

МАГИЯ РЕАЛЬНОСТИ



РОМАН

ФАД



**Как управлять подсознанием
и судьбой**

Книга предназначена для тех, кто хочет стать властителем своей судьбы, а не оставаться пешкой на шахматном поле мироздания. Управлять всеми процессами, происходящими в жизни, очень просто, если захотеть и следовать советам Романа Фада. Вы можете изменить ситуацию к лучшему, помочь себе и своим близким увидеть мир по-новому и наслаждаться его дарами. Никаких сложных ритуалов, денежных затрат, невыполнимых условий: необходимо только перестроить мышление и верить, что все получится. Боги мироздания - это вы сами, именно в вас самих заложена программа счастья, нужно только научиться ею пользоваться.

Роман Фад
Предисловие

Роман Фад

Магия реальности

Как управлять подсознанием и судьбой

Предисловие

На эту тему уже написано множество книг, но люди продолжают их покупать, ходят на различные тренинги, семинары, приемы к колдунам, а это значит, что еще не все сказано или сказано не так и есть насущная необходимость помочь вам повернуть зеркало под таким углом, чтобы вы увидели и поняли, как действительно можно изменить судьбу в лучшую сторону.

Психология в чем-то сродни магии, она пытается разобраться в скрытых процессах человеческого мышления, достучаться до подсознания, выявить и нейтрализовать существующую проблему, вскрыть нарыв, продезинфицировать рану и добиться излечения пациента. Не суть важно, какой из методов мы используем, если он приносит пользу и выздоровление и не вредит окружающим.

В этой книге мы с вами будем учиться избавляться от негативных установок, навязанных нам извне родителями, государственными учреждениями и обществом. Будем учиться мыслить нестандартно, выходить за рамки самого себя и своих возможностей. Подумайте, вам с детства говорят: «Выше головы не прыгнешь», «Лучше синица в руке, чем журавль в небе» и так далее. А кто вам сказал, что выше головы не прыгнешь? Вы пытались? Нет, вы просто приняли эту якобы народную мудрость на веру. Кто и зачем убедил вас в том, что, имея синицу в руке, не стоит пытаться поймать журавля? Это убогое мышление, воспитывающее рабочую массу, винтики государственной машины, обслуживающий персонал для более богатых, более счастливых, более достойных, одним словом тех, кому повезло больше. Но если исключить из списка миллионеров тех, кому деньги достались по наследству, мы увидим, что есть и те, кто всего добился сам.

Как им удалось? Простое везение? Или они лгали, убивали, крали, обманывали и достигли высот нечестным путем? Дорогие мои, наша с вами проблема в том, что мы до сих пор не можем избавиться от советского мышления, вьезшегося, впитавшегося в нашу плоть и кровь, в наши гены. Во времена коллективизации раскулачивали не жирных тупых богатеев-купцов, наслаждавшихся праздной жизнью за счет трудового крестьянства, а самых работающих и

достойных людей, создававших благосостояние за счет своего трудолюбия, ума, сметки и практической хватки.

Если вы и в данный момент считаете, что вокруг все без исключения добиваются материальных благ за счет других – немедленно закрывайте эту книгу и не тратьте время на ее чтение, она вам не поможет. Но если вы готовы воспринимать новые знания, взглянуть на себя, свою жизнь критически и разобраться, готовы понять, что ваши родители, школа, учебники учили вас не тому, что действительно важно, – добро пожаловать в вашу самую главную школу: ШКОЛУ УСПЕХА.

Совершенно не важно, каких целей вы хотите добиться: стать известным архитектором, ученым, актером, бизнесменом, домохозяйкой – вы сможете овладеть поистине необходимыми знаниями и получить свой персональный рецепт счастья.

Сначала вам будет сложно, потому что мозг будет продолжать цепляться за привычную картину мира и тянуть назад, в прошлое. Он день ото дня станет вам нашептывать, что позитивно мыслят только идиоты и блаженные, реальность такова, какова есть, и ничего не поделаешь, надо смириться и не высовываться, абы чего не вышло, и совершать поступки можно в том случае, если в кармане уже лежат несколько миллионов евро. Но с каждым днем, с каждым шагом, убедившись в правильности моих слов на собственном опыте, вам будет легче, ведь результаты не замедлят проявиться. Когда вы лечитесь от болезни, недостаточно одной таблетки и надо пройти курс. Здесь тоже вас ожидает курс лечения сознания и подсознания, завершив который вы поймете, зачем ввязались в эту историю.

Глава 1 Негативные установки и коды

С самого своего момента рождения ребенок начинает учиться: сосать грудь, чтобы добыть пищу и насытиться, плачем или криком извещает о том, что ему надо сменить подгузник, улыбкой и гулением встречает появление матери, учится ходить, держать ложку, говорить... Потом появляются ПРАВИЛА. Основные слова это «ДАВАЙ» и «НЕЛЬЗЯ». Давай с тобой поедим, погуляем, походим, поспим... Это и предложение и мягкий приказ одновременно. Если ребенок не хочет что-то выполнять, мягкое ДАВАЙ перейдет в «НАДО», «А НУ-КА БЫСТРО», «НЕ КАПРИЗНИЧАЙ», «КОМУ СКАЗАЛА», «НЕМЕДЛЕННО»...

