



Светлые
книги

Маруся
Светлова

Деньги: изобильное мышление

психология для жизни



Маруся Леонидовна Светлова

Деньги: изобильное мышление

Серия «Светлые книги»

Текст предоставлен издательством

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=8609049

Деньги: изобильное мышление: Вест; Санкт-Петербург; 2014

ISBN 978-5-904777-20-3

Аннотация

Как быть, если вы уже который месяц еле дотягиваете до зарплаты? Что делать, если вас затянуло в кредиты, как в зыбучие пески? Наш совет: не отчаиваться, а скорее брать ручку и бумагу и приступать к освоению тренинга «Деньги: изобильное мышление». Маруся Светлова – известный в России практикующий психолог – знает проверенное средство от денежных бед.

Она убеждена, что причина финансовых трудностей – ваше собственное мышление. Человек с мышлением нищего останется нищим, даже если ему подарят миллион. А к тому, кто сумел настроить свои мысли на «изобильность» мышления, напротив, деньги всегда будут приходить легко и быстро. Сделать свое мышление «изобильным» очень просто: нужно выяснить, какие внутренние установки мешают денежному потоку войти в вашу жизнь, и изменить их с помощью несложных упражнений.

Итак, хватит отчаиваться и жалеть себя – пора действовать!

Содержание

Вступление	5
Глава 1. Система убеждений о деньгах	14
Что мы думаем о деньгах?	14
Противоречивая сущность	19
Персонаж, обладающий волей	23
Персонаж сильного влияния	25
Персонаж особой важности	28
От меня не зависит...	31
Персонаж со знаком минус	36
Персонаж, который может «кончиться»	39
Итог	42
Конец ознакомительного фрагмента.	44

Маруся Светлова

Деньги: изобильное мышление

Все права защищены. Никакая часть электронной версии этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, для частного и публичного использования без письменного разрешения владельца авторских прав.

Вступление



Деньги – такой важный, такой нужный персонаж в нашей жизни.

Мы зарабатываем их в поте лица, а потом легко теряем. Только вот они есть, и их уже нет.

Они забирают колоссальное количество наших сил. Они дарят нам уверенность и радость.

Они треплют наши нервы. Они успокаивают нас и улучшают нашу жизнь.

Мы их обожаем. Мы их ненавидим...

Деньги – это средство для существования. Деньги – источник возможностей и свободы жить так, как ты хочешь.

Деньги – такие разные, такие противоречивые.

Такие тяжелые, когда мы их зарабатываем. Такие легкие, когда улетают из нашей жизни.

Кто из нас не хотел бы иметь их много, как можно больше?

Кто из нас иногда не приходил в отчаяние, не зная, где их взять?

Кого из нас не опьянял вид крупной суммы денег и еще больше – возможности, которые они давали?

У каждого из нас – свои отношения с деньгами. Своя история этих отношений.

В моей личной истории денег всегда не хватало. Я прожила большую часть своей жизни в ограничениях, в рамках, поставленных недостатком денег.

Сначала, как и все дети, я была ограничена рамками семейного бюджета своих родителей, живших на честно заработанные оклады.

Потом, став студенткой МГУ, я долгих пять лет жила на стипендию и скромную, опять же ограниченную рамками их зарплаты, помощь родителей. И сорока рублей стипендии и пятидесяти рублей родительских денег никогда не хватало для увлекательной, интересной студенческой жизни в таком полном возможностей городе, как Москва. И нужно было изворачиваться, экономить, чтобы посещать театры, выставки, музеи, чтобы одеваться в московских магазинах, питаться в студенческих столовых.

В середине обучения я вышла замуж, и первоначальная надежда, что на две стипендии и скромные подработки студентов станет легче жить, развеялась как дым. Денег не хва-

тало еще больше. Мы были молоды и полны желаний. И опять приходилось ограничивать себя в чем-то и изворачиваться в попытках прожить на оставшуюся в кошельке мелочь до конца месяца.

Я окончила университет, начала получать зарплату, но ощущение стесненности и нехватки заработанных средств меня не покидало. Жизнь требовала больших денег, желание иметь какие-то необходимые вещи требовало больших денег. Родился ребенок, и наших двух зарплат катастрофически не хватало. И постоянно надо было думать – где взять средства, каким способом можно где-то подработать.

И за долгие годы такой жизни я прошла многие этапы в своих отношениях с деньгами. Они появлялись, стали приходить большими потоками. Но – так же легко и исчезали, оставляя разочарование от своего короткого прихода.

Иногда становилось легче, появлялась надежда, что вот, наконец, с деньгами все стало нормально. Но опять что-то случалось, что-то требовало повышенных трат, и опять ощущение недостатка денег посещало меня.

И эта полная напряжения, беспокойства, суеты жизнь раздражала. Иногда просто бесила – да когда же все это кончится?! Когда же я, наконец, стану жить нормально, ни в чем себе не отказывая?!

И вот эта «проблемность» моих отношений с деньгами, неудовлетворенность этими отношениями просто толкала меня в необходимость разобраться с этой сферой моей жиз-

ни.

