



Олег Матвеев

Беседы с **Б**арри

Книга 1

О ЧЕМ И ДЛЯ КОГО ЭТА КНИГА.....	3
ВМЕСТО ПРЕДИСЛОВИЯ	3
ЧАСТЬ 1. ИСКУССТВО, НАУКА И ФИЛОСОФИЯ УПРАВЛЕНИЯ УДАЧЕЙ	10
БЕСЕДА 1. НАЧНЕМ С ОБЩИХ ПОНЯТИЙ	10
БЕСЕДА 2. САМЫЙ НАДЕЖНЫЙ СПОСОБ ПОТЕРПЕТЬ НЕУДАЧУ.	13
КАК ПОНЯТЬ, ЧТО МОМЕНТ УСПЕХА ПРОПУЩЕН?	14
ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ МОМЕНТ УСПЕХА УПУЩЕН?	15
БЕСЕДА 3. ПРИЧИНЫ СОХРАНЕНИЯ НЕГАТИВНЫХ СОСТОЯНИЙ	16
ОШИБОЧНОЕ ПРИСВОЕНИЕ АВТОРСТВА	16
ПРОПУСК БОЛЕЕ РАННЕГО ШАГА	17
ЗАСТРЕВАНИЕ В ПОБЕДЕ	17
СОПРОТИВЛЕНИЕ НЕГАТИВНОМУ СОСТОЯНИЮ	18
БЕСЕДА 4. ОГОРЧЕНИЯ, РАЗРЫВЫ, ПОСТУЛАТЫ.	19
ПРО БЕДНУЮ МЭРИ ИЛИ КАК РАБОТАЮТ ПОСТУЛАТЫ.	19
ТЕХНИКА НАХОЖДЕНИЯ ПОСТУЛАТА	21
ЕЩЕ РАЗ О ТОМ, КАК ЭТО ВСЕ РАБОТАЕТ.	22
БЕСЕДА 5. КАК «ПРИТЯНУТЬ» ЖЕЛАЕМОЕ. ВИЗУАЛИЗАЦИЯ	24
ШАГИ ВИЗУАЛИЗАЦИИ	24
ПРИМЕРЫ РАБОТЫ С ТЕХНИКОЙ ВИЗУАЛИЗАЦИИ	25
БЕСЕДА 6. КАК НЕУДАЧУ ПРЕВРАТИТЬ В ВЕЗЕНИЕ. ПОШАГОВЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ	26
БЕСЕДА 7. ДЕНЬГИ.....	27
ОСНОВНЫЕ ИДЕИ.....	27
ВНЕЗАПНЫЕ ВЫИГРЫШИ.....	28
ЧАСТЬ 2. ДОСТИЖЕНИЕ ЦЕЛЕЙ	29
ПРИМЕР С КАНЦЕЛЯРСКИМИ КНОПКАМИ	29
РАЗНЫЕ АСПЕКТЫ ОДНОЙ И ТОЙ ЖЕ ЦЕЛИ.	31
ПРАКТИКА	31
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	33

О чем и для кого эта книга

В этой книге я расскажу о моих личных встречах с оригинальным мыслителем и философом Барри Файрберном, о его взглядах на искусство управления жизнью. В основе книги – мои частные беседы с Барри, иногда я добавлял наиболее характерные эпизоды из его семинаров, на которых я был переводчиком.

Книга предназначена для всех интересующихся саморазвитием и самосовершенствованием. Именно для этой категории людей были предназначены семинары Барри, в которых ему удавалось просто и доступно рассказывать о весьма сложных вещах. Надеюсь, что эта информация окажется вам полезной в поиске вашего собственного пути и в преодолении трудностей, которые могут возникнуть.

Вместо предисловия



Так уж сложилась моя жизнь, что, к сожалению или к счастью, отчего-то мне однажды страшно захотелось НАЙТИ СЕБЯ. Сейчас-то я бы уже сказал, что ничего необычного в этом не было, необычны как раз те, по моему мнению, у кого такого стремления не появляется в жизни, ну да ладно, не будем отвлекаться.

И я стал искать. Искал в самых разных местах, задавал вопросы самым разным людям, читал самые разные книги и ходил самыми разными дорогами. По некоторым ходил до конца, по некоторым – попробовал и сошел. И сколько бы я ни занимался всем этим, все равно где-то глубоко внутри оставалось странное такое ощущение, что ищу я не себя и не там, где надо.

У вас такого не бывало? Читаешь книжку, вроде похоже, вроде о вас – да не совсем... Или еще хуже – похоже, что про вас, а что «не совсем» – понимаешь только гораздо позже, когда уже отмахал немалый путь по той дороге, которая там предлагалась.

Я встречал много людей, которые годами занимались той или иной практикой, несмотря на то, что цель, к которой они стремились, так и оставалась для них в области «ну у других же получалось» или «но я же знаю, что так бывает». Отсутствие собственных результатов они воспринимали как свой личный недостаток, а не изначально неверный выбор пути или направления, в котором они пытались отыскать свои мечты.

Я встречал также людей, которые уже ничем не занимались, потому что у них закончились силы на то, чтобы идти по пути. Однако, они создавали себе иллюзию продолжения путешествия, обучая других тому, как пройти по тому пути, по которому они сами не прошли. Это было видно по тому, что у них самих не было тех результатов, о которых они воодушевленно (или не очень) рассказывали своим ученикам. Может быть, они верили в то, что хоть кто-то из них, из учеников, доберется до «того края мира», и это будет оправданием того, что они преподают.



Среди учеников тоже попадалось немало таких, кто воспринимал непройденность пути как свою личную недоработку и изъян, и, отвернувшись от пути, тратили годы, работая

над своими «недоработками и изъяснами», которые им «не давали» пройти по «пути просветления».

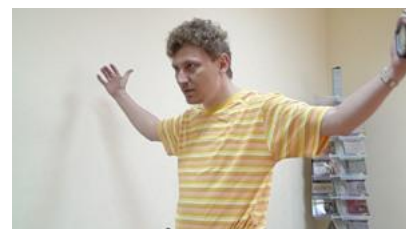


Находиться среди всей этой братии – то еще удовольствие. И главное, там не рекомендуется заводить разговоры на ту тему, на которую я только что с вами завел. Потому что немедленно окажешься изгоем и «самым неправильным на свете» человеком, который, в отличие от них, не видит собственной порочности, от которой надо немедленно избавиться для того, чтобы пойти по «правильному пути». По которому, впрочем, мало кто из них далеко ушел. Но это неважно.

Не хочется повторять избитую фразу про то, как слепые ведут слепых, но это как раз именно тот случай, проявленный в разной степени болезненности, в зависимости от конкретной ситуации.

И что дальше?

А ничего особенного. Ходите вы, ходите по таким вот путям-дорожкам, а то самое смутное ощущение, что вы живете в мире чужих зеркал, вас не покидает. Находите вы в конце концов «хорошего учителя» или «правильный метод работы с собой». Начинаете им заниматься. И опять что-то не то.



У меня тоже были разные учителя. И разные методы работы. Иногда очень даже замечательные – если снаружи посмотреть. Но однажды я понял, что есть нечто большее, чем учитель или чем «правильное учение».

Естественно, все, что учителя делают для вас и ради вас, делается исключительно для вашей же личной пользы. Поэтому, если убиваете кучу времени на те занятия, которые они вам предложат, «оно того стоит». Поэтому, если вы тратите кучу денег на то, чтобы вникнуть в суть предлагаемого «правильного способа продвижения по пути», «оно того стоит». Поэтому, даже если вы вообще за годы никуда не продвинулись и ничего не получили от этого, это исключительно вопрос ваших личных недостатков и пороков, не правда ли?

И, в конце концов, у вас остается простой выбор.

Продолжать смотреть в чужие отражения и искать там себя.

Или посмотреть в себя.

Последнее звучит просто, даже очень просто. Более того, большинство учений и учителей будут вам говорить, что они именно этому учат и именно к этому призывают. И потом будут предлагать вам очередное волшебное зеркало. Собственного изготовления, и со своим отражением внутри.

Кстати говоря, чтобы немножко вернуться в реальность, я хочу отметить, что я не вкладываю здесь в слова «учитель» и «учение» ничего мистического. Мы с вами современные люди, большинство из нас живут в городах, и большинство уже довольно давно привыкли к идее о том, что решать подобного рода проблемы нужно идти к «психологу». Специалисту по душе, если перевести название этой профессии с греческого.

Верит психолог или не верит в существование души – вопрос вторичный, главное – что у меня душа болит.

Куда идти?

С кем жить?

Кому верить?

Чем заниматься?

На что надеяться?

О чем мечтать?

...и вообще, зачем все это?



И вот вы приходите к такому психологу, и начинаете рассказывать ему о своих затруднениях. Он слушает. Если это хороший психолог, то он, возможно, даже слушает молча. И с интересом.

Но как только он открывает рот... так вы тут же оказываетесь внутри очередного ЧУЖОГО зеркала. Запихнуть вас в него могут совсем грубо – в лоб «объяснив» вам «причины» вашего горя или недостижения. Или мягко – внимательно глядя вам в глаза и побуждая вас согласиться с «очевидными» выводами», которые за вас сделает очередной «великий специалист по душе».

Обычно после всех этих разговоров, консультаций, сессий и тренингов (названий специалисты по душам придумали море) остается странный осадок.... Где? В душе, конечно. Не бывало с вами такого? «Говорили-говорили, все правильно говорили, в общем, да только от этого не легче».

На эту тему уже много анекдотов про психологов придумали, да. «Хочешь поговорить об этом?» «О да, раньше мне было стыдно, но потом мы поговорили, и теперь я этим горжусь». «Поговорив с психологом, я поняла, какая я дура». «Теперь я знаю, отчего у меня такая напасть в жизни, и ничего не получается».



А общий знаменатель один.