Практически одновременно возникает «НЕЛЬЗЯ»: кричать, топтать ногами, плакать, капризничать, плевать, не делиться игрушками... В детском саду «НЕЛЬЗЯ» еще больше: драться, не спать в тихий час, не есть, не петь вместе со всеми, звать маму, разбрасывать игрушки, не принимать участия, быть не как все...

Единые правила помогают управлять коллективом, равняя под одну гребенку и нивелируя все личности и характеры. А как иначе одна воспитательница справится с таким количеством детей? Как иначе руководство страны справится со своим народом? Чтобы управлять массами, надо их превратить в единый коллектив с едиными правилами и обязанностями, иначе воцарится хаос. Но в обществе всегда есть нестандартные личности, идущие своим путем: ученые, бизнесмены, художники, актеры, политики, умеющие взглянуть на мир чуть-чуть иначе. Их уникальность заключается не только в их таланте, но и во взгляде на мир. Как правило, серые мышки, посредственности, привыкшие быть таковыми, вешают на них завистливые штампы: «Она добилась всего через постель», «У него была волосатая лапа и такой покровитель», «Понятно, что без блата тут не обошлось», «Она перед экраном мордой светит, а дети дома беспризорные, на няньках висят, по мамке скучают»... Знакомо, не правда ли? Но много ли в этих утверждениях правды?

К примеру, воспитание личности в Японии очень отличается от традиционного воспитания

в России. Те грубые фразы, которые легко услышать на наших детских площадках: «ты плохо себя ведешь», «сейчас я тебя накажу» – невозможно представить там. Даже если маленький японский мальчик будет драться с мамой или рисовать фломастером на белой двери магазина, никаких строгих наказаний и выговоров не последует. До 5–6 лет ребенку здесь разрешено все. Такие либеральные традиции воспитания совершенно не укладываются в наши представления о том, как надо воспитывать детей.

Основы воспитания в японском обществе – терпимое и доброжелательное отношение к маленькому ребенку. При этом при такой вседозволенности в детстве взрослые японские граждане отличаются умением жить интересами коллектива или фирмы и законопослушностью.

Воспитание личности в раннем детстве чрезвычайно мягкое, детям обычно ничего не запрещают и самое строгое наказание – это услышанное неодобрение или предостережение матери, если то, что он делает, опасно или маме больно. Основы воспитания в японском обществе – предельная вежливость к окружающим людям и в общественных местах. И дома, и в саду много времени уделяется усвоению манер, ритуалов, вежливых выражений, которыми богата речь японцев. Еще японские родители могут пригрозить ребенку, что поменяются с соседями, у которых замечательные дети. Эти традиции воспитания помогают воспитывать послушание с раннего детства. В Японии принято обращаться по-царски с ребенком до 5–6 лет. Дальнейшее воспитание становится более строгим, к ребенку предъявляются высокие требования на занятиях и в детском саду, и в школе. А общение с ребенком, достигшим 15 лет, будет уже как с равным.

У нас все совершенно иначе. Выражения: «Господи, за что мне такое несчастье», «Что за балбеса я родила», «Яблочко от яблони недалеко катится», «Ты никогда ничего не добьешься» и прочие – слышатся отовсюду. Маленький ребенок привыкает к тому, что он дурак, двоечник, «мамино несчастье», «бабушкина тяжелая ноша» и недоразумение, и начинает к себе относиться как к не заслуживающему счастья, уважения и любви существу, по нелепой ошибке явившемуся в этот злой, страшный и непонятный мир. Он сжимается и скукоживается в преддверии телесного наказания или очередного ора, повзрослев, уходит на улицу и начинает хулиганить, отстаивая свое право если не на любовь, то хотя бы на страх и уважение. Он начинает противостоять миру, не принявшему его любовь, заставившему его страдать, и сам начинает причинять страдания, унижать, чтобы отомстить за испытанную когда-то боль.

День ото дня система запретов и обязанностей растет, тогда как свободы больше не становится (за редким исключением). Ребенок понимает, что он – существо бесправное, изначально всем и за все должное, за любой проступок наказываемое и унижаемое и, самое ужасное, НЕ ЗАСЛУЖИВАЮЩЕЕ ЛЮБВИ. Некоторые из таких несчастных детей считают себя неродными в своей семье. Они думают, что их взяли из приюта и просто скрывают эту информацию из жалости или их подменили, а может, нашли (нет-нет, не в капусте, не аист принес) и усыновили/удочерили... Они пытаются найти мотив такого отношения к себе, чтобы оправдать эту НЕЛЮБОВЬ. Ведь дитя любит своих родителей, несмотря ни на что, а капризничает, чаще всего, либо отстаивая свое право на решение, либо чтобы обратить внимание занятых родителей и получить хоть толику ласки.

