

Нелли Власова

Не подрезай ребенку крылья!

Как воспитать элиту?



Нелли Макаровна Власова

Не подрезай ребенку крылья.

Как воспитать элиту?

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=48417677

ISBN 9785449007865

Аннотация

Элита – это не богачи или люди с хорошими манерами. Это лучшие представители общества. Элита – своего рода гумус, плодородный слой в социуме. Лучшие ее представители отличаются от обычных людей особой ментальностью. Данная книга предлагает методы и способы воспитания качеств яркой личности: целеустремленности, дружелюбия, смелости, мужества, ответственности, независимости и уверенности.

Содержание

Введение. Синица в руке или журавль в небе?	7
Раздел 1. Родительский ликбез	19
Законы трансформации личности и суть нанотехнологий в воспитании элиты	19
Нужна ли обществу элита?	41
Что можно противопоставить элите?	42
Что такое элита в современном обществе?	44
Пять сфер или основных потребностей людей, или Чему нужно научить детей?	51
Нанотехнологии в личностной трансформации человека	52
Раздел 2. Практика воспитания элиты	58
Глава 1. Научите ребенка мечтать	58
Как разбудить в ребенке интерес к собственной жизни?	58
Конец ознакомительного фрагмента.	65

Не подрезай ребенку крылья Как воспитать элиту?

Нелли Макаровна Власова

© Нелли Макаровна Власова, 2019

ISBN 978-5-4490-0786-5

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Для кого эта книга?

Она для родителей и воспитателей всех уровней. Воспитать хорошего человека мечтает большинство родителей. Но хороший человек – это тот, кто не делает плохо. Хорошие люди сохраняют мир. Но развивают мир не они, а личности. Под родителями я понимаю не только самих родителей, но и тех взрослых, направление деятельности которых – заниматься именно развитием детей. А это учителя продленного дня, частных школ, гувернеры, няни, руководители кружков, клубов по развитию и т. п. И такая профессиональная группа у нас в стране довольно многочисленная: наверное, сотни тысяч, а может, и миллионы людей. Моя книга и карты для домашнего тренинга не только

их помощники, но и, наверное, чуть ли не единственное средство и инструмент развития яркой личности.

Воспитать не просто хорошего, но и неординарного человека, – это новая цель даже для педагогики. Люди с ярко выраженной индивидуальностью – элита общества.

Аннотация

*• Элита – это не богачи или люди с хорошими манерами. Это лучшие представители общества. Элита – своего рода гумус, плодородный слой в социуме. И как без плодородного слоя почва истощается и не плодоносит, так без элиты общество деградирует. Лучшие ее представители отличаются от обычных людей, пусть даже и хороших, **особой ментальностью**. Люди элиты осознают свою миссию и свою ответственность за ее реализацию. Они независимы, верят в свой потенциал, смело и мужественно преодолевают преграды, толерантны к людям, ориентированы на сотрудничество, а не на вражду и агрессивность.*

• Педагогика направлена на воспитание хороших людей: это те, кто не делает плохо. Хорошие люди придают обществу стабильность и устойчивость. Но двигают мир не они, а личности, т.е. элита.

• В книге представлены инструменты, методы и способы воспитания особых качеств яркой личности. Все произведение – об этом. Но есть особенности и отличия его от тысяч других подобных сочинений о воспитании. И отличия очень

существенные.

- *Все книги о воспитании написаны на языке науки. Язык науки и язык личностной трансформации человека существенно различаются. Наука объясняет, аргументирует, доказывает, описывает словами-понятиями, то есть абстракцией. Практическая трансформация личности живет в конкретных условиях и нуждается в конкретных действиях и операциях. В этой книге научные понятия и законы поведения переведены в технологические процедуры и способы решения жизненных задач и ситуаций.*

- *Эта книга рассчитана на детское восприятие. А ментальность современных детей сформировалась под влиянием телевидения как клиповая. Ребята не любят читать длинные тексты, на которых базируется вся научная литература. Хотя книга написана в расчете на трансформацию детей, написана она все-таки для родителей. Это как бы образец того, как взрослый должен говорить с ребенком на тему его личностного и духовного роста: на доступном для ребенка языке.*

Введение. Синица в руке или журавль в небе? *С чего все начиналось?*

Дорога длиной в тысячу ли начинается с первого шага.

Китайская пословица

Эта книга – результат моей 40-летней деятельности в качестве управленческого консультанта десятков фирм, компаний, организаций. Всю жизнь я учила управленцев всех уровней искусству управления людьми и организациями. Но уже с 1990-х года я отошла от классического менеджмента и заразилась изучением «бациллы» лидерства. Лидер отличается от менеджера и командира ментальностью. Но эта ментальность претерпевает внутреннюю трансформацию только с помощью особого языка и методов воздействия. И вот тут открылись законы квантовой физики и квантового устройства мира. Они тоже стали моим хобби. Я начала разрабатывать для взрослых руководителей деловые игры и тренинги не только по освоению новых лидерских навыков и умений, но и по трансформации их ментальности, очищению от стереотипов и привычных шаблонов.