К вашему геморрою прибавилась тонна умных слов. Ничего больше не изменилось. Очередной «специалист» пытался вас вылечить от того, чего сам никогда не видел. Не потому, что не может видеть. А потому, что никогда не пытался смотреть. Просто СМОТРЕТЬ.

Однажды я пришел к очередному гуру. С большой черной печалью на сердце. Потому что за столько лет скитаний по разным теориям, учениям и учителям я так толком и не понял, отчего я такой, какой я есть, а не такой, каким я хотел бы быть.

К слову сказать, мало кто из «просветленных» задаст вам даже этот простой вопрос. Каким ты хочешь быть? КУДА тебе надо прийти? Им это «не надо». Потому что они думают, что они о вас все знают, и уж совершенно точно лучше вас знают, куда вам надо.

Для меня это странно. Если придерживаться идеи о том, что единственной целью любого рода «внутренних путешествий» является повышение уровня осознанности, уровня самоопределения, то есть способности человека независимо от других решать и действовать, то сразу и немедленно возникает вопрос о том, как же это можно совместить с тем, что очередного новобранца, как правило, гуру немедленно приглашает в свое зеркало. Ведь все, что он предлагает делать, обычно делается в соответствии с решениями гуру, а не в соответствии с решениями того, кто пришел.

Обычно ситуация устроена так, что для гуру характерно:

- ПОЗИЦИОНИРОВАНИЕ СЕБЯ ВЫШЕ НОВИЧКА
- ОТРИЦАНИЕ ИЛИ ОБЕСЦЕНИВАНИЕ МНЕНИЙ ИЛИ ДАННЫХ НОВИЧКА КАК НЕИСТИННЫХ
- СПОР С НОВИЧКОМ
- ВНУТРЕННЯЯ УБЕЖДЕННОСТЬ В НЕПРОДВИНУТОСТИ ИЛИ УБОГОСТИ НОВИЧКА
- ПРЕДЛОЖЕНИЕ НОВИЧКУ ПРОРАБОТАТЬ ЗАРАНЕЕ ИЗВЕСТНЫЕ «ИНЦИДЕНТЫ», «ПРОБЛЕМЫ», «ШАБЛОНЫ» И ТАК ДАЛЕЕ, С ЦЕЛЮ ЕГО «УЛУЧШИТЬ»
- МНЕНИЕ, ЧТО «Я ЛУЧШЕ ЗНАЮ, В ЧЕМ ЕГО ПРОБЛЕМА»
- ПОПЫТКИ ИНТЕРПРЕТИРОВАТЬ ИЛИ ОБЪЯСНЯТЬ СОСТОЯНИЯ НОВИЧКА ЗА НЕГО

Многим из перечисленного в списке хронически страдают психологи, за что их часто не любят и боятся даже. Психологи думают, что они знают о человеке больше, чем он сам, и что человека можно всунуть в их теории. Многие люди думают (совершенно ошибочно, кстати), что психологи знают о человеке больше, чем он сам, и что человека можно всунуть в их теории.



Так вот, пришел я к гуру. Мы сели за стол. Надо сказать, я к нему пришел как раз после очередного психолога, которому я битых часов 15 (в несколько приемов) вещал о своих проблемах. Ушел, как обычно, в том самом состоянии – «делали чего-то делали, вроде оно ДОЛЖНО было измениться, а только вот все равно не изменилось». Думаю, вы понимаете, о чем я. Нет, не то чтобы мне легче не стало. Стало. Но ... никуда я не сдвинулся, и я знал это. Одни таблетки от головной боли пьют каждую неделю

(день, месяц), другие с психологами себя «прорабатывают»... эффект одинаковый. «Где моя следующая таблетка?», и по кругу, пока либо деньги не закончатся, либо таблетки, либо ваше терпение. Стоит добавить разве что, что меня эта последняя ситуация не особенно раздражала, я имел счастье точно помнить о том, что именно я хотел решить с этими всеми психологами. И никогда я не думал, что это я такой неправильный, что проблема не решается. Искал методики... новые и новые... искал Человека Нужного, в общем.

Сию эту я, думаю об всем этом, собираюсь с мыслями, решаю, что ж ему рассказать.

А потом я собрался с духом и поднял на него глаза...

...и удивился. У него был интересный взгляд. Я не сразу даже понял, в чем разница. Понял гораздо позже. Потому что в тот момент я думал о своих печалях, а не о том, кто передо мной сидит. Это потом, когда печали остались далеко позади, я задумался, в чем же было отличие этого человека от всех прочих, которых я видел напротив себя в разных местах, где я вопрошал, беседовал о смысле жизни.

ОН ОБО МНЕ НИЧЕГО НЕ ДУМАЛ. СОВСЕМ НИЧЕГО. ВООБЩЕ.

Он меня не оценивал. Не жалел. Не сравнивал ни с кем. Не старался придумать рецепта избавления меня от моей заморочки.

ОН ПРОСТО СМОТРЕЛ.

И ЖДАЛ.

Было заметно, что ему очень интересно меня наблюдать. Он смотрел на меня с нескрываемым любопытством. Но на том месте, где я обычно находил отражение СЕБЯ, и надеялся в нем увидеть что-то новое, было пусто. Пустота. Полная и совершенная. Ничего он обо мне не думал. Совсем ничего. Вообще.

Я, конечно, удивился. Ну, в общем, хотя бы потому, что все, что я тут выше написал про пути, учителей, гуру и прочее, – это мне сейчас понятно. А тогда я, как все, приходил за решением, за таблеткой, а примеров другого подхода я и не видел, если честно.

Поэтому я думал, он меня спросит о чем-нибудь. Ну или еще что-то такое понятное сделает. А он не стал меня ни о чем спрашивать. А просто смотрел. Не дал мне никакого зеркала и даже не объяснил, где оно у него.

И тогда я сделал первый шаг...

В обратную сторону...

К СЕБЕ...

Наверное, в первый раз я по-настоящему, без оглядок, посмотрел в себя. А потому что больше было некуда. Можно было, конечно, гуру разглядывать. Но там была пустота. В пустоте, в общем, ничего интересного. У меня внутри было интересно.



И я пошел в себя. Рассказывая по дороге, что я там вижу. Что я там нахожу. Иногда плавный разговор сбивался. Я поднимал глаза на своего «собеседника», который, впрочем, молчал и слушал. С большим интересом слушал. Не найдя в нем никаких объяснений тому, что я ему излагал, я шел дальше. И дальше... и дальше...

Вы можете, кстати, удивиться тому, что вся эта история у меня какая-то беспредметная. Пути,

дорожки, в себя, из себя – о чем вообще речь? Самое смешное, что я даже не помню теперь конкретно, что я ему рассказывал по пути. Пустота у меня там теперь. Ибо ничего из того, что там было, не оказалось нужным или полезным.

Вышел я от него в странном состоянии. Наверное, точнее всего это было бы описать словами «встреча с собой» или «нашел себя». Странное трансовое переживание этого продолжалось некоторое время. Я вдруг спохватывался и вспоминал «ну как же, а вот это я ему еще не рассказал» (я же до этого столько всем всего рассказывал, и ему хотелось тоже все это рассказать), и тут же понимал, что и это уже тоже понятно, и это тоже «оттуда», из «себя», которого я нашел.

Вот такая странная история...

Не знаю, было ли то, что там со мной произошло, «просветлением», или это еще как-то называется (да мне это и неважно), но одно могу совершенно точно сказать – жизнь моя после этой встречи круто поменялась. В лучшую сторону.

Я сменил место жительства и переехал в Москву.

Я ушел от женщины, которую до этого семь лет пытался считать своей женой и другом, несмотря на то, что не клеилось у нас с ней ничего.

Я стал заниматься любимым делом.

Я завершил множество дел, которые я откладывал месяцами и годами.

Я женился, я завел сына, я научился работать на себя, а не на дядю, и с тех пор, когда в канун очередного нового года я оглядываюсь на год прожитый, я не устаю удивляться тому, сколько всего за этот год удалось сделать. Последнее время мне стало казаться, что у меня год за три работает, столько всего в нем происходит...

Собственно, к чему это я?

Ну, это я к тому, что, само собой, через некоторое время у меня все же возникли вопросы о том, ЧТО Ж ТАКОЕ делал со мной этот волшебный человек?

Кстати, чтобы вас не оставлять в пучине сомнений – нет, он не индеец, и не тибетец, и «гуру» я назвал его скорее в шутку, смеясь над собой прежним. Зовут этого человека Барри Файрберн, он и сейчас мой друг и собеседник, и я с большим удовольствием провожу с ним время, когда он гостит в России, или ведет очередной свой семинар о везении или еще о чем-либо.



Собственно, та встреча с ним была для меня толчком. Я пишу это вовсе не для того, чтобы вам сообщить тот невероятный факт, что я – тот редкий человек, который встретил того самого редкого «настоящего» гуру, который может «подарить» просветление. Вовсе нет. Я не знаю, почему именно Барри стал для меня этой «последней каплей»... ну, точнее, знаю, я же выше написал... Но хотелось пройти чуть дальше. Понять, как это ДЕЛАЕТСЯ.



Потому что, конечно, если молча и с большим интересом на кого-то смотреть, вряд ли прямо сразу случится то, что я выше описал. Есть куча других вариантов, можете сами додумать.

После того, как я с Барри «сходил в себя», мне проводники стали не нужны. Я хожу туда часто, легко и с удовольствием, когда мне надо понять что-то.

А как это делается вообще?

На самом деле внешне очень просто это делается. Для этого, правда, надо быть особенным человеком и верить в то, что внутри каждого человека есть его личный путь. А от вас тогда требуется немного.

1) Подтвердить переживания человека точно в том виде, как он их описывает.

2) Сориентировать внимание человека в отношении аспектов его восприятия.

3) Отправить клиента в путешествие к самопознанию.

И все. Больше ничего. Остальное у него все есть.