Когда ребенок достигает пресловутых 15 лет, он не становится равным родителям, как в Японии, а продолжает быть обузой, взрослым дитятей, нуждающимся в указах и строгом (как сказали бы в Советском Союзе) выковывании личности, и не имеет права на самостоятельные решения и уважение. Ущербная система воспитания дает себя знать и по большей части растит слабых, безвольных и завистливых людей, не умеющих стать счастливыми, востребованными, любимыми. Обзаведясь семьей и детьми, такой человек пытается насадить там ту же модель поведения, привычную с детства, ведь именно тогда он получает толику власти, пусть и над

своими домашними. Для человека, непривычного управлять другими, это искушение губительно, поскольку приводит лишь к новым издевательствам и трагедиям. Мы привыкли к такому положению вещей и не понимаем, насколько это страшно, если попытаться увидеть картину целиком, без прикрас.

Печально, не правда ли? Но это правда, которой мы должны взглянуть в глаза, чтобы увидеть ее и избавиться раз и навсегда.



...

Негативные установки и коды – это не только попытка общества создать серую массу обывателей со стандартными взглядами, это еще и наш страх выделиться из толпы, страх оказаться белой вороной или боязнь провала, насмешек и осуждения.

Мы с вами уже говорили в прошлых моих книгах о том, что мысль материальна и человек сам притягивает к себе и то, что хочет, и то, чего боится. Если принять этот постулат за истину и проследить все наши ошибки и достижения, мы поймем, что это на самом деле так и есть. Мы попадаем в различные ловушки разума, расставленные для нас с детства «добрыми людьми» из желания предостеречь, не высовываться, не соваться из опасения «абы чего не вышло».

Таким образом, некоторые покорные дети, особенно отличники, послушав родителей, идут не туда, куда их влечет (к примеру, театральный вуз, факультет геологии), а куда посоветуют или заставят поступить родители (юридический, педагогический и пр.). В итоге мы получаем плохих юристов и учителей, ненавидящих свою работу и не способных принести пользу другим и счастье себе. На своих детях они используют ту же пагубную методику, замкнув очередной порочный круг.

Что же такое негатив? Если говорить о фотографии, это инверсное (негативное) изображение запечатленной сцены; а если о жизни – то наши отрицательные эмоции, вызванные тем или иным событием. Но наше отношение к событиям может быть разным, мы сами решаем, каким оно будет: позитивным или отрицательным. Наша с вами задача: не дать мозгу воспринимать информацию со знаком минус, а искать положительные моменты или извлекать урок. Мы так часто расстраиваемся по пустякам, что не замечаем заботу мироздания о своих чадах. Возможно, если вы застряли в лифте, то мироздание уберегло вас от куда большей неприятности, грозившей вам на дороге. Не заводится машина? А вдруг бы что-то сломалось в экстремальной ситуации на большой скорости? Попали под сокращение на работе? Найдете более интересную и высокооплачиваемую работу. Потеряли сережку? Повод купить новые.



...

Помните, что любые потери каких-либо предметов и вещественных объектов – знак, что вас уберегли от более серьезных потерь, отвели серьезную угрозу жизни или здоровью.

В других моих книгах мы с вами уже говорили о том, как отводить негативные сигналы. Для этого существует славянское вибрационное заклинание: «**Вéда отвéд**»[1]. Не забывайте про него, пользуйтесь им при ощущении опасности и нахлынувшем негативе.

В этой книге мы продолжаем с вами говорить о том, о чем начинали в предыдущей: о ловушках разума, вашей Картине Мира, причинах неудач и изменении реальности. Наши родители, наше окружение каждый день с детства вбивают в нашу голову повседневные правила жизни. Некоторые из них могут сохранить нам жизнь, научат общаться с людьми, помогут стать сильными, другие заведут в лабиринт из ментальных ловушек разума, состоящих из привычных путей, стандартного способа реагирования на события и бесполезной траты энергии. Сколько времени вы тратите на обдумывание обид, сочинение способов мести, доказательств собственной правоты?.. Как долго вы готовы топтаться на одном месте, тратя энергию впустую, вместо того чтобы пустить ее в позитивное русло, на созидание? Попробуйте посчитать. Растрачивая свои силы на обдумывание ненужных вещей, вы лишаете себя энергии необходимой для действия, для создания и реализации намерения.

К примеру, если вы будете одновременно поглощать пищу, смотреть телевизор и разговаривать по телефону, то в итоге не заметите, как насытитесь и съедите больше, упустите возможность посмотреть фильм и не поймете его смысл, а часть телефонного разговора вылетит у вас из головы и что-то важное может ускользнуть. Мы все время спешим, находимся в погоне за недостижимой мечтой, за карьерой, большими деньгами, но умение наслаждаться тем, что есть здесь и сейчас, – одно из главных для человека. Поешьте спокойно, насладитесь вкусом пищи. Посмотрите хороший фильм и получите удовольствие. Поговорите с собеседником так, чтобы его действительно слышать... Если делать все спокойно и не торопясь, тоже можно успеть все, но на более качественном уровне.