Мне хотелось понять – почему я постоянно испытываю недостаток денег? Почему, независимо от их количества, я все равно остаюсь в ощущениях ограничений, рамок, необходимости в чем-то себе отказывать? Мне хотелось понять, почему деньги так быстро уходят от меня, исчезают из моей жизни, лишая меня стабильности и спокойствия.

Я уже понимала тогда, что дело не только в количестве денег, которое ты зарабатываешь, дело еще и в том, как ты ими распоряжаешься. Но все попытки моего правильного, рационального распоряжения своими финансами заканчивались иногда в одно мгновение, когда я совершала какую-то недуманную покупку, вкладывала средства в какие-то ненужные вещи.

Было что-то непонятное в моих отношениях с деньгами. Были какие-то механизмы, правила отношений с ними, которых я не знала. Были какие-то закономерности в том, как строятся эти отношения, которых я не понимала.

И настойчивое желание разобраться в этой сфере жизни, понять все механизмы и правила, привело меня к пристальному изучению этой сферы. Я ответственно и скрупулезно – как делала то, что мне было интересно, – стала изучать всю информацию, которую только могла найти в то время в книгах, о деньгах, отношениях с ними.

Я ходила на семинары, хоть как-то связанные с этой темой. Я много училась в то время, повышая свою квалифика-

цию психолога, психотерапевта, и каждый раз использовала любую возможность поговорить на эту тему с ведущими семинаров и тренингов.

Я сама в то время уже вела небольшие семинары и тренинги о психологии успеха. И в один из них я включила короткий блок, посвященный деньгам как выражению, как символу успеха.

Я выделила для этой темы два часа, но каждый раз, «трогая» эту тему, начиная говорить о деньгах, мы с группой уходили в обсуждение на три, четыре, пять часов. Я увидела в людях огромный интерес к этой теме. Я увидела, сказала бы даже, болезненный интерес к этой сфере нашей жизни.

Вопросы, которые мучили меня долгие годы, звучали у других людей так же эмоционально. Это был всеобщий вопрос: что же такое эти деньги? Почему их все время не хватает? Почему они так быстро уходят? Что нужно делать, что нужно изменить в себе или своем отношении к ним, чтобы они уже просто были – всегда, в достаточном количестве?

Этот яркий интерес к сфере денег и помог мне создать отдельный тренинг, посвященный нашим взаимоотношениям с деньгами. Полноценный двухдневный тренинг, целиком направленный на изучение этой сферы, поиск всех скрытых правил, механизмов и закономерностей, объясняющих успех в сфере взаимоотношений с деньгами.

Именно с того момента – когда я начала проводить этот тренинг, обсуждать эту тему, исследовать ее с другими

людьми, с разными группами людей – и началось складываться полноценное видение всей этой сферы жизни, всех механизмов нашего с ней общения.

Все мои знания, понимания, которые я уже приобрела за годы своего пристального внимания к этой сфере, профессионального ее изучения, соединились с опытом многих и многих людей. Людей, разных по возрасту или социальному положению, с разным жизненным опытом. Потому что каждый участник тренингов проходил свои уроки в отношениях с деньгами, имел свой уникальный опыт. Причем имел как негативный опыт общения с деньгами, выраженный в недостатке наличных, их потере, иногда – в крахах, даже трагедиях из-за денег, так и позитивный опыт, когда получалось создавать или привлекать в свою жизнь потоки денег, удавалось правильно с ними обращаться.

Группы сменялись группами. Каждый тренинг вносил что-то новое в понимание механизмов и правил обращения с деньгами. На каждом тренинге мы рассматривали какие-то отдельные стороны, грани этих отношений. И каждый тренинг становился все глубже и интереснее. Потому что от простых, видимых правил и механизмов, от простых навыков в обращении с деньгами мы перешли к пониманию более глубоких, скрытых неосознанных программ, которые работают в наших отношениях с деньгами, по-настоящему определяя весь наш успех или все наши неудачи в этой сфере.

На протяжении двенадцати лет, пока я проводила этот

тренинг, шел анализ скрытых механизмов, лежащих в основе наших отношений с деньгами. Отношений, лежащих в основе создания достатка, стабильности в сфере денег.

Богатейшая россыпь фактов, их тщательный анализ и вся наша углубленная работа на тренингах позволили перейти к пониманию более глубоких и более высоких правил и закономерностей, лежащих не только в основе наших отношений с деньгами, но и вообще – в основе нашего жизненного успеха, благополучия.

Теперь каждый раз, начиная вести этот тренинг, я говорю его участникам:

– Это тренинг о деньгах. О наших с ними отношениях. Но этот тренинг – не только о деньгах. И даже, скорее, не о деньгах, а о вещах гораздо более важных, чем деньги.

Это в первую очередь тренинг о нас самих – кто мы есть, чего мы стоим, сколько мы стоим, на что мы можем претендовать. Ведь деньги – это всегда отражение, выражение того, как человек оценивает себя, на что он соглашается, какую цену себе заявляет.