Это была моя первая встреча с Барри в 2002 году.

Потом, 6 лет спустя, занимаясь уже тренингами, я получил предложение от догдашнего своего партнера найти интересных людей, чтобы пригласить их в Россию с тренингами, и я вспомнил про Барри. Он ведет даже не тренинги, а скорее семинары или еще точнее - лекции, где он рассказывает о каких-то своих находках и открытиях.

Но лично я все эти вещи, о которых мы будем говорить, узнал от него даже не на семинаре, хотя я там выступал в роли переводчика, а когда мы с ним ночи напролет сидели и разговаривали, разговаривали... Я тогда очень много от него почерпнул и узнал в плане каких-то его рецептов управления жизнью, чем и хотел бы поделиться с вами в этой книге.

Часть 1. ИСКУССТВО, НАУКА И ФИЛОСОФИЯ УПРАВЛЕНИЯ УДАЧЕЙ

Я употребил слово «наука», потому что Барри считает, что в плане удачливости действует ряд очень чётких и конкретных правил.

Я употребил слово «философия», потому что есть кое-какие идеи, теории, объясняющие, почему эти правила работают. Вам не обязательно соглашаться с этими теориями и объяснениями, но я постараюсь рассказать вам об этих правилах так, как я это услышал от Барри, а вы сможете собственноручно проверить, действуют они или нет.

Впрочем, у всего этого есть ещё один аспект – искусство, то есть вам потребуется наработать определённые навыки. По мере того, как вы будете всё больше практиковать управление удачей и всё больше будете уделять ему внимание, ваше мастерство будет расти.

Что касается идей, с которыми я вас знакомлю, то главный вопрос тут заключается не в том, истинны они или ложны. Более важно, работают ли они, можете ли вы их применять. Если вы сумеете с пользой для себя их использовать, то вам лучше будет взять на вооружение эти новые идеи взамен старых, которым они придут на смену. Если же когда-нибудь вы сумеете найти ещё более ценные идеи, работающие ещё лучше, то очень хорошо, пользуйтесь ими. Ценность идеи определяется тем, что вы можете сделать с её помощью, какие изменения она принесёт в вашу жизнь.

Итак, вопрос в отношении удачи таков: является ли удача переменчивой и непостоянной? Действительно ли судьба переменчива, а госпожа Удача капризна?

Барри утверждает, что это не так.

Беседа 1. Начнем с общих понятий

Сократ говорил: «Давайте вначале определимся с понятиями». Ещё он говорил: «Всякая наука начинается с определения понятий».

Иной раз, когда попросишь человека дать определение какому-то явлению, он сразу выдаст пример этого явления, однако давать определения – это несколько более сложное дело, и Сократ не зря уделял столь пристальное внимание вопросу чётких понятий.

Что такое удача? Попробуйте дать определение. Часто люди говорят примерно так:

Это когда вдруг в нужный момент подворачивается счастливая случайность и все складывается для меня наилучшим образом.

Т.е. удача – это счастливая случайность? Есть ли толк от этого определения? Пожалуй, это определение не предполагает для вас значительной свободы действий, однако, следуя ему, вы можете поддерживать бдительность, чтобы при возникновении удачной возможности немедленно за неё ухватиться.

Вероятно, вы часто сталкивались с таким мнением:

Овладение удачей – это что-то сродни волшебству. Как в фильмах про супергероев, суперменов, магов.

О да! Если посмотреть фантастические фильмы, фэнтези, почитать древние легенды о богах и героях, то можно увидеть там много примеров, когда у героев была способность

в виде власти над материей, энергией, пространством, временем, жизнью, мыслью. И у них была не просто осознанность и знания, что у них эта способность есть, они эти способности реально использовали в жизни.



Если бы вы были волшебником, то, вероятно, в вашем распоряжении было бы вот что:

Добровольная и осознаваемая власть над материей, энергией, пространством, временем, жизнью и мыслью.

Именно такое определение волшебника давал Барри. Отсюда следует интересный вопрос: Что представляет собой человек, волшебником не являющийся? Обычно, на семинарах, люди давали такой ответ:

Очевидно, это тот, кто не обладает властью над материей, энергией, пространством, временем, жизнью и мыслью.

И тогда Барри предлагал свое определение, которое для многих было откровением:

Не является волшебником тот, кто обладает непроизвольной и неосознаваемой властью над материей, энергией, пространством, временем, жизнью и мыслью.

Другими словами, наша с вами проблема не в том, что мы не обладаем достаточным могуществом. Наша проблема в том, что мы не знаем о собственном могуществе, и не знаем о том, какие процессы оно порождает.

Другими словами, власть у нас есть, проблема не в том, чтобы получить больше этой власти или этой силы. Во-первых, проблема в том, что у нас может не быть желания и готовности эту власть использовать. Второе – это незнание всего этого. Мы просто не осознаем, что эта власть есть. Если вы не знаете ничего об этой силе, власти, то вы будете создавать определенные эффекты и при этом не осознавать, что это вы создаете такие эффекты, и может эти эффекты будут не обязательно такими, которые вам понравятся. И причина, по которой вам не нравится большая часть этих последствий, состоит в том, что вы не находитесь в гармонии с самим собой.

Есть разного рода вибрации, излучения, телесный язык, телепатия и все остальное... Вы все это время делаете это, но не осознаете, что оно есть. Каждый человек является по природе телепатом, но обычно он этого не осознает. Он не может, например, осознанно отвечать на входящие сообщения, может их игнорировать, может отправлять телепатические сообщения и при этом не осознавать, что он это делает. У вас есть эта способность, эта сила, вы просто не знаете, что она у вас есть.

Но вернемся к нашему определению удачи! Зачем нам так уж необходимо это определение найти? Дело в том, что ваши определения явлений влияют на то, как вы будете рассматривать ту или иную ситуацию и как будете в ней поступать.

Если ваше определение слишком туманно, то с ним будет трудно работать. Если ваше определение не соответствует реальности, то вы будете совершать ошибки. Так что вам требуется такое определение, которое, с одной стороны, будет достаточно точным, а с другой, даст вам пространство для инициативы, ибо определение очертит границы вашего мышления и возможных для вас действий.

Барри дает очень интересное определение того, что такое удача:

Удача есть совокупный результат неизвестных решений

Не совсем понятное определение? Сейчас разберемся. Бывает так, что в вашем подсознании присутствует некое принятое решение, но оно спрятано настолько глубоко внутри, что вы не осознаёте его присутствие, а между тем это решение способно запустить эмоциональную реакцию, породить ощущения, привести к определённым действиям, вызвать определённые мысли, и вам невдомёк, откуда всё это взялось.

Если я не знаю о том, что какое-то решение было принято, то я могу подумать, что плохие события в моей жизни были просто невезением. Если я знаю о решении, но не осознаю всех последствий этого решения, то тоже нельзя сказать, что это решение мне полностью известно.

Определение Барри открывает дорогу к тому, чтобы повлиять на везение и вводит хорошую предсказуемость в отношении определенных вещей, которые происходили, и которые я раньше просто списал бы на везение или невезение, случайность и сказал бы, что все это произошло просто так, само собой.

Позже мы еще вернемся к этим вопросам, а сейчас попробуем дать определение того, что такое неудача. У Барри это определение выглядит так:

Неудача (провал) - это момент, когда вы решаете, что вашему намерению осуществиться не суждено.

Лично я, глубоко внутри, сомневаюсь, что существует такая вещь, как настоящий провал. На мой взгляд, то, что люди часто считают провалом, на самом деле есть результат неверно выбранной цели, когда к ней изначально не следовало стремиться. Но это не значит, что какие-то другие цели недостижимы, просто, может быть, они могут быть достигнуты в другое время, в другом месте.

Если провал – это неосуществление намерения, тогда успех – это, очевидно, осуществление намерения.

Итак, у нас есть следующие определения:

Успех - это осуществление вашего намерения.

Удача - это совокупный результат неизвестных решений.

Беседа 2. Самый надежный способ потерпеть неудачу.

Будучи переводчиком на семинарах Барри, мне очень нравилось наблюдать за участниками, когда Барри давал им такое задание:

Что общего между этими тремя людьми?

1. Оружейник, изготавливающий самурайские мечи.
2. Весьма успешный коммивояжёр.
3. Кулинар, специализирующийся на меренге из взбитого яичного белка.

Обычно даются самые разные ответы: целеустремленность, настойчивость, терпение и т.д. На что Барри отвечал, что да, вполне может быть, это тоже присутствует, но не оно главное. И вот, наконец, кто-то издали тоненьким голоском провозглашает примерно следующее:



Я могу сказать только то, что, когда взбиваешь белок, надо вовремя остановиться, иначе все испортится.

Точно!

Изготовитель самурайских мечей отбивает металл, удлиняет его, потом сгибает, снова отбивает, делает его ещё длиннее, снова сгибает, и так далее. Если он сделает так на один раз больше, чем надо, то металл станет мягким. Оружейник знает, когда остановиться. **Он знает, когда успех достигнут!**

Если вы достигаете успеха, но не знаете об этом, то вы продолжаете свои попытки добиться успеха, и всё у вас идёт прахом. Всё будет только хуже. Чем больше вы будете стараться, тем хуже всё будет.

У коммивояжёров, как правило, заготовлена речь о достоинствах его товара. Если он дойдёт до половины своей речи, а потенциальный покупатель уже соглашается сделать покупку, то ему нужно прекратить попытки продать товар. Если он и дальше будет пытаться продавать товар, то провалит сделку.

Если у вас имеется намерение в первый раз взойти на вершину горы Эверест, и вы сделали это вчера, но не поняли, что уже побывали на вершине, то вы по определению не можете преуспеть. Часть вашего сознания знает, что вы уже достигли успеха.