Для этого вам необходимо научиться любить себя, слышать и чувствовать свое тело и разум, отслеживать мысли и отделять те из них, которые не важны и, может быть, даже вредоносны. Ломайте стереотипы мышления, меняйте привычки, находите новые увлечения, так как движение, изменение и есть жизнь. Закосневший человек не сможет управлять не то что мирозданием, но и своей судьбой. Привычка спать наяву, не осознавая четко происходящее, присуща многим. Попробуйте закрыть глаза и ни о чем не думать. У вас не получится. В вашу голову тут же ползет рой мыслей, хаотично сменяющих друг друга. Вы начнете обдумывать ремонт, прикинете, что для него потребуется, распишете в голове необходимые материалы, потом с сожалением осознаете, что по финансам сделать этого не можете, к тому же вам не заплатили премию, а еще надо купить ребенку к школе много нужного, пожалеете, что он растет балбесом, перескочите на его друзей или ваших друзей, у которых есть дети... Порассуждаете о том, как Оле не повезло с Петей, но повезло с квартирой.... Дальше можно продолжать бесконечно, потеряв как изначальную точку отсчета, так и какую-то, даже примитивную, логику. А смысл? Это время вы могли бы потратить гораздо более плодотворно: почитать интересную книгу, поиграть с ребенком, придумать план летней поездки во время отпуска...

Поэтому вам надо учиться использовать энергию рационально, не тратя ее впустую.

Упрямство и упорство. Человек упрямый обычно воспринимается словно баран, пытающийся протаранить ворота, но упорство в достижении цели ценится обществом весьма высоко, хотя последнее качество тоже может быть полезным далеко не всегда. Упрямые дети всегда будут настаивать на своем, доходя до истерики, но не отступая. Потакая им, вы теряете авторитет: некоторые соглашаются и теряют позиции, другие кричат, шлепают, угрожают, тогда

как нужно обнять, успокоить, объяснить, почему надо сделать именно так, а не иначе.

Суета. Есть такая категория людей, которые постоянно суется даже на пустом месте, тратя энергию зря. Они прикладывают массу усилий даже там, где этого не требуется. В обычную турпоездку они будут собираться, как в эмиграцию, составляя список нужных вещей (среди которых может оказаться даже альпинистское снаряжение); будут заставлять ребенка повторять стихотворение даже тогда, когда он его выучил еще несколько дней назад, пока тот не начнет испытывать отвращение к предмету; на работе своим занудством и постоянными проверками сорвут ежедневную работу и выполнение обычного плана; при поиске квартиры будут так долго искать подходящий вариант, просчитывать затраты, изучать объекты, что самый выгодный вариант обязательно уплывет из рук, и так далее... Таким людям кажется, что их действия правильны, рациональны и выверены, тогда как их суета плодит хаос и раздражение окружающих. Эти люди тратят энергию впустую, и в моменты истинной необходимости не могут найти сил справиться с поставленной задачей. Они расшвыряли свой энергетический запас, истощились, и выходом для них будет либо лежание пластом, либо попытка повампирить, отобрать энергию у окружающих, чтобы пополнить собственные запасы.

Зацепки. Они мешают нам продвигаться к поставленной цели. «Хочу только это, и, пока не получу, ничего другого мне не надо. Буду сидеть и ждать, буду добиваться желаемого, а все остальное потом». Не напоминает ли вам эта ситуация позицию капризного ребенка, не слышащего никаких доводов? Как правило, люди, исповедующие подобный принцип, – невыросшие, неповзрослевшие дети. В детстве их сильно баловали, соглашались на все их причуды, исполняли любые капризы, а когда они выросли и столкнулись с реальной жизнью, в которой все несколько иначе, то не сумели перестроиться. Они попали в тупик, из которого только один выход: вернуться назад и пойти другим путем. Но они стоят перед каменной стеной, топают ногами, бьют в стену кулаками и кричат: «Хочу, чтобы она рухнула! Хочу всего и сразу! Не пойду обратно!» Если бы вы увидели такую сценку в реале, наверняка бы подумали, что этот человек болен на всю голову. Но соотносить это с аналогичными поступками в других ситуациях упрямам не дано. Они не хотят посмотреть в зеркало и увидеть там себя, им кажется, что оно кривое, когда на самом деле оно отражает все верно.

Таким людям кажется, что их последовательность в действиях логична, правильна и необходима для ступенчатого подхода. Они не могут сменить сферу деятельности или просто заняться чем-то другим, пока не получают ожидаемого, страстно и мучительно желаемого. Время утекает сквозь пальцы, другие идут вперед, добиваются результатов, радуются новому, тогда как несчастные страдальцы-зацепщики ждут у моря погоды. В такой ситуации хочется сказать следующее: «Дорогой, если на море шторм и ты не можешь выйти в море, чтобы наловить рыбы, повернись к нему спиной и пойдешь сорви банан или кокос, посади картошку, сделай что-то другое, иначе ты просто умрешь с голоду». Учитесь отцепляться от ситуации, управлять своими приоритетами, иначе вы обречены на вечное ожидание, страдания и стенания. В конце жизни, достигнув желаемого, вы поймете, что гнались за Синей Птицей, оказавшейся всего лишь воробьем или вороной, ни разу не волшебной, а обычной и слегка потрепанной. Но время нельзя повернуть вспять и начать сначала, жизнь прошла глупо, бездарно и бестолково, плачь не плачь. *Самое худшее, если на смертном одре вы признаетесь себе:*



...

