав о мечте несбыточной, отправляется постигать нау-

ку абсолютно ему не интересную. И в связи с этим, специалист из него выходит соответствующий.

Потом идет работать. Естественно, не по специальности. Но это уже не важно, все равно, чем бы ни занимался, это будет просто лямкой, которую тянут все, и он ничем не лучше других. Набор стандартных жизненных проблем увлекает в борьбу с ними. И когда в нем окончательно умирает тот молодой оптимист, тот потенциальный Малевич, он становится еще одним биологическим роботом. Ежедневно выполняет запрограммированные обстоятельствами функции по выживанию, и уже совсем не верит в то, что мог бы стать великим художником.

А ведь они всегда были, есть и будут — знаменитые, богатые люди, живущие своими и за счет своих «увлечений».

Любое начинание должно сопровождаться верой в неминуемый успех. Даже если большинству Ваших родственников, друзей или знакомых это будет казаться совершенно невыполнимым, помните, что для Вас нет ничего невозможного. Существуют только выстроенные предрассудками и стереотипами стены, мешающие увидеть пути дости-

жения намеченных целей.

Не бойтесь вытаскивать из старого сундука свои припорошенные пылью мечты, и, не слушая никого, приступать к воплощению их в жизнь. Не обманывайте себя, будто это невозможно, что уже слишком поздно и шанс упущен. Никогда не поздно начать жить. Именно жить, а не волочить существование.

И задаваясь целью разбогатеть, помните, что нет лучшего для этого способа, чем тот, о котором Вы думаете с удовольствием. Только совместив полезное с приятным, можно почувствовать себя успешным и богатым.

Насилие над собой ради денег, приводит к тому что, даже заработав их в большом количестве, Вы не ощутите удовлетворения. Более того, это может принести разочарование и стать настоящим испытанием. Особенно для тех, кто жил надеждой, что когда кошелек начнет пухнуть от зелени, он наконец-то станет счастливым.

Испытание

Нередко можно услышать выражения: «У богатых свои причуды», «Богатые с жиру бесятся» и тому подобное. Но откуда берутся эти причуды, и почему человек начинает сходить с ума, когда, казалось бы, достиг «основной» цели в жизни — заработал большие деньги?

А причина как раз в том, что цель эта была **ОСНОВНОЙ**, и достижение ее обещало стать грандиозным событием в жизни. Но позже, когда материальное положение человека значительно улучшилось, а финансового оргазма в связи с этим не произошло, он осознал бессмысленность своих ожиданий. Теперь он может себе позволить очень многое, но особой радости по этому поводу не испытывает. В его душе образовалась пустота. И чтобы ее заполнить, он начинает использовать свои расширенные возможности.

Но ни карнавал, устроенный на специально намытом для этого острове, ни покупка замка в одном из древних городов Англии не в силах утолить его печаль.

А тоскливо ему от того, что осознал он простую

истину — ценности, приобретенные за деньги такие же фальшивые, как и улыбка официанта, которую тот натянул, надеясь на чаевые.

Да какой смысл во всех этих замках и самолетах, если нет гармонии с самим собой? Деньги должны служить конкретной цели, а не цели выдумываться под них. И если нет четкого представления о том, что действительно может принести радость и душевное умиротворение, то в итоге эта бессмысленная игра во вседозволенность может погубить человека.

Сколько состоятельных людей становились наркоманами, алкоголиками, заканчивали жизнь самоубийством, не найдя применения ни себе, ни своим деньгам.

В определенном смысле, сосредоточение в одних руках внушительного капитала, становится испытанием, выдерживает которое далеко не каждый.

Выбор

Чрезвычайно важно выбрать СВОЕ дело. Но, к сожалению, существует еще одна проблема —мно-

гие люди попросту не знают, какое занятие было бы им по душе. Такое отсутствие пристрастий и увлечений, в основном и служит причиной тому, что человек проглатывает придуманные с умыслом шаблоны — какая работа хорошая и суперпрестижная, а какая — «отстойная» и бесперспективная.

Распиаренный психологами кризис среднего возраст является как раз результатом не реализации своей мечты или отсутствия таковой в принципе. Тогда человек начинает задаваться вопросами: «Кто я? Что я? Чего я добился в жизни?».

И здесь трудно давать какие-либо советы. Ведь человек должен сам определиться, что именно для него хорошо или плохо. В противном случае любые советы могут восприняться как догма и стать еще одним привитым стереотипом.

Поиск себя, своего призвания и предназначения — дело сугубо индивидуальное. Помощников в этом вопросе быть не может.

Существует множество религиозных, политических, экономических, общественных и прочих организаций, которые с радостью предложат себя в качестве великой цели. Внушат, что следуя за ними, Вы получите все из списка материальных или виртуальных (загробных, мистических...) благ. Но до-

верить надо только своим внутренним ощущениям. Иначе можно позволить убедить себя в чем угодно. Даже в том, что при всем желании на здоровую голову не наденешь.

Жизнь каждого отдельного человека — это только его жизнь. И решать — своей головой думать или позволять, чтобы за него думали, тоже его собственный выбор.