Это тренинг нашей ценности и нашей стоимости, с которыми мы выходим в жизнь, идем в каждую сферу нашей жизни. И каждая сфера нашей жизни отражает нас самих, таких, какие мы есть.

Этот тренинг обо всей нашей жизни. Именно в сфере наших взаимоотношений с деньгами всегда ясно видны результаты, потому что они выражены реальными цифрами.

То, что в других сферах трудно измерить, выразить количественно – в этой сфере отражено четко. И осознание себя, своего успеха в этой сфере поможет нам более реально увидеть положение дел во всех других сферах жизни.

Этот тренинг о нашем мышлении, которое может помочь нам создать изобилие – или недостаточность, ограниченность в нашей жизни.

Причем изобилие или недостаточность не только в деньгах, а во всех ее сферах жизни, начиная от отношений на работе, в семье и завершая здоровьем и душевным покоем.

Этот тренинг – возможность изменить свое мировоззрение, мировосприятие, изменить свое мышление, сделать его действительно изобильным, позитивным мышлением большого, достойного человека...

Материалы многих и многих тренингов позволили мне написать книгу «Ты и твои деньги», которая была издана восемь лет тому назад, потом была опубликована в несколько измененном варианте в двух книгах – «Стань богатым, думай как богатый» и «Подружись с деньгами».

Эта книга – новая редакция изданных книг. В ней сохранен весь использованный ранее материал и она дополнена многими интересными находками. В ней много нового, изменены акценты, она стала, на мой взгляд, гораздо глубже и интереснее. Она более осмысленная, осознанная и проработанная.

Эта книга – результат многих лет анализа и работы над сферой наших отношений с деньгами. Она – результат и моих изменившихся отношений со сферой финансов. Потому что на смену нестабильности и ограниченности в мою жизнь вошли стабильность, спокойствие, достаток, осознание своих возможностей в сфере создания, сотворения денежных потоков.

На своей собственной жизни я увидела, как работает перемена в способе мышления, как изобильное, свободное от ограничений и рамок мышление реально создает в жизни изобилие и достаток.

И я вижу это – реально – в жизни многих людей, прошедших тренинг и выбравших новое, изобильное мышление как способ мыслить и творить результаты в своей жизни.

Искренне желаю тебе, читающему эту книгу, таких же щедрых, добрых, изобильных перемен к достойной жизни! Верю, что эта книга поможет тебе на твоём пути!

Глава 1. Система убеждений о деньгах



Что мы думаем о деньгах?

«Жизнь есть то, во что ты веришь» – под таким девизом выходит эта серия книг. И именно эту фразу я чаще всего говорю участникам тренингов.

Жизнь есть то, во что ты веришь.

Жизнь такая, какой ты ее создаешь согласно своим верованиям и убеждениям. Они – твои представления и убеждения, выраженные в некой словесной формулировке, – являются командами твоему подсознанию для воплощения в реальность.

Часто, говоря о работе подсознания, я сравниваю мозг с мощным, первоклассным компьютером, чьей задачей явля-

ется добросовестное, качественное выполнение наших команд, которые мы ему задаем. И эти словесные команды всегда принимаются к исполнению, исходя из того, как они сформулированы, на что направлены. Наш внутренний компьютер фактически всегда говорит нам «да!» на каждую нашу заявку, команду, указание.

Например, ты говоришь «компьютеру»: «Я ищущу и нахожу деньги. Я создаю деньги», – и это является командой для «компьютера». И он начинает искать варианты решения этих задач. Направляет нас на совершение каких-то действий, нацеленных на поиск возможностей получения денег.

Так же, как и опасливая мысль «Деньги кончаются», воспринятая подсознанием как задача, включает некие программы поведения, направленные на решение этой задачи. Мы сделаем ненужные траты или доверим деньги тому, кто их не вернет, или просто потеряем их, нечаянно выронив кошелек, – вариантов может быть огромное количество, но результатом будет одно – деньги действительно «кончаются». Подробно эта тема – как работает наше подсознание, выполняет наши по большей части неосознанные программы – отражена в книге «Мысль творит реальность».

Большинство наших задач, команд, которые мы даем нашему подсознанию, – неосознанны. Но независимо от того, осознаем мы их или нет, мозг качественно и ответственно принимает их к исполнению.

Наши верования, убеждения, представления, наши мысли

и команды относятся к разным сферам жизни. Каждая сфера нашей жизни наполнена представлениями о ней, какими-то убеждениями, постулатами, которые и творят ее такой, какой мы ее видим, и создают то, во что мы верим.

Представления о мужчинах – ужасны они или прекрасны, щедры или жадны, добры или злы, способны ли они понять женщину или им это не дано – уже формируют образ мужчин, который и является неосознанным запросом на привлечение в нашу жизнь именно таких мужчин, в каких мы верим.

Брак – хорошо это или плохо, трудно или легко, свобода это или рабство, близость или одиночество вдвоем? Эти представления будут способствовать созданию именно такого брака, таких отношений.