- Я мог построить дом из дерева, но ждал, когда у меня появится возможность нанять дизайнера, архитектора и создать нечто столь же умопомрачительное, как творения Гауди...
- Я мог влюбиться, жениться и создать семью, но все женщины вокруг казались мне недостойными. Я ждал королеву, Анджелину Джоли, хотя рядом со мной были чудесные девушки, в то время казавшиеся слишком обычными. Теперь я стар и никому не нужен.
- Я мог родить ребенка, но все оттягивал, желая заработать кучу денег, дать ему все, положить к его ногам мир, а потом вдруг стало поздно...
- Я мог посадить дерево, но семена/черенки баобаба мне все не попадались, я ждал, выписывал их, они не приживались и гибли, тогда как на моем участке мог бы уже расти прекрасный дуб...
- Я мог, но я ничего не сделал, хотя мне это было доступно. Я прожил свою жизнь зря...

Существование в прошлом. Как часто человек возвращается мыслями в прошлое, пытается переиграть произошедшее? «Вот если бы я поступил не так, а вот этак, случилось бы то-то и то-то...» Человек, вместо того чтобы жить здесь и сейчас, бесплодно возвращается назад, живет былыми неудачами, минувшими успехами и любовями, тогда как надо было всего лишь призвать удачу и успех в свое сегодня. Живя «во вчера», вы не только бессмысленно растрчиваете энергию, но и не пускаете к себе новое, ведь вас нет в настоящем. Пытаясь изменить уже сложившееся прошлое, вы не даете возможности развиваться настоящему и лишаете себя будущего. Поймите, произошедшее изменить нельзя, но стать счастливыми в «здесь и сейчас» вполне возможно. Для этого нужно избавиться от призраков былого, перестать рефлексировать и начать жить. Можно вернуться в прошлое, чтобы изучить свои ошибки и принять этот опыт, или использовать сеанс регрессионного гипноза, но эти цели оправданны в отличие от бесплодной попытки изменить уже осуществившееся или уже упущенное.

Помните, что только сам человек сможет справиться с данной ситуацией. Раскрывать кому-то глаза на проблему бесполезно, так как человек предпочитает сам, добровольно уходить в минувшее, боясь настоящего, избегая необходимости принимать решения. Некоторые люди попадают в другую разновидность ловушки прошлого: чувства вины за поступок. Они не умеют и не могут разграничить необходимость чувства вины как способ никогда больше не повторять данный поступок и вместо этого проживают ситуацию снова и снова, казнясь, бесплодно сожалея и существуя в персональном аду. Это напоминает вечно кающихся, бичующих себя изо дня в день цепями, каждый день изуверски вскрывающих заново гноящиеся раны. Каждый добровольно, сам выбирает свою судьбу и вершит свою реальность. Вечный жалобщик не вызывает сочувствия и сострадания, желая помочь, а только желание отойти в сторону и не мешать ему наслаждаться выбранным способом жития. Где и как вам существовать – решайте сами. ЭТО ВАШ ВЫБОР. Не стоит сваливать вину на другого: Бога, родителей, воспитателей, учителей, друзей, страну и государство...

Изменения и стагнация. Порой в нашу жизнь приходит ситуация, требующая от нас изменения курса или кардинальных трансформаций в жизни, но зачастую люди этого пугаются. Им кажется, что стабильность – залог безбедной и спокойной жизни, но на самом деле это стагнация. Вам предлагают новую, более высокооплачиваемую работу, но берут сначала на испытательный срок. Вам очень хочется получать зарплату в два раза больше, но вы боитесь, что не справитесь, а на прежнюю работу вас не возьмут. Вы долго размышляете, советуетесь с друзьями и коллегами и никак не можете принять решение. Вас кидает в разные стороны, постепенно начинают сдавать нервы, вы срываете зло на окружающих и впадаете в отчаяние, тогда как необходимо успокоиться, расписать все «за» и «против» и принять четкое, осознанное

решение.

Научитесь распознавать эту ловушку, замедляющую темп вашей жизни, боязнь изменений, затягивание ситуации вплоть до потери контроля, когда жизнь выбирает сама, не дождавшись от вас отклика. Экстренные ситуации требуют принятия быстрого и осознанного решения. «Кто не рискует, тот не пьет шампанское», кто не прыгает выше головы, тому не забраться на вершину. Поймите, страхи – самое плохое, что есть в вашей жизни. Они владеют вами – вы не владеете ситуацией. Все просто.