Если кто-то не хочет напрягать мозги и видеть дальше своего носа, то рассказывать ему о правильном пути, который только он сам может для себя проложить — дело практически безнадежное. Таким людям, как правило, больше нравится фантазировать. Они увлекаются поверхностным представлением того, каким образом разбогатеют. Призвание себе подбирают на фоне впечатлений, полученных после просмотра художественного фильма, где главный герой — успешный бизнесмен или крутой адвокат. И чтобы не разрушать свою иллюзию, они стараются не думать о том, что статус, который им приглянулся, неминуемым образом сопряжен с определенной спецификой и кропотливой работой. Естественно, долго этот самообман продолжаться не может, и они переключаются на новый.

Фильмов-то еще много.

Вот только жизнь у них проходит в вечных метаниях от одного к другому. Найти себя ни в чем они не могут. Реальное положение дел — так себе, а пропой и того хуже. Зато перспективы... в виртуальном будущем — лучше не придумаешь.

Таких людей можно отнести к разряду хитрых оптимистов. Из-за собственной глупости и расчета на то, что им все на голову просто так свалится, они испытывают трудности как морального, так и материального характера. Но что касается самообмана, то равных им в этом нет.

Халява?

Хорошо, нашел человек свое призвание. Нравится ему, например, плести из лозы корзинки. Но думая о перспективах своего любимого дела, он вдруг обнаруживает, что для достижения конечной цели, а именно — жить на свой промысел, и жить хорошо, ему надо приложить определенные усилия. По времени это случится не завтра, а значит, придет-

ся проявить выдержку и набраться терпения. И тут он начинает задумываться, а нет ли способа попроще, и чтобы богатство свалилось к нему на голову побыстрее? Этот расчет на халяву начинает его постепенно уводить от того единственно правильного пути, идя по которому он достиг бы истинного богатства. Желание получить все и сразу, причем на шару, то есть, не прилагая никаких усилий, подменяет собой стремление стать успешным. Нет, он, конечно, уверен, что деньги, тем более легкие, это и есть настоящий успех. Но комментировать в очередной раз это распространенное заблуждение, пожалуй, нет смысла.

И не успевает он открыть газету или еще «лучше» залезть в интернет, как варианты быстрого, легкого и главное почти бесплатного обогащения просто посыпались оттуда.

Потирая руки и округляя в глазах нули, горе-миллионер лезет в кошелек, чтобы внести предлагаемую небольшую сумму в фонд своего развития как «крупного» игрока на бирже или строителя финансовой пирамиды.

Какое-то время он радостно улыбается малюсеньким пикселям своего монитора в ожидании, что прям оттуда посыплются пачки денег. Этого,

естественно, не происходит, и полный «чайник» интернетовских сетей начинает понимать, что его тупо облапошили. Веселье проходит и улыбка превращается в дурновато-растерянную.

Потерял он, конечно, не много и больше огорчился из-за того, что не разбогател. Но отступать еще рано. Ведь ни один обманутый человек не хочет чувствовать себя лохом, и поэтому ведет усиленный поиск причины, по которой у него что-то не получилось. Чаще всего причина эта, натянута за уши, но все же в нее верить приятней, чем в то, что он просто балбес.

«У меня не достаточно знаний в этой области. Надо подучиться и снова в бой,» — приходит к нему в голову «гениальная» мысль.

И тут же, как для него специально написана, книга с много обещающим названием — «Халява в интернете».

«Вот оно!» — восторженно разводит руки в стороны закоренелый халявщик, — «теперь уж точно денежки ко мне по емейлу рекой потекут». И делает еще одно скромное вложение. Правда, опять в пользу автора этого бестселлера.

Некоторые люди до глубокой старости ищут об-

Получи свои деньги

ходные пути, надеясь, что все-таки им откроется секрет. А когда это случается, то они этому совсем не рады. Во-первых, потому, что открылся он им слишком поздно — жизнь прожжена и в голове больше мысли о вечном преобладают. А во-вторых, секрет этот заключается в том, что халявы не бывает. Бесплатный сыр только в мышеловке.

Любой результат достигается лишь путем активных действий. Это касается не только физического, но и интеллектуального труда. И даже если речь идет о любимом деле, это не означает, что можно будет расслабиться и лапки свесить. Надо реально смотреть на вещи и понимать, что на свой олимп предстоит еще покарabкаться.

Как начать

Самое сложное — это начать что-то делать.

Когда колесо уже запущено, оно продолжает катиться по инерции, и чтобы не дать ему остановиться, надо всего лишь слегка его подталкивать. Но

если оно в статичном положении, да еще внушительных размеров и весит несколько тонн, то здесь необходимо найти способ, проявить изобретательность, чтобы привести его в движение.

И как ни странно, самым трудным здесь оказывается не механический процесс, а моральный настрой. Ведь теоретически, сделать это можно множеством способов. Собрать группу крепких парней, подогнать кран, использовать домкрат... Но для того, чтобы приступить к воплощению в жизнь того или иного плана, предстоит еще выдержать психологическую атаку со стороны своего же, скептически настроенного на любые начинания, ума:

«Да нет, это колесо мне не поднять. Вон оно какое — здоровое и тяжелое. А я один и помочь мне некому. Вот был бы у меня подъемный кран... тогда б другое дело. Так, где ж его взять?»

Потом в голову может прийти идея нанять кран. Но и тут найдутся отговорки:

«За прокат нужно отдать деньги немалые. А у меня столько нет. И занять не у кого. А даже если б и занял, их же отдавать придется. А вдруг колесо покатится не так как надо и не туда куда следует? И чем я тогда с заемщиком рассчитываться буду? Нет, это дело мне не по плечу! Лучше я пойду в свою

проржавевшую клетку — там колесико маленькое, легенькое, я его давно кручу. И пускай оно держится на подпорах и крутится на одном месте, зато напрыгаться и толкать его никуда не надо. А свои законные крошки хлеба с барского стола я и так получу».

