

КНИГА, ПРЕВРАЩАЮЩАЯ ЖИЗНЬ В СЧАСТЬЕ

# ПСИХОМАГИЯ



Искандер Джин

**Искандер Джин**  
**Книга, превращающая**  
**жизнь в счастье. Психомagia**  
**Серия «Похабов (Битва экстрасенсов)»**

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=24315028](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=24315028)*

*Книга, превращающая жизнь в счастье. Психомagia / Искандер Джин:*

*АСТ; Москва; 2017*

*ISBN 978-5-17-099246-1*

### **Аннотация**

Книга о современной магии, далекой от бабушкиных заговоров, варки зелья и колдовских ритуалов. Использовать нужно то, что заложено в человеке изначально: энергию, стремление к развитию, эмоции. Все это – ПСИХОМАГИЯ, обладающая куда большими возможностями, чем заклинания типа «колдуй, баба, колдуй, дед». Чтобы получить то, что вы очень желаете, нужно немного: – прочитать эту книгу; – проанализировать свои давние и недавние ошибки; – изменить кое-что в себе; – правильно поставить цель и достичь ее. Помните: вы способны договариваться со Вселенной, менять судьбу, потому что вся сила – в вас. Научитесь ею управлять!

# Содержание

Предисловие	5
Фундамент счастливой жизни	8
Линия жизни (судьбы) и ее основные законы	9
Семь Вселенских законов	13
Понятие счастья, судьбы, уроков, испытаний, взаимоотношения со Вселенной	15
Тест	16
Гармония тела, души и разума	20
Базовые сферы, от стабильности которых зависит счастье	20
Социальная сфера	22
Сфера профессионального самораскрытия	26
Сфера эмоций	30
Конец ознакомительного фрагмента.	31

**Искандер Джин**  
**Книга, превращающая**  
**жизнь в счастье.**  
**Психомагия**

© Джин И., 2017

© ООО «Издательство АСТ», 2017

# Предисловие

Здравствуйте, уважаемый читатель.

Скажите, а как вы относитесь к магии? Как привыкли ее себе представлять?

Скорее всего, вы недоумеваете от таких вопросов: какая магия! XXI век на дворе, никто уже не верит в колдовство, бабушкины сказки и ведьмино зелье и тем более не использует заговоры и средневековые ритуалы для достижения важной цели! Все проще: записался на прием к психоаналитику, выложил несколько тысяч денежных единиц, специалист убрал блоки – и свободен! Хоть бизнесом занимайся, хоть в опере пой.

А между тем магия в современном мире существует, она – на расстоянии ближе вытянутой руки, и вы ее можете использовать сами, если научитесь грамотно обращаться с заложенной в вас энергией.

Современная магия не требует, чтобы вы скакали полночи у костра, выкрикивая заклинания на непонятном языке, или осваивали чуждые знания. Использовать нужно только то, что заложено в вас изначально: свою энергию, свое стремление к развитию, свои эмоции, свою способность мыслить созидательно.

Магия не буквальна, она читается между строк. Шаманы, колдуны и мудрецы древности воспринимали

мир с особой позиции сознания, а тексты, которые дошли до нас, передают только поверхностный смысл того, как они управляли реальностью. Не в ритуалах, заклинаниях и практиках суть силы. Мощь сознания кроется в уважении ко всему вокруг и способности дружить с каждым элементом реальности, сонастраиваясь с его частотой.

Вы спросите: а в чем заключается магия, если я, например, умею делать деньги из ничего (вот способность у меня такая), другой человек создает картины, а третий – просто везучий в любви?

А в этом и есть ваша магия: гармонично сочетать в себе удачливость во всех сферах жизни. Ведь так не бывает, чтобы человека устраивало то, что он богат, но при этом никак не может завести полноценную семью или обеспечить нормальный материальный уровень жене и троем малолетним детям и при этом – не нарадуется жизни.

Современная магия основана не на истинах типа «колдуй, баба, колдуй, дед», а на осознанном управлении потоками собственной энергии и очень тесно связана с психологией. Я поэтому ее так и назвал – психомагия.