Затягивание. Иногда мы попадаем в такие обстоятельства, что нам приходится браться за дело не по душе. Тогда разум начинает хитрить и всячески сопротивляться началу работы, придумывая другие дела, которые якобы необходимо сделать срочно. Вместо того чтобы исполнить заказ, за который хорошо заплатят, мы можем пойти на кухню и приготовить еду, постирать белье, устроить генеральную уборку, проверить у ребенка уроки или решить, что ему срочно понадобилось обновить гардероб и поехать в магазин и т.п. Потом мы вспомним, что давно не звонили маме или подруге, не посещали поликлинику, не мыли окна... Итогом станет либо провал с заказом, и тогда новых ждать уже не придется, либо работа в авральном режиме, изматывающая и бессмысленная. То же самое можно сказать о решении сесть на диету или начать изучать иностранный язык. Вы скажете себе, что сегодня не можете сесть на диету, потому что вас пригласили в ресторан, на следующей неделе день рождения вашей подруги, потом вы уедете в отпуск в другую страну, где не попробовать множества экзотических блюд просто грех, и это будет тянуться бесконечно. Вы найдете тысячу причин, чтобы не делать того, чего не хотите. Обманывать себя проще и легче, чем преодолевать лень. Но вы же не любите, когда вас обманывают другие, вам кажется это предательством, так почему же вы предаете себя сами, каждую минуту, час, день, месяц, год, жизнь? Научитесь получать удовольствие от преодоления. Гордитесь своими успехами, дарите себе подарки за распознавание и избегание этой ловушки, поощряйте себя за то, что сумели уничтожить Затягивание. Понаблюдайте за другими людьми, сидящими в таком же капкане. У них нет силы воли и стремления к победе, они выглядят в ваших глазах жалкими и ничтожными, вам не хочется на них походить. У детей, подростков, молодых людей всегда есть кумиры – звезды, добившиеся невероятных результатов в своей области, профессии. Это могут быть актеры, ученые, бизнесмены, писатели... Мы с детства стремимся к индивидуальности нашей личности, но с возрастом смиряемся с тем, что имеем, и перестаем пытаться реализовать скрытый потенциал. Убеждаем себя в том, что его у нас нет. И он либо прячется в самой глубине, либо испаряется. Не позволяйте себе попадаться в эту ловушку снова и снова, боритесь, действуйте. Увидев результаты нового мышления, вы войдете во вкус и забудете Затягивание как страшный сон.

Распыление. Нельзя одновременно делать два дела, требующих участия нашего сознания. Вы можете одновременно говорить по телефону, дышать и даже ходить, но делать одновременно задание по русскому языку и математике невозможно, так же как и читать две книги сразу или ехать на велотренажере и тягать гантели. Это все равно что заниматься сексом и смотреть телевизор, попутно решая деловые вопросы по телефону. В итоге ни одно дело не будет сделано правильно и хорошо, вы будете недовольны и собой, и результатом работы. Распыление – это неспособность расставить приоритеты, желание отделаться от тягостной рутины побыстрее, успеть все и сразу, пусть и кое-как.

Помните, что мозг не может одновременно отвечать за два дела, требующих работы сознания, он отвечает за одно, сосредотачивается на одном, а другое идет на автопилоте, что может привести к весьма печальным и непредсказуемым последствиям! Точно так же нельзя бросаться из одной сферы деятельности в другую, а потом в третью и четвертую, ведь каждая из них требует определенных знаний, умений и навыков, а вы все скачете по верхам...

Спешка. Казалось бы, спешка сродни суете, но это не совсем верно. Спешка – желание сделать что-то как можно быстрее, потому что следом ожидает еще масса незавершенных дел. Как правило, результатом спешки является некачественная работа, которую надо делать заново. Завязали быстро шнурки – они обязательно развяжутся по дороге, не доварили мясо – ставьте кипятить второй раз, не уловили смысла задачи – исправляйте ошибки, заштопали дырку на одежде кое-как – извольте штопать по новой. При спешке качество выполняемого сильно страдает, но самое главное то, что вам обеспечено недовольство собой и раздражение от того, что ту же работу придется выполнять еще раз. Вы же не будете прерывать встречу с деловыми партнерами на том основании, что вам необходимо посмотреть матч по футболу или любимый фильм, идущий по телевизору! В крайнем случае вы всегда сможете скачать его в Интернете и посмотреть в другое время. Так же и в других делах: не стоит делать дела в спешке, так же как и затягивать их выполнение, всему свое время и свой срок. Кто не спешит и не торопится – всегда успевает больше. *Социумные ловушки прошлого* В России принято нарушать личное пространство человека, вторгаясь в его ауру, тогда как на Западе и Востоке люди привыкли соблюдать дистанцию. Эта отстраненность – не холодность, высокомерие и отсутствие душевности, а уважение к личности, к ауре человека, к его зоне комфорта. Заметьте, что человек успешный, состоявшийся всегда будет отстранен и не позволит перейти ту грань, которую считает для себя неприемлемой. Точно так же вы закрываете на замок дом, стараясь пускать туда только тех людей, с которыми вам комфортно. Пусть это возможно не всегда и теща или свекровь нарушат эту зону комфорта, но человека неблизкого вам и неприятного вы к себе не позовете. Не многим приятна фамильярность и панибратство, проявляемые незнакомыми или малознакомыми людьми.