Работа – легка она или трудна, есть ли возможность ее получить или это невозможно, радость это или обуза, творчество или рутина? Выбор думать так или иначе создаст именно такую работу.

В нашем внутреннем компьютере как бы находятся папки с файлами. Каждая папка относится к отдельной сфере жизни. А файлы отражают какие-то представления, верования об этой сфере жизни.

На тренингах, каждый из которых посвящен определенной сфере жизни, я предлагаю участникам устроить ревизию определенной папки – посмотреть, какие верования и убеждения есть у нас об этой сфере жизни.

На протяжении многих лет, проводя тренинг «Деньги», мы с участниками изучали эту сферу жизни. Изучали в первую очередь наши мысли и верования о деньгах. Мы поднимали некие пласты скрытых в нас убеждений и представлений, которые часто нами не осознаются, но, тем не менее, являются нашими действующими программами по привлечению – или отпугиванию – денег. Мы рассматривали всю систему убеждений о деньгах, чтобы увидеть, как она работает.

И наша задача в этой книге – вытащить, достать на поверхность наши неосознанные представления о деньгах, открыть их, пересмотреть их с позиции нужности, эффективности в нашей жизни. После такой ревизии мы сможем освободиться от ненужных, ограничивающих нас убеждений и представлений, являющихся препятствиями между нами и изобилием, достатком. И мы сможем создать новые, эффективные для нашей жизни убеждения и верования.

Нам необходимо провести работу по осознанной чистке старой системы убеждений. Иначе старые, неосознанные убеждения будут продолжать в нас жить, работать и создавать – опять и опять – недостаточность, безденежье, потери денег.

Что мы думаем о деньгах? Чем наполнена эта папка в нашем внутреннем компьютере? Каким неосознанным командам наш мозг говорит «да!» и добросовестно их исполняет? Дают ли эти команды возможности создавать в нашей жизни

изобилие, легкость, радость или создают недостаток всего – денег, клиентов, сил, энергии?

С этих вопросов мы и начнем изучение этой удивительной, волнующей и такой противоречивой сферы – деньги.

Противоречивая сущность

– Что для тебя деньги? Какие ассоциации у тебя со словом «деньги», что такое деньги в твоей жизни? – спрашиваю я участников тренингов и получаю шквал ответов.

– Деньги – это радость. Это свобода. Это возможности делать все, что ты хочешь. Это независимость от всех. Это возможность помогать другим. Это взрыв эмоций. Это стабильность. Это мерило успеха. Это сам успех.

Деньги – это напряжение. Это головная боль. Это постоянные проблемы. Это бессонница и тяжелые мысли. Это тяжкий труд. Это зависимость. Это несвобода. Это – рабство.

– Как же так, – спрашиваю я участников, – деньги – одни и те же деньги – в твоей жизни наполнены таким разным смыслом, имеют такие разные и такие противоречивые характеристики! Какой-то странный персонаж эти деньги, если они одновременно являются свободой и рабством, возможностями и ограничением.

– Ну, правильно, – всегда говорит кто-то. – Когда они есть – это радость и свобода. Как только ушли – головная боль и зависимость, несвобода и ограничения.

– Тем более, – говорю я, – какой это странный персонаж – деньги. Когда он рядом – он хороший. А когда уходит от нас – сразу становится плохим. Представь себе, что твой ребенок, когда он рядом, вызывает у тебя самые лучшие ассо-

циации, а уйди он куда-то погулять или к кому-то в гости – тут же становится плохим...

Я часто обращаю внимание участников на это наше неоднозначное, очень противоречивое отношение к деньгам, в котором мы колеблемся от любви к ним до ненависти. В котором у нас нет ровного, спокойного, стабильного отношения к этой сущности – «деньги». Такого, как должен вызывать, например, ребенок или любимый мужчина, которого ты любишь независимо от того, рядом он с тобой или нет.

И это противоречивое отношение к деньгам – только часть нашего противоречивого, очень неровного и неоднозначного отношения к ним.

Деньги – это то, что мы очень ценим. И при этом – мы можем дать их в долг человеку, на честность которого вряд ли можно положиться, или бездумно вложить в какой-то ненадежный проект, в котором они пропадут.

С одной стороны деньги нам безумно важны, потому что их наличие или отсутствие делает нас счастливыми или несчастными. С другой – мы скромно называем свою стоимость при приеме на работу или уменьшаем цену товара, которым торгуем, лишая себя возможности больше зарабатывать.

Мы хотим денег, мы мечтаем о них, но иногда с такой легкостью проходим мимо возможностей их заработать или не стоим за свои деньги, не требуем своей зарплаты или обещанной премии, не возвращаем свои деньги, данные в долг.

Мы зарабатываем их с трудом, тратя на их получение много времени, жертвуя ради них личными отношениями или собственным здоровьем, а потом можем спустить их в одно мгновение.

Мы их ценим и хотим – но не наклонимся, чтобы поднять лежащую на дороге монету.