Для освоения азов психомагии нужно немного:

- прочесть эту книгу;
- проанализировать свои давние и недавние ошибки;
- изменить свое отношение к себе, к миру, к жизни;

*– поставить цель и достичь ее.*

И всегда помните: вы способны корректировать судьбу, «договариваться» со Вселенной, и она всегда пойдет вам на встречу. Но, для того чтобы познать себя (а магия работает только в хорошо подготовленной душе), необходимо познать требования Бога к человеку. Они, кстати, выполнимы каждым – об этом вы прочитаете в одной из глав книги.

Конечно, после прочтения первой страницы вы не поймете, что такое психомагия и как ею безопасно пользоваться, да и после десятой – тоже. Но понимание придет. Возможно, даже «выстрелит» в какой-то момент. Вот для того, чтобы вы умели им правильно воспользоваться, я и написал эту книгу.

Сила – в вас, и своим вниманием вы ею управляете, мыслите свободно и усилием воли удерживаете курс согласно ощущениям своего сердца.

С искренними пожеланиями всех благ,  
ваш Искандер.

# Фундамент счастливой жизни

Общий уровень счастья и благополучия населения Земли зависит от уровня счастья и благополучия каждого отдельно взятого человека – истина, доказанная веками и мудрецами. Поэтому перепроверять не будем – предлагаю сразу приступить к повышению благосостояния, налаживанию контакта с собой и поиску счастливых моментов, которых хватает в жизни каждого из нас, но мы их просто не замечаем.

В этом разделе книги я хочу и могу вас научить (вернее, помочь вспомнить, поскольку эти способности даны каждому человеку с рождения):

- основам универсальных и эффективных законов счастливой жизни;
- успешной реализации собственного предназначения человека (направляющий момент);
- раскрытию мотивирующей энергии.

Акцентирую ваше внимание, уважаемые читатели, на том, что ничего сложного в процессе строительства своего счастья нет, – нужно только правильно воспринимать информацию и становиться смелее в требованиях. **Не бойтесь ставить высокие планки – все достижимо.**



# **Линия жизни (судьбы) и ее основные законы**

Изучите внимательно иллюстрацию.

# Линия судьбы, карма, суть уроков, ценность светлых и темных людей

РЕАЛИЗАЦИЯ НАВЫКОВ  
ВО БЛАГО МИРА (МИССИЯ) ☐

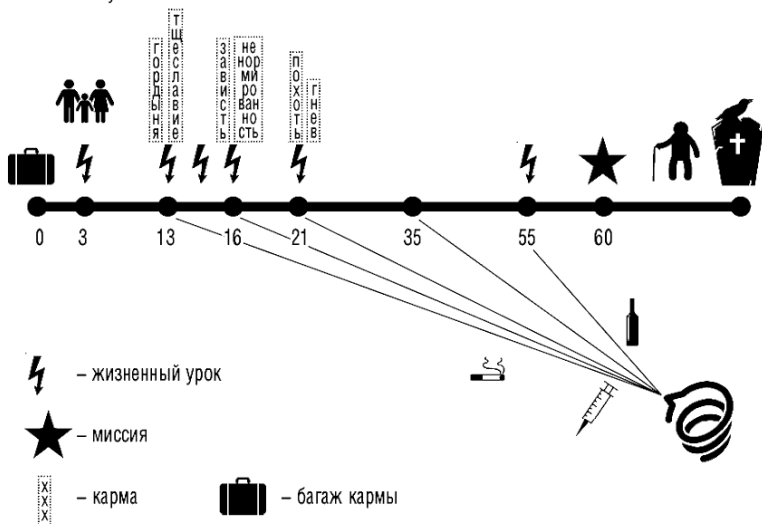
Освобождение от:

- Гордыня ☐
- Тщеславие ☐
- Гнев ☐
- Ненормированность ☐
- Похоть ☐
- Зависть ☐
- Уныние ☐

КОДЕКС ЦЕЛОСТНОЙ  
САМОРЕАЛИЗАЦИИ НА ЗЕМЛЕ:

1. Свобода
2. Любовь
3. Искренность
4. Единство
5. Справедливость
6. Всеприятие
7. Счастье

Я выбираю такое тело, этих  
родителей, эти условия жизни  
и всех учителей, что будут  
на моем пути



Это только поэту просто сказать: «Жизнь – дорога от рождения к смерти», и получить заслуженные овации за рифмованную истину. А сколько всего случается на этой дороге, и почему случается, и ровная ли она, и что за воронка изображена внизу – кто объяснит?