Конечно, крайне важно научиться выслушивать человека, особенно если он готов сообщить нечто важное для обеих сторон. Но не менее важно уметь успешно справляться с негативной информацией, которую (иногда даже против собственной воли) нам посылает собеседник – гость, партнер, знакомый. Негативная информация несет в себе черную энергию, и она разрушительно воздействует на наш внутренний мир, на наше общее самочувствие и здоровье, на наши эмоции, нашу самооценку. В конце концов, негатив, особенно если он направлен на человека периодически и даже часто, способен из уверенного в себе, здорового человека сделать сомневающегося больного неудачника. *Как же можно защитить себя от негатива?*

Прежде всего надо тщательно хранить от черных воздействий свой внутренний мир. Наше внутреннее – это наше внешнее. Чем более мы спокойны и уверены в себе – тем больше защищен наш дом, наша семья от вредных воздействий извне. Есть некий свод определенных правил, если хотите, внутренней «гигиены», которые, если их соблюдать, позволяют вам жить и с внутренней, и с наружной защитой от негатива.



...

• *Если к вам пришла неожиданная удача, старайтесь о ней никому не рассказывать, даже родным и близким людям, не говоря уже о посторонних. Пусть ваша нежданная радость останется с вами. Вы всегда успеете ею поделиться, когда пройдет время и ваша удача укрепится в вашей жизни.*

• Очень осторожно общайтесь с пьяными людьми. Человек, опьянивший себя, не владеет своей энергетикой, а часто несет и откровенный негатив, особенно если он вам втайне завидует или недоброжелательно относится к вам («что у трезвого на уме, то у пьяного на языке» – вспомним старую поговорку). Никогда не обсуждайте с пьяным человеком свои семейные проблемы, если хотите сохранить свой брак.

• Вообще о себе, о своем личном и наболевшем, о своей интимной жизни, особенно в подробностях, не нужно рассказывать никому из знакомых. Могут возникнуть или проблемы в этой важной для любого человека сфере жизни, или разладятся отношения с постоянным партнером.

• Если вы видите кошмарные сны, а в доме у вас постоянные ссоры с родными и одновременно плохо идут дела на работе – очень велика вероятность, что на вас навели порчу, и тогда придется ее снимать.

• Будьте внимательны и к пространству в своем доме, которое создаете вы сами. Никогда не заводите ссору и не выясняйте отношений в присутствии ваших детей – этим вы можете энергетически травмировать их. Вообще, приходя домой, особенно после невольного негативного общения на работе, в офисе, в любых присутственных местах, переступая порог, старайтесь «сбрасывать» с себя эти нехорошие энергии; глубоко вздохните, мысленно очиститесь от негатива, вызовите в себе «внутреннюю улыбку» – и только тогда войдите в дом. При такой духовной профилактике вы не принесете негатив в дом и не «перекинете» его на своих близких, в особенности на детей.

• Если вы одолжили деньги кому-то и он, не отдав предыдущий долг, просит снова займы – не давайте, иначе у вас самого могут появиться финансовые трудности. Понятно, что в этом случае человек может начать думать о вас со злобой, с недовольством и вы можете оказаться под обстрелом негативной энергии. Постарайтесь чаще совершать омовения – под душем, в реке, прося воду смыть негатив.

• Беречь себя от негатива еще можно и так: старайтесь не смотреть в глаза пьяным, сумасшедшим людям, а также уличным цыганкам, мошенникам и попрошайкам.

Есть несколько простых советов, которые помогут вам в налаживании новых контактов и вызовут уважение и одобрение:

• Не подходите к незнакомым людям, особенно к тем, с которыми хотите завязать деловое сотрудничество, ближе, чем на расстояние вытянутой руки, пока он сам не позволит вам этого сделать.

• Не фамильярничайте, называя малознакомого человека Васяткой, Петюней, Манюней, Анюткой... Даже если вы вчера с ними выпили за знакомство, и не раз, а сегодня пришли на деловую встречу в офис, соблюдайте этикет. Сотрудники вашего потенциального партнера не поймут подобной развязности, да и протрезвевший Васятка осадит вас самым пренеприятнейшим образом, чтобы сохранить лицо.

• Не зовите незнакомого человека сразу к себе в гости. Это не будет воспринято как радушие, но как попытка нарушить личное пространство и использовать это проникновение в корыстных целях.

• Не стоит делиться с потенциальным партнером или начальником излишней личной информацией и вываливать на него подробности вашей интимной биографии. Во-первых, он не настроен на сопереживание, ему не нужны подобные эмоции, а попытка вызвать жалость расценится как шантаж и откровенная манипуляция. Во-вторых, рассказ о таких переживаниях подразумевает, что собеседник, в свою очередь, поделится с вами, но он может быть к этому не готов, в результате чего вы получите активное сопротивление и отказ в дальнейшем сотрудничестве.