Уже было не раз сказано, но повторение не будет лишним, страх и сомнения часто мешают даже предпринять попытки сдвинуть свое колесо с места. Или подталкивают на то, чтобы после первой же неудачи опустить руки и поставить крест на себе как на победителе.

Сдаваться нельзя пока не перепробуешь все возможные варианты. А так как вариантов всегда бесконечное множество — сдаваться нельзя никогда!

Когда есть цель и твердая решительность ее достичь, тогда и способ для этого найдется обязательно. Нужно только искать возможности действовать, а не оправдания своему бездействию.

Принципы перетекания денег

Так как речь идет о деньгах и о том, как заполучить какую-то их часть себе, то следует отметить принципы, по которым они перетекают из одних рук в другие.

Если брать честные способы обогащения, то их существует всего два. Это либо торговля, либо предоставление услуг. Третьего не дано. (Все остальное, воровство, мошенничество, попрошайничество и тому подобное, объектом нашего рассмотрения не является, и потому будет обделено вниманием).

Итак, подробней о том, за что люди платят друг другу деньги.

Первое — за товары. Они бываю разные и их в наш потребительский век огромное множество.

Второе — за услуги. Их ассортимент не менее велик и изобретательность современного человека впечатляет, но, тем не менее, вначале люди стремятся утолить голод и обернуться в «шкуры», чтобы не замерзнуть, а затем все остальное.

Конечно, эти две сферы тесно переплетаются, ведь для того, чтобы продукты питания, одеж-

да, предметы быта и подобное доходили до конечного потребителя, их кто-то должен производить, а значит продавать свой труд работодателю, и это тоже можно назвать предоставлением услуг. Те же, кто работают сами на себя, все равно, продают товары, произведенные самостоятельно или же перепродают сделанные кем-то еще. Так или иначе, все сводится к продаже труда и товаров.

И чем бы Вы ни решили заняться, для того чтобы получить в руки или на свой банковский счет деньги, Вам придется напрямую или косвенно с этим сталкиваться.

Естественно, каждый должен заниматься своим делом. И для того, чтобы это дело было прибыльным, подход к нему нужен грамотный.

Например, кто-то — программист от бога. Он любит свою работу и создает дорогостоящие программы. Но при этом понятия не имеет как и кому продать свой продукт, как внедрить его на рынок, провести необходимые мероприятия для его раскрутки и продвижения. Он просто хороший программист. Да и если он начнет изучать маркетинг, а потом еще сам лично будет заниматься продажами, то у него попросту не останется времени на СВОЮ работу.

Поэтому он устраивается работать в крупную фирму или корпорацию, которая полностью берет на себя заботы, связанные с реализацией созданных им программ. То есть, конкретно торговлей он не занимается, но деньги получает за свой труд, который продал корпорации.

Как правило, хороших, талантливых, надежных специалистов ценят работодатели. И для того чтобы заработать достаточное количество денег не обязательно подаваться в бизнес и открывать свое дело. Но это естественно при учете, если у Вас есть талант или профессиональные навыки и Вы не испытываете дискомфорта от того, что работаете на кого-то. А соответственно подчиняетесь.

Если же трудиться под чьим-то началом для Вас в тягость, то не обманывайте себя, мол: «Куда деваться, судьба моя такая.» Ищите возможности изменить такое положение и самому стать хозяином своего дела.

Это не означает, что нужно в один день бросить свою старую работу и, не зная куда податься, сидеть дома в ожидании чуда. Нет, для начала надо определиться, какое дело будет Вам по душе. Что конкретно можно предпринять, чтобы к нему приступить? Какие шаги принесут ему процветание? И только

когда желание, планы и возможности сойдутся в одной точке, не медлите - действуйте.

Но в отличие от работы на «дядю», Вам самим придется нести ответственность за свои решения и поступки. А значит и планирование бюджета на развитие своего дела — только Ваша головная боль. И с этим довольно часто люди испытывают большие трудности. Особенно на начальном этапе.

Стартовый капитал

Стартовый капитал — это как раз то, чего не хватает многим людям, которые мечтают об открытии своего дела. В зависимости от размаха и амбиций, каждый человек видит свою сумму, необходимую для уверенного начала. И в большинстве случаев, без вложений, действительно, не обойтись. Но не всегда отсутствие определенного количества денег служит главным препятствием. Не редко это выступает в качестве предлога отсрочки того момента, когда надо приступить к конкретным действиям.

Мечтать и планировать, конечно, намного про-

ще и безопасней, чем пускаться в путь по неизведанной дороге. Но, не сделав первый, порой самый важный, шаг, можно так и остаться — вечно перспективным мечтателем, только в голове вынашивающим свои наполеоновские планы.

На самом деле, это очень распространенная проблема. Человек хочет изменить свое положение, но мысль о том, что уже сейчас нужно что-то для этого делать вызывает волну смятения. И вопреки своим искренним желаниям, на подсознательном уровне он стремится к тому, чтобы все оставалось по-старому. Подсознание вообще любые перемены расценивает как опасность, и как бы включая защитную реакцию, старается их не допустить.