Сколько раз я сама сталкивалась с этим противоречивым отношением к деньгам, приглашая людей пройти тренинг «Деньги».

– У меня нет на это денег, – часто отвечали мне.

– Но именно для того, чтобы понять, почему у тебя нет денег на важные для тебя вещи, чтобы понять механизмы наших взаимоотношений, и надо идти на тренинг, – говорила я. – И если ты не находишь деньги, чтобы овладеть грамотными приемами взаимодействия с деньгами, тогда насколько важны тебе деньги, насколько важен для тебя успех в сфере денег?! Ведь на что-то важное, нужное тебе, например новые сапоги или квартплату, ты находишь деньги?..

Но часто именно так противоречиво мы и относимся к деньгам: это очень важно для меня, но с другой стороны – это совершенно неважно.

А сколько противоречивых чувств мы испытываем по поводу денег!

Радость, восторг, наслаждение, прекрасное настроение, полет, ощущение своей силы и возможностей, надежда, уверенность – когда деньги приходят в нашу жизнь.

Раздражение, напряжение, злость, обида, отчаяние, плохое настроение, ссоры, конфликты – когда деньги нас покидают.

Деньги – это действительно очень интересный персонаж, заставляющий нас испытывать противоречивые чувства, совершать противоречивые поступки, вызывающий наше противоречивое отношение к ним.

И это не все его особенности.

Персонаж, обладающий волей

Каждый раз, говоря с участниками тренинга о деньгах, об их удивительной способности влиять на нас, о разном воздействии на нас их прихода или ухода, я ловлю себя на том, что мы говорим о каком-то реально существующем, живом персонаже – Деньги.

Это действительно так. Мы так думаем:

«Деньги кончились».

«Деньги ушли».

«Деньги еще не пришли».

«Деньги стороной обходят».

«Деньги свалились на голову».

«Деньги до добра не доводят».

«Деньги утекают сквозь пальцы».

«Деньги улетают на ветер».

«Деньги исчезли без следа...»

Деньги в нашей жизни действительно проявляются как живой, действующий персонаж. Вернее, в наших головах существуют такие представления о деньгах.

Как будто они сами ходят. Причем сами, независимо от нас – приходят, когда хотят. Сами, когда хотят, уходят. И они могут кончиться и больше не появиться. Могут уйти и не вернуться. Есть деньги, самостоятельные деньги, которые живут своей жизнью.

А где же ты, я, каждый из нас? Нас нет.

Это именно так, как бы это ни было грустно. Если ты вспомнишь свои типичные мысли о материальном благополучии, ты увидишь, что в них все время говорится *о деньгах*, их поведении. Но в этих мыслях ничего не говорится *о тебе*. О твоём руководстве деньгами.

И очень много представлений, в которых деньги – это что-то важное, деньги – это что-то сильное, деньги – это что-то действующее, оказывающее влияние.

Деньги – персонаж, обладающий своей волей, желанием, поступками, решениями. Мало того, персонаж, обладающий своей удивительной властью над нами.

Персонаж сильного влияния

Деньги выбивают нас из колеи. Они отравляют нам жизнь.

Одних людей деньги поднимают, делают сильнее, других – портят, ожесточают, делают равнодушными.

Они могут сделать нас стабильными и уверенными, а могут – маленькими, дергаными, суетливыми.

Деньги влияют на нас.

Если мы проанализируем свою жизнь, мы увидим реальное проявление этого влияния.

Вот они пришли – и мы испытываем радость: деньги пришли! Они принесли нам ощущение уверенности, собственных возможностей. И жизнь наполняется радостью. Потом – бац! – деньги ушли, и настроение испорчено, уверенность пропадает и жизнь становится нерадостной.

Мы как бы зависим от наличия денег в нашей жизни. Именно наличие денег определяет и нас самих, и наше ощущение себя, и наше ощущение от жизни.

И не только само наличие денег влияет на нас. Влияет, конечно, и их количество.

Если у меня достаточно денег, то я спокойный, радостный, уверенный, полный энергии человек. И настроение у меня нормальное, и отношения с окружающими хорошие. И я иду по городу как хозяин жизни, захожу в дорогие магазины, что хочу покупаю, и жизнь мне кажется прекрасной.

Все это ощущение силы и возможностей присутствует во мне благодаря деньгам, их количеству. Как будто бы есть знак равенства между самооценкой и наличием этого платежного средства. И если количество денег уменьшается, то и настроение ухудшается, и силы, и уверенность, и энергия исчезают. И свободы уже нет, и отношения напряглись, появляется раздражение к партнеру, который не зарабатывает достаточно...

А когда деньги кончаются – и силы пропадают, и настроение на нуле. И желания идти куда-то уже нет. И взгляд продащицы в магазине кажется рентгеновским, как будто бы она понимает, что у меня нет денег. И жизнь кажется несправедливой. И мир кажется чужим и враждебным. И появляется раздражение к людям, имеющим деньги, – «паразиты, ходят с деньгами, жируют».

И получается, что деньги имеют огромное влияние на меня.

Деньги определяют меня, мою уверенность.