• Если вы не смогли приехать на важную встречу, вежливо сошлитесь на обстоятельства непреодолимой силы, принесите извинения и предложите перенести встречу в любое удобное место и время, по выбору. Не объясняйте реальных причин, если они слишком интимны и важны для вас. Вы можете сказать, что попали в пробку, ваш рейс задержала авиакомпания, но то, что вы вынуждены были забрать ребенка из школы, повезли жену рожать и пр. никого не волнует. Пытаясь поделиться вашей личной информацией, вы переступаете границы общения, сигнализируя, что готовы к более близкому контакту. Но далеко не факт, что ваш потенциальный партнер или работодатель готов на него. Возможно, он ему не нужен, тогда как вы вынуждаете на эмоциональное общение, что может быть воспринято негативно.

Суфийская притча

Человек пришел к Абдали и сказал: «Я бедный солдат, пожалуйста, сделайте так, чтобы я стал офицером».

Прошел год и он написал Абдали письмо: «Меня повысили в звании, но отправили на границу. Постоянные стычки с нарушителями делают условия жизни здесь невыносимыми. Пожалуйста, помогите мне выйти в отставку».

Спустя шесть месяцев человек этот прибыл в Теккию к Абдали и сказал:

– Ну вот, теперь я в отставке и стал купцом. Могу ли рассчитывать на ваше заступничество, чтобы преуспеть в этом деле?

– Увы, – сказал Абдали, – я не могу подсказать тебе, что делать, ведь ты не способен заглянуть за пределы того, что считаешь своими интересами. Поэтому снова и снова ты просишь меня способствовать изменениям в твоей карьере. Ты приходишь ко мне, шлешь письма, диктуя, что я должен для тебя делать, но все это не приносит никакой пользы.

– В таком случае, – сказал человек, – если нет никакой пользы в исполнении моих желаний, зачем же вы их исполняете? Вы же сделали все, о чем я просил!

Абдали ответил:

– Все, что делалось для тебя до сих пор, делалось для того, чтобы преподать урок, суть которого в следующем: «Всякий раз, когда ты выбираешь цель, эта цель ничего тебе не приносит».

– Тогда сами выберите для меня цель, – попросил человек.

Абдали сказал:

– Я не могу за тебя выбрать цель, которую ты смог бы должным образом осуществить. Твоя беда, что ты не в том состоянии, чтобы пожелать приобрести средства для достижения целей.

Расскажу вам еще одну мудрую притчу на эту тему.

...

Притча

Когда-то давно старый индеец открыл своему внуку одну жизненную истину.

– Внутри каждого человека идет борьба, очень похожая на борьбу двух волков. Один волк представляет собой зло: зависть, ревность, сожаление, эгоизм, амбиции, ложь. Другой – несет добро: мир, любовь, надежду, дружелюбие, истину, доброту, верность.

Маленький индеец, тронутый до глубины души словами деда, на несколько мгновений задумался, а потом спросил:

– А какой волк в конце побеждает?

Лицо старого индейца тронула едва заметная улыбка, и он ответил:

– Всегда побеждает тот волк, которого ты кормишь.

Зачем я рассказал вам эту притчу? Я хочу, чтобы вы разобрались в себе, подумали, разложили по полочкам свои достоинства и недостатки, выявили и вычленили главное: есть ли у вас цели? Изменения в вашей жизни и карьере, в вашей судьбе возможны тогда, когда вы четко знаете, чего вы хотите. Просить о помощи не грех и принимать ее не грех, если не злоупотреблять этим и добиться дальнейших результатов самостоятельно, не ожидая того, что кто-то всегда сделает это за вас. Средство для достижения цели – ваша воля, ваша энергия, уверенность в победе; они прежде всего внутри вас, а не исключительно во внешнем мире и других людях. В животном мире за счет других живут только паразиты: вши, блохи, клещи, комары – кровососущие. Хотите ли вы им уподобляться?

Не подпитывайте свои страхи, не позволяйте им завладеть вами, оставайтесь властелином своих мыслей и поступков. Вы, и только вы, решаете, как поступить, какой путь выбрать, к какой цели стремиться.

Глава 2 Магия успеха – вера в себя

– И что это вы меня тут лечите, дорогой Роман, – скажут некоторые. – Я знаю себе цену, прекрасно осознаю свои достоинства и умения, всю жизнь работаю и считаюсь хорошим профессионалом, но вот миллионов что-то не вижу. Честному человеку богатым не стать – вот единственная доступная истина.



...

Успех – это достижение поставленных целей в задуманном деле, положительный результат, общественное признание чего-либо или кого-либо.

«Одно дело задумать, а другое – реализовать. Мечтать можно сколько угодно, но цели должны быть просты и реальны. Общественное признание и вовсе дело трудное, почти недостижимое. Большинство людей каких-то результатов добиваются годами. Нам ли «с суконным рылом да в калашный ряд!» Рассуждая так, вы программируете себя на неудачу до того, как попытались хоть что-то сделать. Ваша вера в себя подорвана, ее просто нет в наличии ни в вашем сознании, ни в вашем персональном эгрегоре, а значит, вы обречены на неудачу в любом деле, в любой сфере жизни.

Итак, вера в себя – это что? Давайте разберемся.

Конец ознакомительного отрывка книги

[Скачать полный вариант книги](#)