Раз уж я взял на себя просветительскую миссию, начав писать эту книгу, то сразу расставляю все точки над «i», чтобы вы имели представление, над чем вам необходимо работать, к чему стремиться и чего избегать.

**Прямая линия** – это идеал жизненного пути, но таковым он является не у всех – иногда людей заносит в глубокую воронку, о которой я уже сказал выше и из которой приходится заблудшие души вытягивать. Причины сбоя тоже изображены: алкоголь, табакокурение, пристрастие к наркотическим и психотропным веществам.

Но начнем анализ жизненного пути не с этого, а с самого рождения человека: каждый из нас приходит в этот мир не с пустыми руками, а с кармической «котомочкой», в которой собрано все, о чем перед рождением человек договаривается с Богом: внешность, семья, окружение, учителя (не только школьные), которые будут появляться на жизненном пути.

Если «контракт» перестанет устраивать человека в какой-то момент, его можно переписать – Бог не против. Только для этого необходимо начать неукоснительное соблюдение семи вселенских законов.

Итак, человек родился, растет, получает определенное воспитание и испытания. Обратите внимание, что **максимальное количество уроков приходится на юный возраст – с 13 до 16 лет**. Поэтому так важно рассказывать подросткам об осознании жизненных ситуаций, учить их прорабатывать, не копить ненависть, а воспринимать обидчиков как помощников, посланных для исправления ошибок.

Если человек с юных лет начнет понимать суть вселенских законов: будет радоваться жизни, излучать любовь, не взращивать в себе негатив, то к двадцати – двадцати трем годам он не только найдет свое истинное предназначение, но и с успехом начнет его реализовывать.

«Звезду героя» к 60 годам получает тот, кто не только усвоил жизненные уроки и не повторял ошибки, но и с успехом использовал каждую ситуацию для личностного роста.

Люди по-разному проходят жизненный путь.

Одни, пытаясь двигаться прямо и ровно, боятся выразить лишнюю эмоцию, познакомиться и подружиться с определенным человеком, придумать и реализовать идею. И все у них, как будто, гладко, но без особых взлетов.

Другие – наоборот – живут от падения к взлету, постоянно откуда-то выкарабкиваются и куда-то снова проваливаются. Такая стратегия к большому успеху не приводит.

Как же нужно? Как правильно?

# Семь Вселенских законов

Я уже говорил о возможности переписать контракт с Богом, придерживаясь буквы вселенского закона. А это – ни много ни мало – семь пунктов.

1. **Свобода** – каждое живое существо на Земле свободно в выборе и имеет полное право на личностную реализацию таким образом, который сочтет правильным. Этот закон звучит еще как Никто Никому Ничего Не Должен. Никто и никому. Даже тот, самый близкий, в кого вы всю душу вкладываете.

2. **Любовь** – закон вечной созидательной энергии. Ваша способность проявлять любовь к миру является гарантией вашей реализации во всех сферах жизни. Только любовь делает человека успешным, богатым, счастливым.

3. **Искренность** – способность к прямому выражению мыслей и эмоций – выводит из определенных ситуаций без риска их осложнения порочными действиями.

4. **Единство** – сохранение ощущения целостности с миром. Если вы воспринимаете себя как часть Вселенной, то можете чувствовать себя и целой Вселенной – вы никого не

обидите, не оскорбите, не испугаетесь, поскольку все это – часть вас самих, ваше отражение, а как можно обижать или бояться себя? Сохраняйте это ощущение постоянно, и никакие неприятности вам не будут угрожать.