Если перед вами задача пробежать пять километров, скажем, за десять минут, и во время тренировки вам это удаётся, но секундомер даёт неверные показания, и вы не в курсе, что вам это удалось, то на следующей тренировке ваши показатели будут ужасными. Ваше подсознание знает, что вы уже выполнили поставленную задачу. Вы пытаетесь устремить намерение на то, что уже достигнуто. Прилагаемая вами энергия словно ударяется о стену, отскакивает и отталкивает вас от успеха.

На семинарах Барри часто рассказывал историю про боксёра Мохаммеда Али; когда-то он был чемпионом мира в тяжёлом весе. Один раз он провёл бой с чемпионом мира в более лёгком весе по имени Арчи Мур. Хотя никто не ожидал, что Арчи Мур выиграет в том бою, всё равно считалось, что выступит он интересно, потому что он был очень хорошим мастером. Но выступил он ужасно. Потом Барри видел по телевизору, как

у Арчи брали интервью. Он сказал, что в своей жизни ещё никогда не тренировался так упорно. Именно тогда Барри сразу подумал о том, что боксёр пропустил успех, достигнутый в ходе тренировок. Вероятно, он достиг своего пика физической формы, но поскольку Мохаммеда Али окружал ореол столь громкой славы, наверное, Арчи решил, что какие бы усилия он ни приложит, их будет недостаточно. Поэтому он не осознал достижение наилучшей формы и пропустил момент выигрыша. Если бы он признал, что пиковая физическая форма уже выработана, то, пожалуй, всё, что ему оставалось бы – это поддерживать такую форму, вместо того, чтобы пытаться улучшить её ещё больше. Так что, когда Арчи сказал в интервью о том, насколько усиленно он тренировался, Барри заподозрил, что он миновал момент выигрыша в плане физической подготовки. Его догадка подтвердилась позднее, когда в другом интервью Арчи рассказал, что едва он ступил на ринг, как его ноги отяжелели, словно налившись свинцом. Сила начисто ушла из его ног.

Как понять, что момент успеха пропущен?

Пропуск успеха еще называют **превышением**, и есть определенные признаки того, что это произошло. Превышение проявляется в теле. Первый признак – это ощущение, что энергия пропала, нет больше энергии, появляется утомление, возникает ощущение, что все дается с каким-то большим усилием, как будто плывешь вверх по течению реки, все время борясь с течением или продираешься сквозь плотные заросли... Если вы замечаете у себя эти симптомы, это означает, что где-то было превышение.

Однажды я читал книжку, и поставил себе квоту – дочитывать до конца главы. Иногда бывало так, что я заставлял себя дочитать, а потом обнаруживал, что после этого момента, все, что читал, пропадало из головы. Это тоже превышение. В данном случае наиболее вероятной причиной было то, что у меня было желание, но оно в определенный момент закончилось, а я все равно продолжал себя напрягать. Теперь я больше этого не делаю, я останавливаюсь, делаю перерыв, могу принять решение, что до завтра больше читать не буду, иногда я могу решить, что буду читать 2 мин, или просто посмотреть в окно, чтобы дать себе побольше пространства и потом продолжить.

Барри рассказывал о статье в журнале «Нью Сайентист», автор которой занимался бегом на длинные дистанции.

Однажды, участвуя в марафонском забеге, он свернул за угол, считая, что до финиша осталось примерно 300 метров, но обнаружил, что финиш гораздо дальше. И сила сразу покинула его ноги. Учёный решил выяснить, в чём тут причина, и пришёл к выводу, что разум способен делать с телом такие вещи. И в этом есть смысл. Способность разума влиять на тело сформировалась в процессе эволюции. Допустим, человек гонится за антилопой, наконец, убивает её и падает в изнеможении, но, представьте, если сейчас из леса выйдет лев, то человек вскочит и побежит быстрее антилопы, хотя только что, казалось, не мог пошевелить ни рукой, ни ногой. Оказывается, в его мышцах ещё остаётся сила; как бы он ни утомился во время бега, всё равно энергия в мышцах есть. В такой ситуации разум ни в коем случае не допустит того, чтобы мышечный тонус полностью иссяк. Получается, что это утомление не мышечное, это ум как бы его включает/выключает. Всегда есть резерв. Ум очень четко контролирует уровень утомленности.

К сожалению, в этой статье не рассматривались причины подобных ситуаций, этот ученый просто понял, что в определенный момент его собственный разум отключил энергию.

Что делать, если момент успеха упущен?



Рецепт для этого случая прост. Если вы пропускаете момент успеха, это можно исправить. Как правило, при достижении выигрыша мы чувствуем радость – маленькая победа даёт нам маленькую радость, крупная победа даёт нам сильное чувство восторга. Если вы понимаете, что какое-то время назад у вас была победа, вы её не заметили и с тех пор терпите череду поражений, несмотря на все старания, то всё, что вам нужно – это вспомнить тот момент победы, вернуться в него и сделать то, чего вы тогда не сделали – то есть, испытать

восторг. Восторг – это способ признания успеха.

Когда я впервые осознал, что в моей жизни присутствует такое явление, как превышение, я оглянулся на свою жизнь и отыскал множество случаев, когда я фактически достигал успеха, но не знал об этом. Например, я пытался понравиться девушке, у меня это получалось, но я этого не осознавал, и в результате в дальнейшем с этой девушкой у меня ничего не складывалось.

Как только вы такой момент нашли у себя, постарайтесь определить, какое было намерение там, какая была победа. В этот момент, когда была победа, надо добавить восторг. Тонкий момент в том, что иногда бывает сложно понять, какое у вас было намерение в тот момент, что завершилось, из-за чего началось это превышение. Например, вы хотели устроиться на работу, и вам предстояло пройти собеседование. Есть два отдельных намерения: одно – пройти собеседование и второе – устроиться на работу.

Если вы знаете, что успех был достигнут, а вам хочется повторить это достижение, то тогда просто необходимо создать новое намерение взамен старого, чтобы заново его реализовать. Если оно у вас будет, то всё в порядке. Правда, если прошлый успех вы не осознали, то обычно при таком неведении у людей сохраняется прежнее намерение.

Превышение возникает тогда, когда вы пропускаете момент достижения успеха. У превышения есть определенные симптомы, по которым его можно узнать. Для того, чтобы от этих симптомов избавиться, нужно мысленно вернуть в момент достижения успеха и порадоваться ему.

Беседа 3. Причины сохранения негативных состояний

Бывает так, что негативное, нежелательное состояние упорно держится, несмотря на все ваши усилия. Будет полезно рассмотреть самые распространенные причины такого явления.

Ошибочное присвоение авторства

Влияние на вас в большей степени оказывает то, о чём вы не знаете. Если вы знаете о таком влиянии, если вам известно, откуда оно исходит, то вы уменьшаете его воздействие.

Приведу вам один пример, который мне рассказал Барри. Не помню, давал ли он этот пример на семинарах. У Барри был друг; который был достаточно продвинутым в духовном плане, и ещё он был мастером айкидо. Один раз, когда Барри приехал к нему в гости, тот сидел в саду и наслаждался солнцем. В целом, он вёл очень приятную, умиротворённую жизнь. Однако его беспокоило то, что время от времени ему в голову приходили злые, агрессивные мысли, желание попортить кому-нибудь настроение.

Барри был в курсе, что кроме этого в его жизни не было никаких проблем, и сказал: «Если в твоей голове появилась мысль, это не значит, что эта мысль твоя. У тебя неплохие телепатические способности, твой мозг не перегружен лишними мыслями. А если принять во внимание твои занятия айкидо, когда требуется угадывать, какое движение собирается сделать противник, то можно предположить, что твоя телепатия настолько развита, что ты улавливаешь случайные мысли людей, живущих вокруг тебя».

По-видимому, это показалось ему похожим на правду, и с тех пор подобных проблем у него не было. Позже он рассказал Барри, что с той поры, когда в его голове появляется сколько-нибудь неприятная мысль, первым делом он проверяет, его ли собственная это мысль.

Однажды этот человек рассказал Барри, как у него заболела голова. Он подумал: «Странное дело, ведь у меня не бывает головных болей». Тогда он спросил себя: «Моя ли это головная боль?» Задав этот вопрос, он сразу же почувствовал себя лучше. Следующий вопрос был таков: чья это головная боль? Всплыл ответ, что это головная боль его жены, и в то же мгновение боль полностью исчезла. Он был очень рад, что боль не его, а его жены, и что у него больше ничего не болит. Через два часа пришла его жена и, едва переступив через порог, сказала: «У меня болит голова».

В моей практике был случай, когда клиент жаловался на то, что когда его жена была беременна, он сам ощущал неприятные болезненные явления, особенно, когда наступило время родов. Это называется фантомной беременностью. Тут действует такой же механизм – вы воспринимаете ощущения близкого вам человека. Если вы в подобном случае внимательно прислушаетесь к себе и спросите «чья эта боль?», то боль исчезнет.

Бывают обстоятельства, когда вы думаете, что являетесь автором какого-то явления, между тем как автор не вы, а другой человек, или же вы можете думать, что автором является другой, но автор – как раз вы. Бывает и так, и так.

Наверное, вы часто слышали из чьих-либо уст такие слова: «От тебя у меня голова болит». Человек обвиняет кого-то в том, что этот кто-то вызывает у него головную боль. Но нет, это его собственная боль, это его реакция. Он сам создал свою собственную реакцию.

Если вы вините кого-то за что-то плохое, созданное вами самими, то избавиться от этого будет труднее, но может быть и противоположная ситуация.

Пропуск более раннего шага

Прогресс может застопориться, если вы пропускаете более ранний шаг. В этом случае, у вас вообще никакого продвижения не происходит. При превышении продвижение есть, только оно дается значительными усилиями, и чем больше пытаешься, тем тяжелее. А тут просто останавливаешься, и никакого продвижения нет.