Человек думает: «Вот будет у меня такая-то сумма, я тогда и займусь покорением своего Эвереста», отводя этому событию место в неопределенном будущем. И ему спокойно. Ведь сейчас денег нет, и соответственно ничего делать не надо.

Он абстрактно представляет то, чему собирается посвятить свои силы и время. И даже если ему дать этот стартовый капитал, не факт, что дело сдвинется с мертвой точки. Появятся непредвиденные обстоятельства, требующие дополнительных расходов. Например, на улице лето и просто необходи-

мо съездить на море отдохнуть. Телевизор у него совсем не плоский, а машина без титановых дисков ехать отказывается. И так пока стартовый капитал не разойдется и можно будет сказать: «Сейчас жизненно необходимые затраты помешали. Но в следующий раз, когда деньги будут, точно пушу их в дело».

Стартовый капитал — это как раз тот канат, по которому предстоит подниматься на вершину горы. И если распустить его на нитки, пользы от него будет мало. Можно, конечно, попросить бабушку-рукодельницу, чтобы она связала из них красивый модный свитер. Но это уже дело выбора, сидеть в старой луже, но в «модном» свитере. Или перебиться имеющимся гардеробом, чтобы вскоре открыть для себя все бутики мира.

Фальстарт

Разумеется, не все поступают вышеописанным образом, получив ту долгожданную сумму денег. Но

бывает еще так, что человек, вроде бы ни копейки на сторону не потратил. Все только на благо и процветание своего предприятия, но по причине ему совершенно непонятной, и деньги спустил, и дело свое до ума не довел.

Возвращаясь к своей прежней подневольной жизни, он испытывает ужасное чувство поражения. Клеймит себя неудачником и в этом же находит утешение: «Не дано, так не дано. Попробовал — убедился, что не смогу. Вот и будет тебе, дураку, наука».

Но истинная причина неудачи в его случае к мистике не имеет никакого отношения. Подойди он скрупулезно не только к деньгам, но и к изучению структуры своего дела, то считал бы себя удачливее всех.

В основном ведь как бывает? Осенила кого-то идея гениальная. Он в общих чертах нарисовал в своем сознании, как и что нужно сделать. А потрудиться собрать достоверную информацию, взвесить все за и против, просчитать степень риска не додумался. А зачем?! Все ведь и так понятно! Он ведь слышал, как на этой теме кот-то там поднялся. Чего здесь замысловатого?

Раздобыл денег, которых, по его мнению, долж-

но быть достаточно для успешного старта. И помчался дрова рубить и в поленницы их складывать. И только потом выяснилось, что не в тот лес он забрел. Цена древесины, которую он наскладировал, значительно ниже той, на которую рассчитывал. Да и покупать ее у него никто не хочет. А издержки уже понес. Леснику заплатил, топоры закупил. Транспортные расходы... вот и лезь теперь в словарь, узнавай значение слова «нерентабельный».

Многие жалуются на отсутствие у них стартового капитала и считают, что только с его появлением можно начинать шевелиться. А до этого момента остается лишь мечтать о том, как это будет, и ждать, когда это случится.

На самом же деле, самое первое, что необходимо предпринять и что не требует больших затрат, так это — исследования рынка, на который Вы собираетесь выйти.

Это касается не только менеджеров, бизнесменов или предпринимателей. Но и людей занимающихся творческой деятельностью. Им ведь тоже придется продавать свои шедевры. И даже если работа ведется через агента или продюсера, то все равно необходимо владеть информацией о реальном

положении дел в своей сфере. В противном случае, «художник» может долго и нудно вкалывать за копейки, в то время как посредники будут наживаться на неосведомленности первого.

Чтобы не сойти с дистанции едва начав забег, необходимо со всех сторон, вдоль и поперек, в глубину и вышину, исследовать то дело, в которое собираетесь вложить силы и средства. Чем тщательней Вы изучите его специфику, нюансы и особенности, тем меньше будет риск поскользнуться на ровном месте или споткнуться о ногу конкурента.

Кто владеет информацией, тот допускает минимум ошибок и, соответственно, находится на самой высокой волне успеха.

Но те, кому кажется, будто они достаточно расчетливы, умны и не видят необходимости анализировать, проверять и перепроверять то, в чем «варятся», всегда наступают на одни и те же грабли. Нежелание думать конструктивно каждый раз приносит им новые неприятности. Они терпят одно фиаско за другим, но упрямо ищут тому внешние причины. Такие люди не получают свои деньги, а постоянно теряют их.

Математика — наука точная

Два плюс два будет четыре. Не три и не шесть — а только четыре. Это всем понятно и сомнению не подвергается. Но некоторые люди, желающие перехитрить весь мир, относят точные науки к разряду эзотерики и надеются на чудо, которое должно произойти с их бюджетом.

Очевидно, для того чтобы не обанкротиться, не говоря уже про развитие, расходы не должны превышать доходы. Однако любители сказок и колдовства задумываются об этом, когда уже нечего ни складывать, ни вычитать.

Например, работал человек таксистом. За определенный промежуток времени изучил что и как в частном извозе. И составив довольно грамотный бизнес-план, решил развиваться в этом направлении. Взял кредит в банке на закупку нескольких легковых автомобилей, набрал водителей, посадил диспетчера. Не поспешил на рекламу и довольно быстро пошла первая прибыль, оправдав надежды и прогнозы.