**5. Справедливость** – отсутствие критики мироздания, ощущение правильности происходящего, даже жестоких и шокирующих проявлений реальности. Осознание справедливости любой ситуации, отсутствие претензий к миру придает человеку статус любимчика Вселенной и ее полное содействие.

**6. Всепринятие** – понимание всего происходящего в мире как блага. Любая ситуация нацелена на воспитание кого-то, раскрытия в нем истинных ценностей или новых способностей. Трагедии, которые случаются довольно часто, касаются лишь тех людей, которые заслужили такой поворот событий.

**7. Счастье** – состояние удовлетворенности, наступающее в результате принятия и выполнения всех предыдущих Вселенских законов.

# **Понятие счастья, судьбы, уроков, испытаний, взаимоотношения со Вселенной**

Все эти размытые фразы: «Счастье у каждого свое», «Счастье в простых вещах» – не смогут вам дать полного и четкого ответа на поставленный вопрос: «Что же собой представляет счастье?»

А ответ на него необходим, чтобы конкретно знать, к чему стремиться и чего достичь.

Итак, я предлагаю вам оптимальный и понятный вариант ответа на волнующий все человечество вопрос:

Счастье – это состояние удовлетворенности жизнью при наличии большого количества положительных эмоций в процессе стабильного и непрерывного развития личности.

Уверен, что половина читателей согласится со мной в том, что, не развиваясь, человек не может ощутить себя вполне счастливым, – ведь только достигая определенного уровня развития (будь то духовный, физический или интеллектуальный рост), мы пребываем в состоянии удовлетворенности – мы на данном этапе жизни получили то, что хотели и планировали.

Человек, приостановивший свой личностный рост, или,

того хуже, деградирующий человек лишен возможности наслаждаться полным удовлетворением жизнью – то есть счастьем.

Я разработал короткий и простой, но очень эффективный тест, благодаря которому каждый из вас самостоятельно сможет определить личный уровень счастья в процентах.

Суть теста заключается в том, что вы откровенно отвечаете на предложенные вопросы и оцениваете свой ответ по семибальной шкале, где 7 баллов означает «отлично», «полностью удовлетворен», а 1 балл – «очень плохо», «совершенно не удовлетворен». Промежуточные баллы – 2, 3, 4, 5, 6 – означают различный уровень удовлетворенности, не самый высокий и не самый низкий.

Вопросов немного – всего 7, полученные за ответы баллы необходимо суммировать, а результат умножить на 100 и разделить на 49. Окончательная цифра и будет означать ваш процент удовлетворенности жизнью.

## **Тест**

### **«Твой уровень счастья»**

Отвечайте на вопросы не задумываясь, полагаясь на первое ощущение, оценку выставляйте по шкале от 1 до 7.

1. Оцените качество свободного времяпровождения (1 – крайне недоволен, 7 – очень доволен).



2. Как вы оцениваете собственное финансовое благополучие (1 – абсолютно не доволен, 7 – полностью удовлетворен)?

3. Оцените уровень качества своей социальной жизни, включая друзей, любовные отношения и степень удовлетворенности кругом общения в целом (1 – крайне неблагоприятный, 7 – все превосходно).

4. Оцените уровень чаще всего преобладающего у вас эмоционального состояния (1 – крайне пессимистичное, 7 – очень оптимистичное).

5. Насколько вы духовный человек, как часто уделяете время развитию своей духовности (1 – крайне редко, 7 – очень часто).

6. Оцените уровень удовлетворенности своей работой/учебой (1 – абсолютно недоволен, 7 – полностью удовлетворен).

7. Оцените уровень своего здоровья (1 – слабое, 7 – крепкое, отличное).

Внимательно подсчитайте результат и проверьте его по следующей таблице:

19 % – неудовлетворенность жизнью, депрессивность, апатия.

25 % – неудовлетворенность жизнью, депрессивность, апатия.

30 % – неудовлетворенность жизнью, депрессивность, апатия.

36 % – неудовлетворенность жизнью, депрессивность,

апатия.

42 % – низкая удовлетворенность жизнью, слабость, упадок сил.

47 % – низкая удовлетворенность жизнью, слабость, упадок сил.

52 % – низкая удовлетворенность жизнью, слабость, упадок сил.