Это происходит потому, что наша вселенная работает в соответствии с определенной последовательностью шагов. Например, если я хочу переставить стол из кухни в комнату, мне необходимо сначала вынести его в коридор, затем протаскать его до двери в комнату, и только после этого я смогу его туда внести и поставить в нужное место. Для того, чтобы стол оказался в комнате, должны быть пройдены все эти промежуточные шаги.

Все в этой вселенной: температура, свет, физические аспекты этой вселенной – все проходят через какие-то последовательные шаги. И люди внутри себя могут иметь какие-то личные промежуточные шаги. И эта последовательность шагов для них может совершенно отличаться от последовательности, которую другой человек делает с такими же начальным и конечным положениями. Иногда эти шаги совсем не похожи на то, что вы логически могли бы предполагать.

Допустим, можно придерживаться мнения о том, что нельзя купить машину, пока вы не купите ковер, или наоборот. Что-то в уме говорит о том, что есть определенная последовательность, пока этого не получишь, то и другого тоже не будет.

Застревание в победе

Обычно считается, что люди застревают в травмах, потерях, плохих переживаниях, но, на самом деле, можно застрять и в победе тоже. Это часто встречается у игроков, которые застревают в победе, и тогда возникает навязчивая зависимость от игры.

В самой игре, даже на деньги, нет ничего плохого. Аберрации, т.е. отклонения, возникают в тот момент, когда вы верите, что можете выиграть вопреки всем потерям, которые были. Причина, по которой человек может навязчиво верить, что он может выиграть, заключается в том, что он застрял в победе. У него ум, застрявший в победе, верит, что и сейчас он должен выиграть.

Обычно это происходит когда побед не так уж много, и чем больше победа, тем больше вероятность, что человек застрянет в ней. Иногда все то же самое можно наблюдать и в других областях деятельности. Человек получает гигантскую победу в начале или приобретает огромное наследство, или поп-звезда, которая вчера еще не была никому известна, а на завтра все уже ею восхищаются, и, чаще всего, это плохо заканчивается, потому что происходит застревание в победе.

Соппротивление негативному состоянию

Ещё одна причина наших неудач – это сопротивление негативному состоянию, борьба с ним, желание задвинуть это состояние на дальние задворки и никогда его больше не видеть! Я не предлагаю отменить всякую борьбу с негативом, но! чтобы от чего-то избавиться, сначала надо допустить, признать существование этого. Например, не надо сразу активно сопротивляться внезапно нахлынувшей тоске, лучше посмотрите на нее, признайте, что она есть, и, вероятно, для ее возникновения есть определенные причины. После этого можно с подобными явлениями работать гораздо более плодотворно.

Беседа 4. Огорчения, разрывы, постулаты.

Про бедную Мэри или как работают постулаты.



Допустим у Мэри были не очень хорошие отношения с бойфрендом, они часто спорили, часто эти споры переходили в затяжные конфликты. После очередной ссоры бойфренд уходит к другой женщине, а Мэри принимает решение или делает вывод, который становится постулатом: «Мужчины все неверны».

Постулатом является суждение, решение в настоящем времени, содержащее эмоциональный заряд.

Например, если человек говорит, что его *просто грабят* и говорит это совершенно нейтрально, то это не будет являться постулатом и не будет иметь каких-либо последствий. Но если это высказывание будет эмоционально заряжено, если человек действительно будет ощущать это состояние, что его грабят (хотя в реальности этого может и не быть), то тогда мы имеем постулат. И пока это высказывание будет сохранять заряд – носителя этого постулата будут грабить в прямом или переносном смысле.

Интересный момент состоит в том, что, несмотря на то, что Мэри кажется, что она делает постулат относительно конкретного бойфренда, обычно этот постулат срабатывает в отношении всей категории, в отношении всех бойфрендов вообще.

Вместо того, чтобы выяснить, в чем была истинная причина разрыва отношений, у нее появляется такая отмазка, оправдание, что просто все бойфренды всегда изменяют, вот поэтому и сейчас так произошло. Людям свойственно желание оставаться правыми. Придумав такую отмазку, Мэри тем самым пытается сохранить свою правоту в этой ситуации. Если на этом есть еще и сильный заряд, она заранее подготавливает себя к будущим неприятностям и начинает излучать эту вибрацию, что все бойфренды неверны и получается, что если раньше проблема в отношениях была из-за плохого общения, то теперь она добавляет к этому еще один слой, связанный с неверностью.

С этого момента у нее возникает склонность притягивать к себе неприятности, связанные с неверностью. Иногда бывает, что эта цепочка неприятностей держится какое-то время, но потом она отключается, и эти события перестают происходить. Но поскольку, этот разрыв относится ко всем мужчинам вообще, а не к отдельному бойфренду, то эта область все равно после этого останется заряженной. Она все время будет видеть, что все мужчины вокруг делают что-то такое, что в ее понимании соответствует понятию неверность. Как только этот заряд уйдет, ее состояние восстановится, будет нормальным. Если следующий бойфренд появится, то рестимуляция этого заряда будет происходить легче.

Рестимуляция - от слова "стимул". Это перепроживание прошлого неприятного состояния, которое возникает в ответ на похожую ситуацию, на похожий стимул.

Если таких рестимуляций будет достаточное количество, то это может перейти в перманентное рестимулированное состояние. С этого момента у Мэри будут постоянно

повторяться одни и те же заряженные ситуации. Если же удастся каким-то образом убедиться, что мужчины, бойфренды не все неверны, то этот слой сойдет и она вернется к исходному непониманию, которое связано с плохим общением и постоянными спорами.

На семинарах Барри обычно приводит довольно интересный пример действия постулата, я постараюсь здесь воспроизвести его почти дословно:

Один мой приятель попросил меня съездить в другой город, который был достаточно далеко. Он покупал для себя второй автомобиль и попросил меня отогнать его в Лондон. Вот мы приезжаем, он берет эту вторую машину, делает тест-драйв, разгоняется, тормозит, все нормально, все работает. Потом я сажусь в эту машину, и говорю ему, что я этот город не очень хорошо знаю, поэтому на светофорах не проскакивай, смотри, чтобы я за тобой ехал. И он все-таки проскакивает на желтый свет, а я останавливаюсь на красном.

Я его потерял из виду, у меня возникло сильное расстройство, злость на него, потому что он не остановился. Но я не осознал, что в тот момент я разозлился не только на него, но и на всех водителей, которые не останавливаются там, где они должны были бы останавливаться.

В конце концов я из Ноттингема выехал, и там был подъезд к шоссе и в те времена ремень безопасности не был обязательным. Тогда я уже начал подозревать, что подобные расстройства притягивают то, что называют невезением, и сделал одну вещь, которую я обычно не делал, - я решил пристегнуться на всякий случай. Я увидел небольшое место для парковки, припарковался и попытался найти этот ремень. Он застрял где-то под моим креслом. Поэтому мне пришлось пересест на кресло пассажира, чтобы выдернуть этот ремень. И когда я это делал, я краем глаза заметил, что моя машина начала ехать назад, обратно на дорогу. Она выехала всего-то чуть-чуть. Никаких других машин на дороге не было в тот момент. Я подумал, что, видимо, я не поставил ее на ручной тормоз. Я с пассажирского кресла схватил ручной тормоз, но на самом деле он был включен, он просто не работал. Мой приятель его не проверил. Мне пришлось быстренько перескочить на водительское кресло и нажать на тормоза.

И пока я это делал, машина очень медленно ехала назад. А потом произошел целый ряд необычных совпадений. Когда строят парковочную полосу, то обычно ее делают ровной по горизонтали. Поскольку я перемещался по машине, она начала двигаться. Либо у меня постулаты были такие сильные, что машина начала двигаться, либо там все-таки был наклон. В этот момент пошел дождь, и дорога стала скользкой. И тут подъезжает еще одна машина, она видит, что моя машина потихоньку выезжает на дорогу, но места много остается. Если бы машина просто проехала прямо, то она бы меня не задела. Но водитель решает объехать подальше, потом передумывает и нажимает на тормоза, при этом торможении поворачиваются колеса и соответственно машина идет юзом и в итоге, конечно, приезжает прямо в мою машину. Я получил подтверждение.

Постулат у Барри был такой: «Водители не останавливаются там, где должны были бы останавливаться». Если такой постулат срабатывает, то он обладает гигантской властью и создает совершенно конкретные и очень плохие последствия. Тяжелый разрыв, сильное огорчение может привести к реальной катастрофе, к несчастью. Пример с машиной, когда

Барри попал в аварию, был совершенно четко связан с темой «водители, которые не могут остановиться».

В случае срабатывания постулата всегда есть какая-то совершенно конкретная тема. Другими словами, когда вы чувствуете, что пошла невезуха, надо спросить себя о том, что произошло перед этим, на какую тему было сильное расстройство или огорчение. И тема эта, обычно, устанавливается абсолютно четко.

Техника нахождения постулата

Барри давал на своих семинарах одну несложную технику, цель которой осознать, найти общую, более точную формулировку, которая и будет действующим постулатом.

Допустим, приходит к вам приятель и жалуется, что у него неприятности на работе, связанные с начальником. В этот момент у нас нет четкой формулировки конкретного постулата, поэтому сначала нам надо просто выяснить, по какой причине случились неприятности. Например, можно предложить ему заканчивать такую фразу: «У меня неприятности с начальником потому, что...» или «У меня неприятности с начальником из-за...» и он должен закончить это предложение.

Когда он вам это предложение выдаст, вы можете с этим предложением немного поиграть, попытаться поменять формулировку, поэкспериментировать, посмотреть какая формулировка включает наибольшую эмоцию.

Когда человек получит настоящую формулировку, то включится сильная реакция, сильная эмоция, - это предложение и есть постулат.

После этого можно спросить более ранний подобный инцидент. Но очень часто этого не требуется, потому что, когда человек постулат находит, он сам начинает говорить, и из него куча всего вылезает. Надо дать ему выговориться и постараться найти исходный момент, когда этот постулат был создан.