Деньги определяют мое настроение.

Деньги определяют мои отношения с людьми.

Деньги меня делают.

Деньги мной командуют.

Получается, что деньги в моей жизни бóльшие хозяева положения, чем я сам.

Потому что деньги в большей степени, чем я сам, определяют и мое настроение, и мою уверенность, и мои отно-

шения с окружающими. Они в большей степени командуют моим настроением, моим чувством покоя, уверенности, стабильности.

Деньги распоряжаются мной, моей жизнью.

Да, даже моей жизнью они распоряжаются. Потому что, когда я в отчаянии из-за недостатка денег, когда у меня испорченное настроение – я это переношу на весь белый свет. И достается всем: и ребенку, который под руку подвернулся, и партнеру, который не обеспечивает меня всем необходимым. И дома все из рук валится. И на работе напряжение. И общаться ни с кем не хочется.

Вот и получается, что деньги имеют надо мной такую власть, что могут портить жизнь.

Вот такой вот расклад сил существует в наших представлениях!

Тот не владеет богатством, кто позволяет богатству овладеть собой.

Бенджамин Франклин

Персонаж особой важности

Столько важности мы придаем деньгам.

Столько значения мы придаем деньгам.

Столько власти над нами мы им даем.

Но почему мы даем им столько власти? Почему мы придаем деньгам такую важность?

– Почему, когда в доме кончается сахар, никто не переживает, не напрягается, не впадает в депрессию? – спрашиваю я участников тренинга. – Почему человек в такой ситуации просто говорит: «Сахар кончился, надо завтра купить, зайду завтра в магазин или на рынок». Или идет к соседке с чашкой и берет у нее чашку сахара, легко и без напряжения. Но почему, когда кончаются деньги, все происходит по-другому: и мысли другие, и настроение, и к соседке с такой легкостью не пойдешь. Почему?!

– Но это же деньги! – отвечают мне. – Это не сахар, не картошка, не сигареты, которые можно стрелкнуть у соседа. Это ДЕНЬГИ!

И так слышна в этих ответах, в самой интонации вся важность, которую мы придаем деньгам.

Деньги в наших представлениях – это что-то очень важное.

Это что-то очень ценное.

Это средство для существования.

Это возможности и свободы.

Это то, от чего, в нашем представлении, зависит жизнь.

– Что же за персонаж такой – деньги, если они имеют такое огромное значение для нас? – спрашиваю я. – Почему их приход улучшает наше настроение, дает уверенность в себе и своих силах, дает нам ощущение легкости, комфорта, а их уход – уносит все это с собой, ввергая нас в отчаяние, тоску, тяжесть и дискомфорт? – спрашиваю я участников тренинга. – Не кажется ли вам, что это какой-то удивительный персонаж – деньги, – когда они вот так вот взяли, пришли – и наполнили нашу жизнь радостью, силами, уверенностью, а потом ушли – и унесли с собой радость, наполненность, уверенность, оставив нам плохое настроение, усталость и тоску?

– Деньги – это же энергия, – говорит кто-то, – вот и получается, что они приходят и наполняют нас своей энергией, а уходят – опустошают нас.

– Да, деньги – это энергия, – соглашаюсь я. – Это энергия. Иногда – созидаящая, когда она к нам приходит. Иногда – разрушительная, когда покидает нас, оставляя нас пустыми. Но только – где тогда *моя собственная* энергия, где *моя собственная* вера в себя, *мое собственное* настроение?

Деньги делают нас наполненными, нужно это признать. Именно поэтому они так важны для нас.

Но только где же мы сами? Где наша собственная важность? Где наша значимость? Где наше руководство и власть над деньгами?

Нас нет. Нет в наших головах, к большому сожалению, таких же ясных и четких убеждений о собственной важности, значимости, главности.

И это еще один из перекосов, неравенств, существующих в наших отношениях с деньгами.

Представление о важности денег в сочетании с представлением о неважности себя.

От меня не зависит...

Практически на каждом тренинге, независимо от его темы, мы приходим к осознанию того, как мало в нас представление о нашей высокой важности, значимости, о нашей ценности, главности нас в нашей жизни, о нашей величине и ответственности за нашу жизнь.

Зато «маленькость», скромность, неценность – самые распространенные категории личностных качеств, воспитанные у нас социумом. Как редко люди говорят:

- Я главный.
- Я важный.
- Я все решаю.
- Я определяю все в своей жизни.
- От меня зависит все в моей жизни.
- Но так часто звучит в нас обратное:
- От меня не зависит.
- Я ничего не решаю.
- Я ни при чем.

Обсуждая эту нашу «неважность» в нашей жизни, я спрашиваю участников:

– Почему нам так нужна энергия денег для нашей наполненности? Почему нам так нужны деньги, чтобы чувствовать себя уверенными, значимыми, ценными? Зачем нужна нам эта чужая энергия?

И ответ напрашивается сам собой:

– Потому что нам недостает своей собственной энергии. Своей уверенности. Своего чувства собственной значимости, своего чувства собственной ценности и главности в жизни.