И вот он уже не какой-то «халдей», а директор фирмы «Четыре колеса». Зарабатывает во много раз больше, чем раньше, и даже подумывает о расширении своего предприятия. Через какое-то время, подсчитав кассу, видит — денег ему хватает на приобретение еще одной машины, что гарантированно увеличит ежемесячный доход. Но возомнив себя великим бизнесменом, решает: «Да что, я еще не заработаю?! Вон дела как хорошо идут. Успею еще увеличить автопарк. А сейчас позволю себе то, в чем раньше из-за отсутствия финансов ущемлял. Надо ж когда-то начинать жить по-человечески». И принимается сорить деньгами. Это ему, безусловно, нравится. Но длится, к его удивлению и огромному сожалению, не так долго. Не успел опомниться, как увлекся жизнью человека зажиточного, переусердствовал в удовлетворении своих желаний. И как итог, прибыль не смогла покрыть его расходы.

А там еще машинам ремонт требуется, за кредит платить надо, выплата зарплат, налоги.... В итоге транспорт банк за долги конфисковал. И на этом его карьера успешного предпринимателя закончилась.

И ведь знал, что на амортизацию деталей всегда нужно деньги откладывать и понимал, что от дру-

гих обязательных платежей не отмахнешься. Но, увы, затянула, ослепила жизнь «роскошная». Видимо не подумал он о том, что все в мире относительно. Пережди, перетерпи соблазн деньгами расшвыриваться и тогда узнал бы, что можно поиметь гораздо больше.

Хотя с таким подходом к делу, любой суммы мало будет. Математика — наука точная. Потратил больше дозволенного, превысил определенный лимит — бухгалтерия все покажет. И это касается как минимальных дивидендов, так и миллионных поступлений.

Казалось бы, к человеку, у которого, скажем, есть миллион долларов не применимо словосочетание — «не может себе позволить». Но в нашем разумном мире есть много того, чему люди определяют такие цены, что будут не по зубам многим «нищим» миллионерам.

Тот, у кого есть миллион, не в состоянии купить дом за два миллиона.

Людей, дорвавшихся до своих первых более-менее приличных денег, можно сравнить с теми, кто очень долго не ел. Дайте голодающему несколько дней большой кусок сочного мяса, и он весь его

съест. Это повлечет за собой спазм желудка и может привести к летальному исходу. Но об этом в момент удовлетворения голода никто не думает. Вкус и запах просто затмевают сознание.

Есть строгие рекомендации врачей — после длительного голодания на первом этапе есть маленькими порциями, дабы не навредить своему организму. Так и в финансовом плане. Не стоит «сжирать» весь свой доход за один раз. Заработали десять тысяч долларов — не тратьте девять из них на «обжорство». Деньги должны делать деньги, и поэтому львиная доля должна идти на развитие своего дела.

Реальность

Деньги — вещь материальная и вполне конкретная. Нет ни одной монеты или купюры достоинством в «много» рублей, долларов, евро и так далее. В связи с этим простой, имеющийся практически у каждого, калькулятор может показать реальные перспективы того или иного предприятия. И люди, которые редко и с неохотой обращаются к нему за

помощью, как правило, разочаровываются, так как собирались стать миллионерами быстро и с минимальными вложениями. А оказалось, что небольшие инвестиции приносят соответствующий доход.

Возьмем, например, торговлю. Структура всем ясна. Есть товар. Есть цена его закупки и реализации. Купил дешевле, продал дороже, разницу положил в карман. Объем и скорость товарооборота определяет размер чистой прибыли.

И бабушка, торгующая на рынке с лотка, и гипермаркет работают по одинаковой схеме. Но из-за отличия оборотных средств развитие бизнеса у каждого из них будет протекать по-разному. И если бабуля не привлечет дополнительные инвестиции, то все та же электронно-вычислительная машина точно определит ее перспективную линию. Прокручивая в месяц товар на пятьсот долларов, она никогда не станет миллионером, даже если будет всю выручку пускать на закупку. Как минимум, оставшейся жизни ей на это не хватит.

Немного иначе дела обстоят с остаточным капиталом. То есть изобретатель, создатель или сочинитель продает права на использование своего творения и помимо одноразового гонорара получает еще

процент от дальнейшего распространения его интеллектуальной собственности. Конечно, если такие условия были указаны в договоре.

Но разница здесь лишь в том, что конкретный человек имеет шанс сорвать куш без своих собственных вложений. В остальном же ситуация идентичная. Не он, так кто-то другой должен подойти к делу с большими деньгами.

Неплохо мечтать о богатстве и представлять, как с неба Вам на голову сыплются миллионы в близкой Вашему сердцу валюте. Но если при этом Вы не желаете видеть, что без точных математических подсчетов Ваш бизнес или творческий потенциал лишены перспектив, то можете до конца дней своих оставаться виртуальным миллионером.

Внутренний настрой и вера в успех своего дела — это, без всякого сомнения, важно. Однако не тратьте время на ожидание чуда — сотворите его сами.

Трудно найти спонсора, инвестора или получить необходимую сумму в кредит, если не работаешь в этом направлении. Нужны конкретные действия.

Судьбоносная встреча состоится, только если Вы на нее придете.

Уму постижимо

За стеклом

*Да*же имея такие составляющие, как вера в себя, предприимчивость, прагматичность, можно не преодолеть последний рубеж, отделяющий Вас от полноценного богатства. И барьер этот сугубо психологического характера.

Суть в том, что у людей, которые выросли в семьях бедных или среднего достатка с годами установилось четкое представление о том, что они могут себе позволить, а что относится к вещам из мира, в который они не вхожи.