Большинство людей потом достаточно легко осознают, что во всей этой ситуации был конкретный постулат, следствием которого и была данная неприятность.

Постулат - это самоисполняющееся пророчество.

Подробно о постулатах, самоисполняющихся пророчествах и работе с ними есть в моем курсе Лайф Про: <http://store.omlinemegaom.ru/ru/94-sistema-lajf-pro>

Точно так же, как из розетки выходит ток, то для того, чтобы розетку обесточить, надо определить, откуда ток к ней идет и отсоединить более ранние подсоединения. Когда человек находит более ранний разрыв (огорчение, травмирующий эпизод) и начинает видеть больший масштаб, и интенсивность включается в полной мере, и у него есть возможность поговорить об этом и разрядить эту энергию, то тогда вероятность того, что в будущем такой разрыв или огорчение может повториться, здорово сокращается.

С постулатом связана очень сильная вибрация, настолько сильная, что может просто заставлять людей, которые вас окружают вести себя в соответствии с этим постулатом, даже тех людей, которые обычно не ведут себя подобным образом. Например, те люди, которые вас обычно не подводят, и вы считаете их надежными, начинают подводить. Точно так же и вы можете начать кого-то подводить, так как заряд все перекрывает и вы начинаете вести себя странным, необычным образом. У вас срабатывает некий шаблон поведения.

Когда человек понимает, каким образом он этот шаблон сам же соорудил в самом начале, то многие люди просто поражаются тому, что они обнаруживают.

Если вы столкнётесь с чередой плохих происшествий, постарайтесь выявить, что между ними общего. Их может объединять какая-то общая тема. Разглядев общую тему, постарайтесь вспомнить самый ранний инцидент этой цепочки; в нём и может скрываться озарение. Поскольку изначально вы, фактически, приняли за истину определённый постулат, типа «все торговцы пытаются меня надуть», и постулат этот сохраняется, то позднее, даже если очередной торговец ведёт себя вполне нормально, он может разбудить воспоминание об изначальном инциденте, и побудить вас излучать соответствующую вибрацию. Озарение скрывается в изначальном инциденте.

При нахождении начального инцидента Барри предлагал просто рассказать, прочувствовать, выразить все эмоции, всех простить, если нужно. Главный ключ – позволить себе чувствовать эту эмоцию с той интенсивностью, какая у неё есть. Это позволяет уменьшить эмоциональный накал, и просто рассмотреть исходный случай, исходный инцидент, и, возможно, будет какое-то осознание, озарение, почему всё произошло именно так. Лично я, в подобных случаях, для проработки начального инцидента часто применяю технику, которая называется ПЭАТ: <http://store.omlinemegaom.ru/ru/12-kak-spravitsya-s-nezhelatelnymi-perezhivaniyami>

Еще раз о том, как это все работает.

Когда у вас есть разрыв с кем-то или чем-то, вы начинаете излучать довольно мощную вибрацию, которая начинает притягивать к себе еще больше точно таких же разрывов, как первый, с которого все началось.

Эта мощная вибрация может сделать так, что ваши друзья и другие люди, с которыми вы контактируете, начнут вести себя таким образом, который для них не характерен. Но когда вы этот закон осознаете, и начинаете осознавать, как этот закон можно использовать, то вы начнете замечать эти странные, непонятные совпадения, которые происходят в моменты, когда у вас есть эти огорчения. Иногда можно услышать или прочитать реальную жизненную историю, в которой описывается несчастье, невезение, которое с кем-нибудь приключилось. Когда я слушаю такие вещи, я всегда стараюсь выяснить, какой же разрыв произошел до того, как началось невезение.

Например, если Мэри начинает излучать вибрацию, которая говорит, что бойфренды ненадежны, им нельзя верить и остается в этом состоянии, то, когда появится новый бойфренд, он будет ненадежным и ему нельзя будет верить. Самое интересное, что даже если он не является таким уж ненадежным человеком, многие из его действий Мэри будет истолковывать как проявление ненадежности.

Порой ситуация может складываться так, что у какого-то парня вовсе не будет намерения, скажем, бросить Мэри, но сама она почему-то решит, что он её вот-вот бросит; и может получиться так, что парень действительно бросит её, правда сам того не желая, поскольку вибрация, излучаемая Мэри, настолько мощная, что будет телепатически влиять на поведение парня, и он, например, опоздает на поезд, не явится вовремя домой или случится что-то ещё, что заставит Мэри подумать: «О, господи, он меня бросил!»

Когда вы сильно недовольны неким человеком или ситуацией, обычно вы считаете, что ваше недовольство связано лишь с одним этим человеком или только с отдельным

эпизодом. Однако, если ваше недовольство принимает форму заряда очень высокой мощности, то, вероятно, это означает, что на уровне подсознания вы недовольны целиком всей категорией таких людей или ситуаций, к которой относится объект вашего негодования.

Пока ваше расстройство сохраняется, вы излучаете соответствующую вибрацию и проявляете тенденцию привлекать неприятности, причём, неприятности эти будут иметь строго специфический характер, и так будет продолжаться, пока сохраняется то самое начальное расстройство. Когда расстройство уляжется, вы больше не будете излучать эту вибрацию, и всё придёт в норму.

Если вы столкнётесь с чередой плохих происшествий, постарайтесь выявить, что между ними общего – ищите общую тему. Разглядев общую тему, постарайтесь вспомнить самый ранний инцидент этой цепочки; в нём и может скрываться озарение. Поскольку изначально вы, фактически, приняли за истину определённый постулат, типа «все парни меня бросают», и постулат этот сохраняется, то позднее, даже если очередной парень ведёт себя вполне нормально, он может разбудить воспоминание об изначальном инциденте, и побудить вас излучать соответствующую вибрацию. Озарение скрывается в изначальном инциденте.

Беседа 5. Как «притянуть» желаемое. Визуализация



Визуализировать можно двумя способами. Первый способ – это когда вы просто мечтаете, погрузившись в свою внутреннюю вселенную, и при этом никак не связываете воображаемое с реальным миром. Второй способ – вы представляете, что это действительно происходит в будущем моменте в реальном мире.

Если вы просто мечтаете, не связывая мечты с реальным миром, то ни к каким подвижкам это не приведёт. От этого может даже пропасть желание достигать цель. Если же мечтать просто для удовольствия, то ничего плохого в этом нет.

Шаги визуализации

Барри предлагает четыре шага визуализации:

1. Вообразите себе будущую ситуацию, в которой вы хотите быть, представьте себе, как вы переживаете этот опыт.
2. Почувствуйте сильную радость по поводу этой благоприятно сложившейся ситуации.
3. По-прежнему оставаясь в том же моменте будущего, подумайте про себя: я использовал эту технику визуализации, и она сработала.
4. Почувствуйте восторг, радостное возбуждение, ликование по поводу того, что вы умеете использовать эту технику визуализации.

Этот повод для восторга гораздо важнее, чем деньги; изобретатель важнее изобретения. Вы в состоянии сделать так, чтобы данная техника работала на вас, и это намного важнее, нежели сам результат.

По опыту знаю, что часто возникает такое явление:

Я пробую, у меня получается визуализировать желаемую ситуацию, но возникают разные посторонние мысли и это мешает.

В этом случае, на семинарах, Барри давал такой простой совет:

Просто признайте, что эти мысли есть. Когда мысль появляется, вы можете сказать ей: «Ладно, спасибо, что ты показала себя». Затем прекратите уделять ей внимание и вернитесь к визуализации. Если у вас возникает множество противомыслей, которые могли накопиться за годы жизни (они могут появляться одна за другой), просто признайте их присутствие и вернитесь к визуализации.

В конечном итоге, в занятиях визуализацией вы доходите до такой стадии, когда вместо того, чтобы намеренно вызывать у себя радость, вы моментально испытываете счастье, стоит вам только подумать о своей цели. Это хороший признак. Он означает, что

вы теперь подобны магниту и притягиваете к себе желаемое событие. То, через сколько времени оно наступит, зависит от шагов, которые вы будете предпринимать для этого.

Примеры работы с техникой визуализации

Пример от Барри №1

Много лет назад я в Англии ехал по сельской местности и увидел маленький такой симпатичненький каменный дом. Я подумал: «Вот было бы здорово, если бы у меня был такой вот свой...», и стал визуализировать. Примерно через год после этого я поехал на учебу, и мне нужно было где-то остановиться. Мне сказали, что здесь рядом есть деревенька, дали мне адрес, я приезжаю, а там тот самый дом, который я видел. Я смотрю на него и думаю: «Это была победа».

Конечно, в этом месте сложно удержаться от примерно такого вопроса:

Да, но вы же при этом не стали собственником этого дома?

В этот момент времени Барри обладал этим домом. Тот факт, что он не являлся юридическим владельцем дома, не должен был лишить его возможности подтвердить ту победу.

Пример от Барри №2

Потом позже, пришла мне мысль: «Вот хорошо, если бы у меня было ранчо». Я сделал визуализацию с ранчо. В 82 году я это сделал, а в 86 году меня пригласили поработать в Америке в Институте Метапсихологии. Человек, который эту организацию основал, поселил меня в квартирке, которая находилась в такой большой усадьбе, типа ранчо, где был теннисный корт, бассейн и прочее... Я тоже принимаю это как победу,

И в этом случае Барри не являлся юридическим владельцем этого ранчо. Юридическое обладание чем-то – это другой совсем вопрос. Это все придет позже.

Еще одна история, которая случилась со мной.

Мне как раз тогда исполнялось 30 лет. И я проработал по технике Барри желание одно. Самый лучший подарок на мое 30-летие. У меня есть любимый исполнитель, Джо Коккер. Так вот, я загадал желание, чтобы на мой день рождения он приехал с концертом. Потом я вообще забыл об этом (это называется "вкинуть во Вселенную легкий постулат").