58 % – средняя удовлетворенность жизнью, стабильное состояние.

64 % – средняя удовлетворенность жизнью, стабильное состояние.

69 % – средняя удовлетворенность жизнью, стабильное состояние.

75 % – высокая удовлетворенность жизнью, эмоциональный подъем.

81 % – высокая удовлетворенность жизнью, эмоциональный подъем.

86 % – высокая удовлетворенность жизнью, эмоциональный подъем.

92 % – высокая удовлетворенность жизнью, эмоциональный подъем.

94 % – пик счастья, интенсивный личностный рост и скачок в развитии.

100 % – вы счастливы на все сто – пик счастья, интенсивный личностный рост и скачок в развитии.

Как видите, «что-то похожее на счастье» проникает в нашу жизнь, когда мы довольны положением вещей и собой более чем на 50 %.

# Гармония тела, души и разума

## Базовые сферы, от стабильности которых зависит счастье

В жизни каждого человека существуют приоритетные сферы, стабильность которых он стремится обеспечить всеми силами, поскольку от них зависит полное счастье.

Базовых сфер шесть:

- досуг;
- отношения;
- деньги;
- радость (вернее, весь спектр эмоциональных оттенков, но если в нем превалирует радость, то человек ощущает себя счастливым, поэтому все мы так стремимся генерировать в себе это ощущение);
- духовное развитие;
- работа и карьера.

Необходимо понимать, что у каждого человека свое виденье значимости этих величин. Один главным считает отношения в семье и коллективе, а остальное «наращивает» уже на основе ядра отношений, другой 80 % счастья ищет в работе, а 20 % – в иных сферах жизни. В любом случае человек

не может считать себя абсолютно счастливым, если у него не складывается хоть в одной из этих сфер: отличная карьера, но нет семьи, – и он уже страдает, или наоборот: семья, дети, а на работе не ценят, – снова большой минус в отношении полного счастья.

НО! Существует **принцип основной удовлетворенности**, который не позволяет человеку расклеиваться и подтягивает к определенному уровню остальные сферы. Этот принцип прекрасно действует, результаты его воздействия можно наблюдать в жизни многих людей.

Например, коммуникабельный человек приоритетной сферой считает общение с людьми. И если он полностью удовлетворен в этом плане – ему хватает общения, он самореализован, доволен, – то все остальное его не очень и волнует, он не переживает по поводу построения отношений с девушкой или материального благополучия. Эти две сферы «подтягиваются» в его жизнь почти автоматически.

Если реализована одна, основная, сфера, то не возникает проблем и с реализацией второстепенных, а если реализованы второстепенные, то и незначительные для вас сферы не будут вызывать проблем и тревог.

Я называю это **принципом ящерицы**: приоритетная сфера – это голова животного, второстепенные – туловище, а не очень значимые – хвост, которым ящерицы не очень дорожат, поскольку умеют его отбрасывать и отращивать.

Думаю, что вы уже определили свою базовую сферу, на

стабилизацию которой тратите максимум сил и знаний. Но при этом нелишним будет изучение всех базовых составляющих счастья.

## Социальная сфера

Основных потребностей у человека в сфере социальных отношений несколько, и каждая из них имеет свои особенности.

**1. Отношения с любимым человеком** – необходимы стабильность, развитие и не только непосредственно отношений, но и их обоих участников в личностном плане. Если вы чувствуете себя с любимым человеком уютно, комфортно и уверенно, если он мотивирует вас к самосовершенствованию, значит, основная потребность в отношениях удовлетворена.

**2. Отношения с родными и близкими** – теплые, поддерживающие. Эта подсфера основана именно на поддержке и сохранении родственных отношений, складывающихся годами и десятилетиями, она очень важна для ощущения счастья.