И так видна эта недостаточность в нас собственной силы, уверенности, смелости, ответственности, так ярко проявляется это мощное скрытое убеждение «от меня не зависит», когда мы на тренинге говорим о том, чего мы боимся в сфере отношений с деньгами.

– Боюсь, что деньги могут пропасть.

– Боюсь, что деньги могут украсть.

– Боюсь потерять деньги.

– Боюсь остаться без денег.

– Боюсь, что деньги кончатся и не появятся.

– Боюсь, что дам в долг, а деньги не вернут.

– Боюсь потерять работу. Боюсь, что уволят, сократят.

– Боюсь, что не найду клиентов.

– Боюсь – заболею и останусь без средств к существованию.

– Страх – место, где нет тебя, – часто говорю я участникам тренинга. – В каждом таком страхе нет признания собственной ответственности, есть признание своего бессилия. Есть приписывание могущества кому угодно – деньгам, людям, обстоятельствам, случайностям, но не самому себе.

Страх – это всегда разговор о ком-то или о чем-то, кто сильнее тебя, важнее тебя. Но именно потому мы и боимся чего-то, что забываем о своей собственной роли, ответственности, силе, способности решать, действовать. И огромное количество страхов, связанных с деньгами, просто и ясно показывает нам – до какой степени мы не берем на себя эту ответственность. Насколько мы забываем, кто главный в нашей жизни.

Часто, обсуждая наши страхи и услышав, например: «Я боюсь остаться без денег», – я говорю:

– Но почему ты так боишься остаться без денег? Это же от тебя зависит – будешь ты иметь деньги или нет!?

– Ну да, – неуверенно отвечает человек. – Вроде от меня...

– Но тогда – чего ты боишься, если все зависит от тебя?!

– Ну, мало ли чего... – неуверенно отвечает человек. – Вдруг заболею и не смогу зарабатывать...

– Но твои близкие, твои дети – разве они тебя не поддержат?

– Ну кто их знает, может, поддержат, а может – и не поддержат.

– Но это же от тебя зависит – создать такие отношения с близкими, чтобы они хотели тебя поддерживать.

– Ну, вроде от меня...

Но столько сомнения слышится в этих словах, как и в словах других участников обсуждения, которые говорят о сво-

их страхах – потерять работу, не найти работу как источник денег.

– Нет, конечно, это от меня зависит – выберут ли меня для сокращения или оставят, когда надо будет кого-то сократить на работе.

– Да, конечно, это от меня зависит – поиск работы и то, как я там себя зарекомендую...

Но нет уверенности в этих словах. Нет уверенности в собственной ответственности за все, что с нами происходит. Нет в наших мыслях роли творца. Нет в наших представлениях о себе образа человека, который привлекает, создает деньги. Который ведет себя как *главный* в отношениях с ними.

Но если не ты главный, то кто же?

Деньги берут на себя эту главенствующую роль.

И получается, что не я хозяин положения в отношениях с деньгами.

Не я главный в наших отношениях.

Деньги – главнее меня.

Деньги – значимее меня.

Деньги важнее, чем я.

Деньги для меня значимей, чем я сам для себя.

Но если мы уступаем деньгам власть и главенствующую роль, если мы не управляем деньгами или управляем так безответственно, то как мы сможем создать в своей жизни стабильность, обеспеченность, денежное изобилие?

Как можем мы создать жизнь, которую хотим *мы*, а не та-

кую, как решат за нас деньги?!

Персонаж со знаком минус

Деньги портят людей. Деньги развращают. Кто этого не знает?

Люди начинают заноситься, когда у них много денег.

Люди становятся высокомерными, чванливыми.

Люди становятся жадными, холодными, бездушными, черствыми.

Люди становятся злыми, завистливыми, жестокими, когда у них нет денег.

Деньги – это то, что может разрушить тебя самого, твои отношения с людьми.

Как говорят: хочешь потерять друга – дай взаймы.

Люди идут на преступление ради денег.

Люди идут вразрез со своей совестью, поступают своими принципами из-за денег.

Люди продают себя за деньги.

Люди предают себя и других из-за денег.

Люди кончают жизнь самоубийством из-за денег, не в силах перенести их отсутствия, долги, разорение...

Такие вот есть представления о деньгах. Представления ошибочные, очень спорные. Но – распространенные. Представления, которые говорят о деньгах как о *плохом* персонаже, плохом и опасном. Особенно если деньги – большие.

Именно большие деньги вызывают больше всего нарека-

ний. И портят они, и разрушают, и убивают из-за них, и предадут. А если я хочу иметь много денег, то тогда я должен за это заплатить чем-то плохим. Ценой предательства, лишения, измены своим принципам.

Мало того – деньги еще так трудно зарабатываются. Надо горбатиться, надо кровью и потом зарабатывать. Надо жертвовать чем-то ради зарабатывания денег: временем или здоровьем, личной жизнью или отдыхом.

И опять, посмотри, какое парадоксальное отношение у нас к деньгам.