Каково же было мое изумление, когда через некоторое время, лазая по интернету, я вдруг обнаружил, что ровно в день моего рождения, именно в Москву приедет Джо Коккер с единственным концертом! Я даже сначала подумал, что это какой-то глюк, может, старые статьи за прошлые годы о концерте? Но нет, все было именно так... Конечно, я купил билеты и был там!!

Позже я где-то вычитал, что его на этот один концерт "заказал" какой-то олигарх, для своей жены... На день рождения.

Беседа 6. Как неудачу превратить в везение. Пошаговые рекомендации

Итак, вопрос в том, что делать, когда в жизни череда аналогичных ситуаций, которые плохо заканчиваются. То, что предлагает Барри, можно описать по шагам. Шаги следующие:

1. Визуализируйте благополучный результат.
2. Проверьте, нет ли в связи с чередой неудач ощущения тяжёлых усилий, впечатления, что чем больше стараешься, тем хуже всё получается. Если это обнаружится, искать прошлые выигрыши, прошлые победы, с которыми вы, возможно, себя не поздравили, которые вы не признали, и порадоваться им.
3. Если вы резко недовольны чем-то или кем-то, отыщите более ранние аналогичные моменты. Выяснив, что вызвало у вас резкое недовольство изначально, проверьте – вдруг объект вашего негодования на самом деле шире, как в приведённом примере с девушкой, которой казалось, что она негодует на своего парня, когда фактически она негодовала на всех парней сразу. Рассмотрите более широкие категории, к которым может относиться объект негодования. Если гнев при этом усиливается, это хороший индикатор того, что вы нашли то, что нужно.

Постарайтесь понять, по какой причине вы недовольны человеком или обстоятельством; попробуйте описать одним предложением, почему вы недовольны обнаруженной категорией. Чем более точным будет предложение, описывающее, почему вы недовольны человеком или ситуацией, тем сильнее включится гнев или расстройство. Осознайте, что это заявление может оказаться вашим постулатом или решением, которое настолько мощно, что влияет на людей, заставляя их вести себя тем самым, неприемлемым для вас, образом. При этом прилагать большие усилия незачем, достаточно отмечать то, что приходит в голову само.

4. Вернитесь к визуализации по четырёхшаговой схеме.

Если эмоции вас «накрывают» и работа, описанная выше, не приносит желаемого результата, значит вы нашли весьма серьёзную область для проработки, и наиболее сложные случаи лучше всего прорабатывать на сессии с профессионалом.

Специалистов, которые готовы поработать с вами в сессии, можно найти здесь: <http://onlineclub.ru/obyava17>

Беседа 7. Деньги.

Основные идеи

Барри утверждает, что деньги – это не богатство, они – олицетворение богатства, система баллов, обозначающих богатство. В отношении денег есть правило: ты всегда получишь деньги на что-нибудь, если твоё подсознание позволит тебе иметь то, на что ты готов их потратить.

Обычное заблуждение насчет денег заключается в следующем: человек полагает, что если у него будет достаточно денег, то он сможет купить себе яхту. Однако истина, скрывающаяся за этим иллюзорным представлением следующая: если человек будет готов иметь яхту, то деньги на её покупку у него появятся.

Люди считают, будто невозможность что-то приобрести обусловлена отсутствием денег, когда на самом деле их подсознание говорит: нет, ты ещё не можешь это иметь. Если ваше подсознание считает, что вы не можете иметь яхту, то оно позаботится, чтобы ваши действия и решения были таким, чтобы яхту вы не получили. Простейший способ не позволить вам получить яхту – не дать вам обзавестись деньгами на неё, поскольку, когда они будут у вас в руках, вы можете сразу помчаться покупать яхту. Бывают и редкие случаи, когда подсознание всё-таки позволяет человеку получить достаточную сумму, поскольку знает, что когда он её получит, у него сгорит дом, и потратить эти деньги на яхту ему будет не суждено.

Если же моё подсознание не против того, чтобы я имел частный самолёт, это значит, что если я попробую им обзавестись, он у меня будет. Но если моё внимание не будет направлено на самолёт, то я не получу ни самолёта, ни яхты, ни денег.

Когда к вам никак не приходят деньги на что-то нужное, поищите противомысль, не позволяющую приобрести эту вещь.

Если же к вам приходят деньги, то они появляются ради какой-то конкретной цели, и их надо потратить именно на это и ни на что другое.

Деньги не являются причиной того, кем вы являетесь, что имеете и чем занимаетесь. Деньги – это ИНДИКАТОР того, кем вы можете быть, что вы можете делать и чем вы можете обладать в конкретный момент.

Внезапные выигрыши



Наверняка вы слышали истории о том, как некий человек выиграл значительную сумму денег, и как после этого жизнь его пошла прахом. Далеко не всегда внезапное появление крупных сумм денег является благом.

Барри приводит такие примеры:

Какое-то время назад одна женщина выиграла много денег в лотерею. В газете опубликовали интервью с ней, где она заявила: «Теперь я буду тратить, тратить, тратить!» А я задумался: почему это ей удалось выиграть, а мои друзья, интересующиеся вопросами разума и так далее, вряд ли выиграют так много. Как вдруг я осознал, что этот выигрыш для неё вовсе не удача, а как раз наоборот. И выяснилось, что я был прав. Она вместе с мужем переехала в другой район, в новый дом, но там у них началась вражда с соседями. Её муж принялся покупать себе спортивные автомобили. Он раз за разом попадал в аварии, пока наконец не погиб. У женщины ещё оставалось после этого сколько-то денег и она куда-то их вложила, но неудачно. В дальнейшем вся её жизнь превратилась в катастрофу, а я предсказал это ещё давно, как только она выиграла. О жизни этой женщины был снят фильм.

Некогда жил один парень, который был бродягой. Он ходил по пабам, где уговаривал посетителей угостить его выпивкой, ночевал на улицах. Однажды этот парень выиграл в лотерею солидную сумму денег. Он купил себе большой дом. И тут он начал постоянно бояться, что его ограбят. Денег у него было много, и он мог позволить себе любую выпивку, какую хотел. Он больше не ходил по пабам и вообще ни с кем не контактировал. В течение года он допился до смерти. Такой поворот жизни никак не назовёшь удачным.

Думаю, что таких историй великое множество. Часто бывает так, что люди не готовы к внезапно свалившемуся на них большому успеху и буквально теряют разум. Это говорит о том, что приход денег будет на пользу тому, кто внутренне уже готов к этому.

Часто проблема заключается в том, что люди не знают себя. Вернее, они знают крошечную часть себя и недостаточно понимают, что для них является благом, а что нет. Они не знают законов этой вселенной, не понимают собственного могущества (вспомним наш разговор о волшебниках) и поэтому совершают хаотичные, бессмысленные движения по жизни, которые не приносят им удовлетворения.

Часть 2. ДОСТИЖЕНИЕ ЦЕЛЕЙ



У каждого в жизни есть главное предназначение, определённый опыт, запрограммированный самим человеком, через который ему нужно пройти. Если человек не знает о своём предназначении или отворачивается от него, то он утрачивает страсть к жизни, утрачивает свою силу. Порой человек знает свою цель и идёт к ней, и это хорошо. Порой человек не знает точно, какова его конечная цель, однако движется в правильном направлении.

Достижение любой крупной цели предполагает череду маленьких успехов. Если ваша цель – самостоятельно построить дом, и это ваша единственная цель, то её достижение превращается в очень затяжную работу, в ходе которой не достигаются никакие успехи, пока дом не будет полностью построен. Это утомительно. Лучше иметь целью не просто постройку дома, а иметь такие цели, как постройка фундамента, изготовление ворот, сооружение забора... И по поводу достижения каждой отдельной цели вам следует переживать немножко счастья.

Можно ставить по одной промежуточной цели за раз. Пока не разберёшься с первой целью, ставить вторую промежуточную цель не обязательно. Может случиться так, что по достижении первой цели у вас появятся какие-то более конструктивные соображения по поводу второй промежуточной цели, нежели имелись изначально.

Пример с канцелярскими кнопками

Очень показательный, на мой взгляд, пример. Барри часто приводит его на своих семинарах.

В своё время у меня была цель пройти очень продвинутый курс обучения личностному консультированию. Денег на учёбу у меня не было, как не было у меня в тот момент ни жилья, ни работы. Я рассматривал различные способы получения денег для оплаты учёбы, а также предложение от одной организации подписать контракт для работы на них, благодаря чему она обещала отправить меня на курсы за свой счёт.

Итак, я мог идти разными путями, и я начал разрабатывать свой маршрут. На листке бумаги я написал: «Пройти обучение».

Потом я задал себе вопрос: каким должен быть предыдущий шаг? То, что пришло мне в голову, по ощущениям показалось мне правильным - заплатить за обучение, и, таким образом, вариант с подписанием контракта отпал.

Далее я спросил себя: каким должен быть шаг перед шагом «заплатить за обучение»? В то время получить кредит в банке было трудно, но я написал: «Кредит в банке».

Предыдущий более ранний шаг появился сам собой: «Через мой банковский счёт должно проходить достаточно денег». Более ранний шаг перед этим:

«Чтобы через мой счёт проходило достаточно денег, мне нужно работать на самого себя». Перед этим: «Нужно вернуться к консультированию, чтобы работать на себя». Перед этим: «Мне нужна квартира». Предыдущий шаг: «Квартира должна быть в престижном районе Лондона, который я знаю». Перед этим: «Нужен постоянный клиент на какое-то время, чтобы оплачивать аренду квартиры». Перед этим: «Нужен первый клиент, чтобы внести первый взнос за квартиру».

Естественно, что для привлечения клиента мне необходимо хорошо выглядеть, поэтому требуется костюм, и я написал: «Костюм». В те времена я собственноручно разрабатывал модели костюмов для себя. Я чертил схему костюма на бумаге и относил всё это портному. Таким образом, очередной более ранний шаг состоял в том, чтобы начертить модель костюма. Начертить её я не мог, потому что у меня не было канцелярских кнопок, чтобы прикрепить бумагу к чертёжной доске.