**3. Дружеские связи** – не считите за меркантильность, но они должны приносить людям взаимную выгоду. И речь здесь не о денежном эквиваленте (хотя и он может присут-

ствовать, если ваш друг – это еще и ваш партнер по бизнесу), а о взаимообмене позитивной энергией, о мотивации к саморазвитию. Вы должны разделять людей на друзей и приятелей. На одних вы можете положиться во всем, с другими просто приятно провести время – не более. Но есть еще и третья категория – «друзья на случай попить пива и одолжить денег до зарплаты». С такими я бы советовал контактировать как можно реже – никакой ценности они собой не представляют, ничего полезного в вашу жизнь не приносят, а могут лишь использовать вас, когда посчитают нужным.

**4. Свободные отношения с людьми из внешнего мира** – случайное общение с незнакомыми, малознакомыми или знакомыми, но не близкими людьми. Не исключено, что подобное общение может привести в жизнь близких по духу, полезных или просто приятных людей. Поэтому не закрывайтесь от него, не игнорируйте, не ставьте препятствий в виде электронных гаджетов, общайтесь, если человек вам приятен.

Было бы неправильно просто предоставить информацию и не акцентировать ваше внимание на самых распространенных ошибках в каждой форме отношений. Считаю своей обязанностью предупредить вас, а значит, вооружить полезными знаниями, которые помогут быстрее двигаться навстречу счастью.

## **Анализ ошибок в общении**

### **(уход с правильного пути, трансформация)**

#### **Отношения с любимыми**

Цепляние за объект, полное растворение в нем, потеря себя. Происходит в период первой (а также второй, третьей и последующих влюбленностей). Самый простой пример: у Маши и Пети состоялось свидание, к которому парень отнесся спокойно, а девушку оно очень взволновало – до такой степени, что Петя «поселился» в Машиной голове, и все свои действия она начала сверять по нему. Девушка стала напряженной, эмоционально возбужденной, постоянно ждала звонка, приглашения, встречи и очень болезненно реагировала на их отсутствие. Это ненормально. Светлые и высокие чувства девушки трансформировались в зависимость, которая и становится главным препятствием к счастью. Избежать этого можно лишь путем саморазвития в духовном, интеллектуальном и эмоциональном плане, добиваясь и успеха, и получения внимания желаемого объекта.

#### **Отношения с родными и близкими**

Создание конфликтных ситуаций с вашей или с их сторо-



ны, давление и натиск родственников. Это обратная сторона медали доверительности. Трансформировать негатив в позитив необходимо через принятие урока по развитию воли и психической устойчивости. Каждая проблема и конфликт в семье направлены на развитие терпения, любви и уважения к родным.

## **Непонимание, унижение, оскорбление и даже предательство**

Самые неприятные проявления со стороны родных, близких, друзей. Их необходимо трансформировать через анализ собственных пороков и избавление от них.

## **Бескорыстное чувство благодарности к чему-то или к кому-то**

Свободному общению зачастую мешает недоверие к людям, закрытость от мира, закрепощенность, страх перед обществом. Проблему решить довольно просто: необходимо стать генератором любви к себе, в первую очередь, накапливая ее в душе, периодически выплескивать вовне, делиться любовью с миром, и он будет отвечать вам взаимностью. Ведь что такое любовь? Это бескорыстное чувство благодарности к чему-то или к кому-то. При его регулярном присутствии в человеке и его постоянной непрерывной трансляции во Вселенную все страхи уходят – им нет места в любящей душе.

# Сфера профессионального самораскрытия

Полное счастье невозможно без реализации личности на профессиональном поприще. Нелюбимая работа гнетет, мучает, не приносит удовлетворения. Интуитивно человек с детства чувствует, какое из огромного количества занятий – для него, главное – следовать своему предназначению, не закрываться, не менять на что-то другое.

1. Предназначение дается человеку по праву рождения и проявляется в детских играх. По мере взросления он увлекается любимым делом все больше и больше, выбирает связанную с ним сферу деятельности, занимается работой, от которой получает удовлетворение. Такое развитие событий называется **стабильной реализацией своего предназначения**.

2. Для наработки новых знаний, навыков и умений в сфере своей деятельности необходимо наличие определенных условий: получение специального образования, обеспеченность оборудованием, самостоятельная шлифовка таланта, в конце концов.