Например, человек привык покупать одежду на

базаре. С самого детства родители его тягали по рядам со шмотками, выискивая что-то подешевле. В дальнейшем, повзрослев, он тоже идет на рынок, хотя и может себе позволить одеваться в бутиках. Но дело здесь не в возможностях, а в предубеждении, что бутики — это для богатых. Да и вообще, по барахолкам шастать как-то привычней, комфортней. А заглянешь случайно в один из этих застекленных магазинчиков в каком-нибудь торговом центре и сразу чувствуешь себя не в своей тарелке. Пахнет там парфюмами, а не хот-догами, как положено. И такое ощущение, что если оттуда выйдешь без покупок, то все продавцы и консультанты будут сверлить тебя взглядом, перешептываясь: «Ой, и что эти нищие сюда прутся. Ходят, только лицом щелкают. Нет денег — иди на базар!»

То же самое относительно ресторанов, казино, гостиниц и так далее. Привык по задымленным барам ходить, а на дорогие рестораны смотришь как на VIP заведения закрытого типа, думая: «Это для толстосумов. Не имея пачки денег, в ту сторону можно даже и не смотреть».

Но на самом деле, это всего лишь комплексы, которые и удерживают человека в уничижительном статусе. И только из-за них он обходит стороной те

места, где, как ему кажется, на него сразу повесят бирку с указанием его социальной принадлежности, которую, кстати, он сам себе и повесил.

Многие люди ошибочно полагают, что только при наличии внушительного капитала они смогут перестать бояться дверей с «золотыми» ручками. Однако часто бывает так, что, даже имея достаточно денег, моральные бедняки по старой привычке идут в общепит. Потратить они там могут столько, что хватило бы на шикарный обед в солидном ресторане. Но эта проблема сидит глубоко в подсознании, и поэтому им кажется, будто они здорово экономят на том, что ходят по забегаловкам.

Человек, который хочет стать по-настоящему богатым, должен осознать, что его образ жизни в большей мере определяет не финансовое положение, а то, как он себя позиционирует. И привязываясь к количеству денег, он никогда не сможет чувствовать себя уверенно.

Как бы странно это не прозвучало, но прежде всего, нужно научиться быть богатым. Ведь не преодолев этот психологический барьер, будет трудно встать на волну, которая катится к острову сокровищ.

Что можно предпринять для того, чтобы приблизить тот момент, когда Вы сможете открывать ногой дверь в заведения самого высокого уровня?

Для начала надо привыкнуть к мысли, что Вам и сейчас никто не запрещает там появляться. Пройдитесь по тем местам, куда раньше не решались даже заглянуть. Устройте себе такой тренинг. И ни в коем случае не берите с собой много денег. Это тоже необходимое условие. Для того чтобы спустить за один вечер весть свой бюджет ума много не надо. Конечно, так Вы будете чувствовать себя на много увереннее и возможно поймаете кураж — «Эх гулять, так гулять!». Но суть как раз в том, чтобы выработать в себе ощущение уверенности, даже заказывая одну чашку кофе в самом крутом ресторане.

Если Вы любите машины, то не лишайте себя удовольствия сходить в какой-нибудь автосалон. Поймите, что там работают самые обычные люди. И у них нет специального сканера, который бы определял, кто пришел с реальным намерением приобрести себе новое авто, а у кого нет денег даже на одно его колесо. Для вышколенного консультанта практически все посетители на одно лицо. В его обязанности входит, предоставление максимально развернутой информации про имеющиеся в салоне

автомобили. Он получает дополнительные проценты от продаж и поэтому хочет видеть в каждом вошедшем потенциального покупателя. Если он работает там не первый день, то уже уяснил для себя, что нельзя оценивать платежеспособность человека по его внешнему виду. На его памяти много примеров, когда люди, пришедшие в потертых шортах и засаленной кепке, уезжали на самых дорогих моделях и рассчитывались наличными.

По большому счету это тот же магазин, в котором продают определенный товар. И на его дверях не висит табличка «Посторонним вход воспрещен». Просто некоторые люди сами создают вокруг него ауру чего-то для них недоступного и причисляют себя к этим «посторонним».

Ходите по автосалонам. Садитесь за руль, заглядывайте под капот. Послушайте консультантов, которые всеми силами будут стараться продать Вам автомобиль подороже. Закажите себе тест-драйв.

Только не держите в своей голове мысли о том, что Вам всей жизни не хватит, чтобы заработать, скопить, наскрести на такую тачку. Напротив, действительно подыскивайте для себя транспорт, деньги на который у Вас появятся немного позже. Это не самообман, а небольшое опережение событий.

Рамки возможного и недостижимого устанавливает Ваш разум. Научившись чувствовать себя богатым, Вы максимально их раздвинете. И это будет реальным шагом в жизнь абсолютно нового качества. Вы убедитесь в том, что лишь нерешительность и предрассудки удерживали Вас в мире, где люди второго сорта вынашивают в своем сознании убеждение: «Не с нашими рожами в Мерседесы заглядывать».

*Человек может достичь всего, что в состоянии
постичь его разум.*

Бенджамин Франклин

Рамки

Виной тому, что сознание человека заключено в определенные рамки, как правило, служит его собственный жизненный опыт. Если на протяжении долгих лет он тяжело трудился и получал за это сущие копейки, то ему трудно представить, как можно зарабатывать миллионы, не сбивая в кровь руки

и работая по четыре часа в день.