И внезапно я подумал: «О господи! За целый месяц я так и не сподобился пойти и купить канцелярские кнопки, а между тем размышляю о важных вещах, типа, подписать ли контракт или, может быть, поехать работать в Австралию!» Я остановился на канцелярских кнопках и с этой ступеньки начал осуществлять свой план, продвигаясь вверх. Канцелярские кнопки - вот такая простая вещь оказалась первым шагом.

Когда вы будете составлять перечень шагов, вам не следует думать в стиле «всё должно произойти точно в этой последовательности, шаг за шагом». Дело в том, что иногда судьба ведёт нас к цели немного другим путём, нежели тот, который мы предполагали. Если вы твёрдо вознамерились чётко пройти всю последовательность шагов, но какой-то шаг вдруг не реализуется, вы можете решить, будто у вас ничего не получилось, но на самом деле просто вышло так, что вас увлекло на несколько иной маршрут. Так что, разработав свою последовательность шагов, разработайте альтернативную последовательность, которая будет более-менее похожей, но с некоторыми вариациями, а следом можно разработать и ещё одну последовательность, чтобы у вас не было ощущения недостатка путей продвижения к цели. Если идти к цели с ощущением, что в вашем распоряжении целая дюжина способов продвижения к ней, то вам не придётся особенно беспокоиться по поводу реализации любого из способов.

Конечно, на семинарах часто задавали примерно такой вопрос:

А такая цель, как заработать деньги, насколько подходит для такого способа планирования?

Надо сказать, что **деньги в качестве цели подходят не очень хорошо** – ведь они не имеют никакой ценности, если вы ни на что их не тратите, и ещё деньги – они как вода: они имеют тенденцию растекаться. Они подобны электричеству, которое не производит никакой работы, если его источник ни к чему не подключён. Ну и, поскольку деньги имеют ценность, только если их для чего-то использовать, значит, ваша цель иметь миллион евро – это, по сути, не конечная цель; вам нужно ещё добавить, что вы желали бы приобрести на эти деньги. И при этом всё может сложиться так, что вы получите желаемое, и при этом вам не придётся за него платить – оно придёт к вам другим путём.

Разные аспекты одной и той же цели.

Иногда полезно разбить цель на отдельные аспекты и работать с каждым аспектом отдельно. Приведу опять пример от Барри.

Был у меня один клиент, который придумал идею объемных книжек. В те времена он занимался мелким дизайном, типа пасхальных яиц из картона. Он был талантливым человеком, но денег зарабатывал не особенно много. Он попросил меня помочь ему. Он хотел стать самым известным в мире художником, который делает объемные книжки. Еще до обращения ко мне, он сделал хорошую книжку с замечательным дизайном, но как-то ему не везло, и эта книжка не пошла. Я сказал: «Хорошо, мы поставим цель, чтобы ты стал лучшим в мире художником по объемным книжкам, и эта цель состоит из определенных аспектов, кусочков». Первое - ты должен стать художником, которому платят больше всех в мире за такие вещи; второе - самым талантливым художником в этой области; и третье - самым признанным художником, тебя должны признавать лучшим. Сделай вот эти три вещи, тогда ты будешь самым знаменитым художником по объемным книжкам. Он сказал: «Да, я согласен». – «Хорошо, и мы тогда будем работать с каждым из этих аспектов отдельно». Довольно скоро после этого раздался звонок из офиса королевы. Она хотела, чтобы он для нее сделал коробочку. Когда королева получила свою коробочку, она была восхищена, но, естественно, ничего не заплатила. Это обычно, особа королевской крови никогда ни за что не платит. Они говорят, что ты сделал что-то для королевы – это сама по себе награда. Он бы огорчился, по этому поводу, но подумал, что это отклик не на всю цель, и не на первый ее аспект, а только на третий.

Практика

В плане достижения целей, Барри предлагает выполнять следующие шаги:

1. Первое, что вам нужно сделать – это сформулировать, кратко описать вашу цель.
2. Задайте себе вопрос: какой шаг должен быть ПЕРЕД этим?
3. Пропишите всю последовательность шагов от будущего к настоящему. Задавая вопрос о предыдущем (более раннем) шаге, надо стараться находиться на том шаге, который вы только что написали.
4. Пропишите несколько альтернативных последовательностей до достижения ощущения, что у вас имеется изобилие вариантов достижения цели.

Если вы думаете, что есть только одна четко означенная колея, то, если вселенная захочет дать вам маршрут не совсем такой, какой вы прописали, и если шаг случится немного не в том виде, как у вас там описано, вы можете разочароваться или у вас возникнет противомысль, и в итоге вы можете совсем вывалиться из процесса.

5. Возьмите один из маршрутов, посмотрите на самый первый, самый ближний к настоящему времени, шаг в вашей последовательности шагов, представьте себе, что вы его выполнили и почувствуйте радость от выполнения этого шага. Далее вы представляете себе, что вы завершили второй шаг и радуетесь этому, потом вы чувствуете радость в отношении третьего шага и так далее.

Нашим соотечественникам, как правило, непривычно слышать, что такое внимание уделяется чувству радости, восторгу. Но, **когда вы ощущаете восторг от достижения цели, ваша духовная батарейка заряжается**. И соответственно, когда следующая проблема возникает, вы находитесь уже в лучшем состоянии для того, чтобы с ней справиться.

Например, работоголики автоматически, навязчиво ставят себе следующую цель, над ней работают, не позволяя себе побыть в восторге, который произошёл от достижения предыдущей цели. От этого страдает здоровье, наступает так называемое выгорание. А если ты позволишь восторгу быть столько, сколько он есть, не будешь его обрубать сразу, то, в конце концов, вселенная сама принесет тебе следующую задачу. Тогда восторг пройдет, потому что ты примешься за реализацию следующей цели. Это тоже часть духовного роста человека.

Вернемся к пятому пункту. Если какой-то из шагов вызывает у вас особенный интерес, вы можете сделать четырёхшаговую визуализацию конкретно по этому шагу. Когда вы испытаете удовлетворение и радость в результате визуализации, поднимайтесь по списку дальше и дальше к конечной цели, чувствуя радость в отношении каждого из шагов, и, наконец, вы визуализируете самую конечную цель. Делайте всё это, не торопясь.

Если, со временем, вы достигнете такой стадии, что, вспоминая о своей цели посреди разных дневных забот, вы немедленно чувствуете прилив хорошего настроения, счастья, то это хороший признак того, что вы определённо излучаете вибрацию, влияющую на вселенную благоприятным для вас образом.

По пятому пункту можно проработать все альтернативные маршруты, можно только некоторые. Тут главное – чтобы у вас не было ощущения недостатка путей, ведущих к цели; вам вовсе ни к чему, чтобы ваша жизнь зависела от успеха единственного плана.

Еще один важный нюанс. **Чем в меньшей степени вы отчаянно в чём-то нуждаетесь, тем больше у вас шансов получить желаемое**. Если я, скажем, излучаю вибрацию с постулатом «хочу свободное парковочное место там-то», я также постулирую: «Если этого не произойдёт, всё равно всё нормально». Если вселенная даёт мне свободное место, я чувствую благодарность, если же нет – ладно, всё равно я счастлив.

Важный вопрос о соблюдении этических норм при постановке целей.

Что делать, если мои цели конфликтуют с желаниями других людей?

В качестве ответа Барри приводил такие примеры:

Когда-то я был постояльцем в одной семье. Я хотел прожить там ещё три месяца, но вдруг хозяйка обратилась ко мне, сказав: «Знаешь, мы продаём наш дом. Не мог бы ты визуализировать для нас, что мы продаём дом через два месяца?» Что ж, её желание конфликтовало с тем, чего хотел я. Однако я согласился помочь. Представление о том, что то, что выгодно вам, обязательно принесёт вред другому – это, чаще всего, иллюзия. Обычно то, что хорошо для другого, хорошо и для вас, а то, что хорошо для вас, обычно выгодно и другому. Бывает, то, что хорошо для вас или другого человека, вызывает дискомфорт – к примеру, если зубной врач удаляет вам зуб, это неприятно. Если вы ребёнок, вы можете протестовать. Однако с позиции зубного врача причинение боли ребёнку всё равно этично – сами понимаете, почему. С просьбой той женщины я поступил так: я визуализировал, что каким-то образом найдётся решение, выгодное и для меня, и для неё. Я не

сформулировал в точности, что должно произойти, а просто придерживался этой концепции. Через две недели хозяйка пришла ко мне и сообщила, что человек, который планировал купить её дом, хотел бы отложить покупку на более поздний срок. И так получилось, что и для самой хозяйки этот вариант оказался более удобным.

Заключение

Со времени моей первой встречи с Барри Файрберном прошло очень много времени. Возможно, именно поэтому захотелось написать эту небольшую книгу, чтобы заново вспомнить и пережить наши встречи и долгие беседы обо всем. Конечно, не все идеи Барри удалось поместить в этот небольшой объем, но, надеюсь, это только начало.

Сейчас у меня разнообразная частная практика, я являюсь автором и ведущим многих тренингов. Некоторые из них есть в нашем магазине <http://store.omlinemegaom.ru/ru/>

Многие из идей Барри получили дальнейшее развитие в моей системе Лайф Про <http://store.omlinemegaom.ru/ru/94-sistema-lajf-pro>

Видео и аудио встреч с Барри есть по следующим ссылкам:

- https://vk.com/video?section=album_55159130 (надо добавиться в друзья)
- <http://www.youtube.com/watch?v=s4A6un-2mQw>
- <http://omradio.podfm.ru/>

Наиболее полная информация обо мне и координаты для связи есть тут: <http://olegmatveev.tel/>. Буду рад вашим отзывам!

Олег Матвеев