3. Прodelанная работа окажется бессмысленной, если не

будет приносить пользы миру и обществу. Уровень заработка напрямую зависит от желания помочь людям, предложить им нужный и полезный продукт. Формула успеха в работе приблизительно такая: **работать с душой + работать во благо = получать удовлетворение от работы и повышать уровень собственного благосостояния.**

4. Постоянное и непрерывное самосовершенствование себя как мастера и как личности.

Деятельность осознанного человека подразумевает активность на фоне вдохновения, без напряжения, без борьбы с самим собой, исключительно от избытка энергии внутри и только в той области, которая рождает новые идеи. Истинную работу не нужно искать и долго к ней готовиться, она проявляется в моменты присутствия здесь и сейчас, когда время сжимается в точку и перестает существовать.

## **Анализ ошибок в профессиональной деятельности (уход с правильного пути, трансформация)**

– Распространенные явления: неопределенность в интересах, целях и желаниях, растерянность перед изобилием привлекательных профессий, бесцельное блуждание между несколькими сферами деятельности – присущи как школь-

никам старших классов, так и молодым людям, окончившим «не тот» институт, и людям среднего возраста, ошибочно выбравшим профессию. Трансформация происходит через возврат в детство (не впадание, а возврат – не путайте, пожалуйста). Вспомните ваши любимые детские игры, мечты и фантазии. В каких из них вы чувствовали себя наиболее хорошо и комфортно? От каких из них сердце екает даже сейчас? Что бы вы с удовольствием повторили уже во взрослой жизни на профессиональном уровне?

– Если вы держитесь за свою работу исключительно ради материальной составляющей и это мешает вам расти в профессиональном смысле – трансформируйте застойную ситуацию через выход из привычной зоны комфорта и смену окружения. Не обязательно все бросать и отправляться на поиски новой работы (хотя, если нынешняя не устраивает и тяготит, можно параллельно подыскивать новую или превратить в источник заработка свое хобби), можно поступить и по-другому – совершить нестандартный для себя поступок – нечто головокружительное и рискованное: прыгнуть с парашютом, заняться дайвингом или духовными практиками – то есть растормошить себя, убедить себя, что вы способны на многое.

– Потеря интереса к своей деятельности, лень и апатия могут быть как признаками усталости (трансформируются

через стандартное заявление об отпуске – бездействие, расслабление, освобождение головы от мыслей просто необходимы), но могут сигнализировать и о неправильном выборе профессии. Такое состояние необходимо трансформировать через переоценку ценностей и возвращение к своим истинным интересам.

Хочу акцентировать ваше внимание, уважаемые читатели, на понятиях «лень» и «полное бездействие», которые многие отождествляют и считают синонимами. И это – большая ошибка. *Лень*, по сути своей, ничего не дает человеку, даже желаемого отдыха, поскольку *представляет собой совокупность нескольких бесполезных действий*: когда человеку лень заниматься чем-то конкретным и полезным, он начинает делать вид, что занят, а на самом деле открывает десятки ненужных ссылок в Интернете, рисует каракули на листе бумаги, разговаривает по телефону ни о чем. Лень может проявляться и в бессмысленной беготне, суете, создании видимости бурной деятельности (вспомните героя «12 стульев», вечно пенящегося кипучего лентяя Виктора Михайловича Полесова), лень утомляет, лень мешает полноценному счастью.

*А бездействие – это полное отключение от любого рода деятельности с целью восстановления сил.* Среднестатистический человек может находиться в состоянии полного бездействия (и физического, и мыслительного) не более одной минуты, а после него

наступает огромный наплыв энергии, на волне которой можно сделать много всего полезного и интересного.

– Еще одно опасное для состояния счастья и удовлетворенности работой явление – **ориентация не на успех, а на возможные риски и неудачи, неуверенность в своих силах.** Трансформировать подобные проявления необходимо, нарабатывая в себе ощущение уверенности и постоянной божественной защиты.

## Сфера эмоций

Одна из важнейших сфер, участвующая в достижении счастья, – эмоции. Ощущение радости или печали поддается контролю и генерированию со стороны человека, поэтому утверждение, что этими ощущениями возможно управлять, – истинное.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

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

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