Конечно, он знает о существовании тех, кто делает баснословные деньги, засучивая рукава лишь для того, чтобы их пересчитать. Чуть ли не каждый день они проезжают мимо на своих дорогуших автомобилях, их показывают по телевизору. Но простому труженику представить себя на их месте довольно трудно. Он ведь знает, как нелегко достается каждая копейка. И его скудный месячный оклад, выплату которого могут еще и задержать, говорит о том, что зарабатывать во много раз больше задача для него невыполнимая.

Переубедить его в том, что возможности увеличить свой доход есть всегда, может только новый опыт.

Пока он получает четыреста долларов месяц, ему будет казаться, что зарабатывать тысячу неизмеримо сложно, а десять тысяч — вообще из области фантастики. Но после того, как в силу каких-то положительных изменений (повышение, переквалификация и так далее), его заработок добегают до тысячи, а то и больше, взгляды на реальное и невозможное меняются. Теперь уже то, что казалось сложным, стало днем будничным. А то, что считалось фантастикой, перешло в разряд сложно осу-

ществимого. В соответствии с этим, и к нереальной суме тоже добавилось пару нулей.

И не мудрено догадаться, как расширятся границы его сознания, когда он станет получать десять тысяч, сто тысяч, миллион и так далее.

Уверенность

Роль внутреннего настроя невозможно переоценить. От того, какие чувства наполняют человека, зависит исход дела, за которое он берется.

Например, в спорте грамотные тренеры уделяют огромное внимание психологической подготовке своих подопечных. И такой подход всегда более выигрышный чем, если наседать только на физические упражнения.

Уверенность в своем превосходстве и победе берет свое начало из внутренних ощущений, а те в свою очередь, являются результатом умственной деятельности. Прекрасную тому иллюстрацию можно наблюдать на примере военизированных формирований.

Молодые люди одного возраста и обладающие примерно одинаковыми физическими данными призываются в армию. По воле случая, одни отправляются служить в пограничные войска, другие — в ракетные, третьи — в танковые, воздушно десантные и так далее. Изначально, особых расхождений в способностях и боевом духе у них нет. Но спустя буквально несколько дней их потенциал начинает резко отличаться. И причина здесь не в уровне подготовки. За две три недели существенного прогресса не добьешься. Дело исключительно в моральном настрое.

Просто одним на вводном и последующих инструктажах старались донести, что они всего лишь кучка недоношенных тупых слюнтяев. А другим внушили, что теперь в каждом из них бьется сердце бесстрашного воина.

— Еще вчера вы были маменькиными сыночками, — с фанатизмом в голосе надрывается командир части, обводя безумным взглядом застывших по команде «смирно» вновь прибывших солдатиков, — сейчас же на ваших плечах лежит ответственность — охранять покой своих матерей и защищать Родину. И вы не какие-нибудь танкисты или слабаки из стройбата. Вы — ДЕСНТНИКИ!..

После таких вдохновляющих речей желторотые «коммандосы» с охотой верят в то, что они, действительно, круче всех. И раз теперь у них вместо вен парашютные стропы, по которым течет кровь, доведенная до температуры кипения, то их возможностям практически нет предела. Как раз на этой почве их осеняют идеи разбивать на голове бутылки, рушить лбом кирпичные стены, поедать живых ящериц и тому подобное. А че, они ведь — десантники.

И совершенно иными словами настраивают личный состав в том самом строительном батальоне:

— Вы! Дебилы! — с откровенным «уважением» обращается к грустным от своего статуса солдатам такой же «гордый» от того, что служит в «элитной» части офицер, — Кирка и лопата станут вашими лучшими друзьями на тот период, пока вы будете отдавать долг родине. Но, не смотря на то, что вы законченные приматы, я все же попытаюсь сделать из вас хоть какое-то подобие человека.

В данном случае, конечно, никто не согласен с тем, что он не дотягивает до хомо сапиенса, но ни о какой уверенности в своих силах речь тоже вестись не может. И если целой бригаде таких морально подавленных вояк сообщить, что им предстоит сра-

жаться с «суперменами» из воздушно-десантных войск, то они досрочно похоронят надежду, что смогут победить, даже если тех будет в два раза меньше. «Куда там нам против десанта. Они ж напильниками зубы точат. Нам хана!»

Фактически разницы между ними нет никакой. И те и другие только что из-за школьных парт повылазили. Но вера в себя, которую одним привили, а у других приглушили, определяет исход сражения. Просто одни будут рваться в бой, разрывая на груди тельняшку, а другие жмуриться от страха, пытаясь хоть как-то сопротивляться, при этом не задействовав и половины своего потенциала.

Как в бою или спорте, так и в жизни уверенность в своей победе позволяет находить в себе силы и видеть дополнительные возможности. Когда не сомневаешься, что сможешь достичь цели, тогда и путь к ней становится гораздо короче.

Вера — открывает глаза на то, что может помочь добиться результата.

Сомнение — ослепляет и создает вымышленные препятствия.

Статистика

Статистика удач и невезений, которую человек ведет самостоятельно, мешает ему поверить в собственные силы. Его печальный опыт в различных начинаниях выливается в страх, что очередная затея не увенчается успехом. Но подсчет событий положительного и отрицательного характера всегда имеет большую долю погрешности. Ведь люди в основном видят и помнят плохое, а то хорошее, что с ними случается редко надолго остается в памяти.