Мы относимся к ним, как к злу, как к сущности, за которую нас могут убить, обидеть, которая нас может испортить, – и мы любим деньги.

Но можно ли любить деньги, если ты считаешь их грязными, опасными, плохими? И можно ли вообще хотеть денег, когда знаешь, что они опасные, грязные, что за них могут убить и что они могут испортить тебя или твои отношения с людьми? И захочешь ли ты получить большие деньги, когда понимаешь, какой это риск – связаться с таким «плохим», разрушительным персонажем!

В наших представлениях деньги – это что-то суровое, тяжелое. Очень неприятный какой-то персонаж – эти деньги! И как только с такой отрицательной сущностью можно строить хорошие отношения?!

И тем более – как можно такой вредной, неприятной сущности давать над собой власть?!

Мало того, этот «плохой», но такой необходимый персонаж имеет еще вредную привычку – кончаться!

Деньги – это что-то ненадежное. Нестабильное.

И вот это представление о возможной «кончине» денег и придает им еще бóльшую важность.

Персонаж, который может «кончиться»

Это действительно звучит серьезно для большинства людей – «деньги кончаются».

Такое «окончание» денег – это очень серьезно, учитывая то, какое влияние они на нас оказывают. Ведь когда деньги кончаются и проявляются все негативные последствия их «окончания» – настроение испорчено, уверенность пропала, отношения напряглись.

Всего на всех не хватит, потому что всех много, а всего мало.

Реплика из КВН

Я умышленно написала в кавычках слово «кончаются». Потому что само это представление о конечности денег достаточно иллюзорное, спорное.

Деньги не могут закончиться: их слишком много в мире, чтобы они закончились. Они заканчиваются в наших кошельках или карманах. И, казалось бы, почему бы нам в случае такого временного их «окончания» не сказать просто:

– Пойду завтра заработаю побольше, я знаю место, где можно заработать, еще я знаю, где можно взять, и я знаю, кто мне может дать...

Потому что нет у нас такого *легкого* представления о наличии денег, об изобилии денег и возможностей их получить. Нет представления о легкости их получения. Но есть представление об ограниченности количества денег. О конечности. Есть представление, что денег не хватает. Их не хватает на всех, их не хватает на тебя. Есть представление в наших головах – что деньги конечны. Что они вообще могут кончиться и не появиться.

И это представление о конечности, ограниченности количества денег, об ограничениях в их достижении отражает типичные представления людей вообще – о мире, в котором все конечно, все ограничено, всего мало.

Денег мало, на всех не хватит.

Нормальных мужчин мало, на всех не хватит.

Работы мало, на всех не хватит.

Счастья мало, не всем достанется.

Это картина о плохом, недостаточном мире, в котором всего мало, всего не хватает и все кончается.

Это картина о несправедливом мире, в котором не бывает все хорошо, обязательно что-то должно быть плохо. И если что-то появляется, то обязательно что-то исчезнет.

И все в этом мире трудно и тяжело и просто так не дается. Все надо заработать тяжелым трудом – и деньги, и любовь, и счастье. Всего надо добиваться. Все надо выстрадать.

И все эти представления – напряженные, серьезные, тяжелые.

Эти представления об ограниченном, недостаточном, несправедливом мире тоже придают такую важность деньгам.

Поэтому так важно их получить. И так важно их удержать.

С такими представлениями мы сами всегда будем беспокоиться о деньгах, будем придавать им особую важность, позволяя тем самым влиять на нас, наше состояние – и на всю нашу жизнь. Влиять – разрушая и ухудшая жизнь во всех ее сферах.

Пока в нас существует такое отношение к деньгам как к чему-то глобально важному – мы так и будем жертвами денег. А они будут нами распоряжаться.

Пока в нас существует такое отношение к деньгам как к чему-то высокому, необходимому, крайне важному, как к богу под названием «Деньги» – мы и будем жить в постоянной зависимости от них, под их влиянием, в их власти.

Мы будем их рабами, а не хозяевами.

И согласись – мы не можем им этого позволить.

И мы не можем этого позволить *себе!*

Итог

Все смешалось в наших головах.

Все перепутано местами.

В наших представлениях присутствует безмерная значимость денег.

И маленькость, незначимость человека.

В наших представлениях деньги имеют власть над нами и влияние на нас.

А не мы главенствуем над ними.

В наших представлениях деньги определяют в нашей жизни наше настроение и чувство значимости, нашу самооценку и нашу стабильность.

А от нас это не зависит.

Все перепутано...

Деньги в нашей жизни ведут себя как собака, которая не признает хозяина.

Которая не подчиняется ему, считая себя главной.

Которая ведет себя как хочет: жует его туфли, валяется на его диване, писает на его ковер.

И это не собака такая плохая. Это хозяин дал ей такую власть. Не показал ей, кто главный. Не указал ей ее места.

А все в этой жизни ведут себя с нами так, как мы им позволяем.

Думаю, мы достаточно много уже позволили в нашей жизни кому-то что-то за нас решать.

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.