Увлекаясь размышлениями на счет прошлых неудач и поражений можно довести себя до состояния полного скептицизма. А, как известно, в таком расположении духа шансы на успех в чем бы то ни было заметно снижаются.

Не думайте о тех падениях, которые Вам довелось когда-то пережить. Настраивайтесь на новый этап жизни и будьте готовы к тому, что еще не раз придется сбивать в кровь колени. Никто из нас в один день не научился ходить. Но набив в свое время достаточное количество шишек, сегодня мы уверенно стоим на ногах.

Выстрел

Путь на вершину своего успеха может быть тернистым и изобиловать множеством препятствий. Но это совсем не означает, что нужно настраиваться на жестокую борьбу с жизнью и готовиться отражать нападки с ее стороны. Напротив, надо понимать, что непредвиденные обстоятельства не всегда носят отрицательный характер. И совершенно неожиданно могут произойти события, благодаря которым Ваши дела не пойдут, а просто полетят вверх.

Планирование, расчет, прогнозирование — вещи необходимые и весьма полезные, но не стоит скидывать со счетов счастливый, и чаще всего непредсказуемый, случай. Чем бы Вы ни занимались и какие бы сроки на достижение того или иного результата не устанавливали, график этот может быть перечеркнут одним удачным знакомством или гениальной идеей, которая вдруг, по наитию, придет Вам в голову.

Но понимание этого не должно служить поводом тому, чтобы застыть в ожидании какого-то чуда. Просто, идя к своей цели, надо знать, что удача в любой момент готова удивить своей непред-

сказуемостью и неограниченными возможностями, став наградой за усердие и целеустремленность.

Созидая что-либо, Вы повышаете свои шансы на внезапный «выстрел», способный в один прекрасный миг сделать Вас богатым, знаменитым, давая сполна насладиться заслуженным успехом.

Послесловие

Ваше богатство существует. Оно всегда существовало и ждет, когда же Вы решитесь получить свои деньги, свою любовь и все то, без чего жизнь является неполной мозаикой, собирать которую никто за Вас не будет.

*Знания + регулярное применение их на практике =
безграничные возможности
и ошеломляющий успех.*

Это формула, которая действует безотказно. Вам нужно всего лишь использовать многовековую мудрость и всегда помнить, что рамки реального и недостижимого устанавливает только Ваш разум. Осо-

Оскар Рай _____

знание этого является спасательным кругом тонущего в океане заблуждений. И если Вы хотите доплыть до острова своей мечты, то его ни в коем случае нельзя выпускать из рук.

Оскар Рай

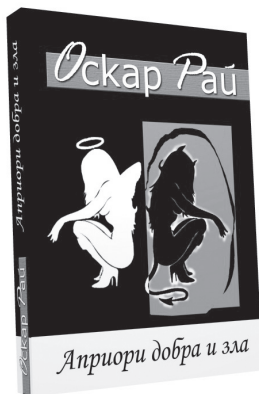
«Пособие по пользованию жизнью» — единственная нехудожественная книга Оскара Рая, известного как автора философско-психологических романов. Его книги написаны в уникальном стиле для думающего читателя. Это не безликое чтиво на один вечер, а произведения, к которым возвращаешься и находишь новый смысл давно прочитанных фраз.

Люди, познакомившиеся с его творчеством, никогда не остаются равнодушными, замечая, как поразительно эти книги повлияли на их судьбы.

*Официальный сайт писателя
www.oskarray.ru*

Априори добра и зла

Психологический роман



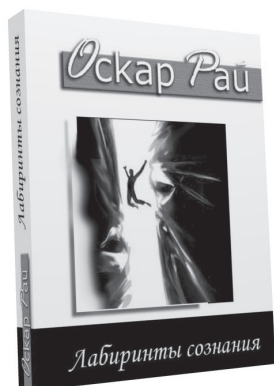
*Какой наш мир? Чего в нем больше, добра или зла?
Можно ли, стремясь к свету, избавиться от тьмы?*

*“Априори добра и зла” — шокирующий роман,
увлекающий читателя в самые глубины его черно-белой
души.*

*В истории одной необыкновенной девушки отображена
суть внутреннего противостояния, которое протекает
внутри каждого из нас.*

Лабиринты сознания

Психологический роман



Знакомо ли Вам чувство, когда кажется, что жизнь перестала Вас удивлять и будничные дни, как братья близнецы, уже не приносят особой радости?

Книга “Лабиринты сознания” вовлекает Вас в тот мир, где Вы сможете научиться видеть гораздо больше прекрасного вокруг и ценить то, что у Вас уже есть.

Захватывающая история, которая вдохновляет на то, чтобы ценить свою жизнь, сознавая суть необусловленного ни чем счастья.



*«Перед Вами открыты все двери, надо только
решиться переступить через порог и взять
то, что по праву принадлежит Вам.»*

Оскар Рай

Совсем не обязательно забивать себе голову
огромным количеством информации, в
надежде, что это поможет осмыслить
ошибки допущенные в прошлом, и
тем более избежать их в будущем.

Успех Вашей жизни зависит не
от перегружающих разум
знаний, но от
ЗНАНИЯ НЕОБХОДИМОГО.

Хотите получить конкретный ответ
на самый важный вопрос КАК?



**живи, читая
Оскара Рая**

AY.RU OSKARRAY.RU OSKARRAY.RU OSKAR