По прошествии этих нескольких десятилетий я пришла

к убеждению, что воспитанием лидерства в человеке надо начинать заниматься в детстве, пока привычные стереотипы и шаблоны поведения не развратили детские души. Я стала применять свои находки уже на своих внуках. И определила даже лучший возраст для начала пути в глубокую философию лидерства. До семи лет у ребенка еще не сформировано сознание, необходимое для осознания ценностей. Но после этого возраста вполне можно заниматься погружением ребенка в глубины высших человеческих ценностей.

Кроме знания законов лидерства, изучения квантовой физики и квантовой парадигмы устройства мира третьим рычагом мне служил мой жизненный опыт. И вот на этих трех китах я создала свой авторский подход к решению такой важной, я бы даже сказала, великой задачи «Не убий в ребенке гения!». Как мне это удалось, судить читателю.

Что касается моего личного опыта, то все началось когда-то в далекой молодости. Мне предстоял выбор между двумя претендентами на мои руку и сердце. И я его сделала. Но эта ситуация обозначила ту проблему, решению которой я посвятила всю свою жизнь. Она превратилась в миссию. И началом исполнения этой задачи стала упомянутая ситуация сложного для меня выбора. Ни один из претендентов не вызывал у меня неприятия или отторжения. Бывает и так. Но во втором случае была некоторая неопределенность. Это был маленький минус, который не играл большой роли. Зато у второго претендента был и большой плюс. Когда я видела

его и даже когда вспоминала, у меня в душе играла скрипка. Это непередаваемое ощущение полета и какой-то нежности.

В чем была сложность? В силу молодости, в силу сомнений из-за этой неопределенности, в силу еще каких-то случайных причин я выбрала первого. И он оказался хорошим. Жалеть не пришлось. Но исчезла скрипка. Она не замолчала и сопровождает меня всю жизнь, когда я вспоминаю. Но с годами я задала себе вопрос: «Почему я заглушила в момент сложного выбора ее глубинное слабое звучание?» Нет оснований жалеть о своем выборе и никогда не было. Тогда в чем проблема?

А проблему я сформулировала так. Есть русская поговорка «Лучше синица в руке, чем журавль в небе». Я предпочла хорошую, успешную синицу. Но ведь журавль в небе означает мою способность дерзнуть, рискнуть, подняться до каких-то других высот, испытать жизнь, в которой звучит скрипка. Дело не в последствиях выбора как такового, а в моей смелости, отваге, может быть, даже готовности рисковать, но ставить себе не приземленные цели, а стремиться к тем высотам, куда манило звучание скрипки. Почему мы боимся лететь к звездам?

Что такое «журавль в небе»? Это наше тело или душа? Конечно, это энергия души. А «синица в руках»? Похоже, ближе к телу. Отказываясь от журавля в небе, мы невольно прячем свою душу не только от других, но и от себя. Итак, нужно ли прятать душу?

Как-то в Интернете я прочла чьи-то рассуждения на эту тему. Автор писал о том, что часто, что-то пряча, мы просто со временем начинаем забывать, что это у нас есть. Закапывая клады, составляют карту, чтобы потом можно было их отыскать. А без карты? Считайте, что сокровище утеряно навсегда. И быть может, какому-то счастливчику повезет случайно наткнуться на него. А ведь с душой все обстоит точно так же! Тщательно скрывая себя, свой внутренний мир, свою душу, мы постепенно начинаем забывать, кто мы есть.

Гордился бы тот ребенок, которым каждый из нас был в детстве, собой взрослым? О чем мы мечтали в детстве? Какие радужные планы составляли, представляя в фантазиях себя героями, великими путешественниками, художниками, врачами. Наше наивное желание было настолько живо, настолько образно и душевно, что усомниться в его искренности вряд ли кто посмел бы. Мы хотели БЫТЬ! И быть не от ума, а от души. Но с годами мы ее предали, соблазнившись на более мелкое и надежное (на синицу в руке).

Да, вырастая, мало кто из нас становится тем, кем мечтал стать. Правила жизни, диктуемые окружением, помогают убрать душу на вторые роли, выдвигая вперед рационализм и логику. И вот вместо поэм и звуков божественной скрипки мы разрабатываем бизнес-планы, занимаемся шопингом

или вместо картин красим стены в цвета, выбранные дизайнерами по найму.

Но кто же мы есть на самом деле? Те, кем мы должны были быть или те, кто похоронен под грудой замков и запретов? Журавль в небе или синица в руке?

Вывод в том, что никто не узнает тебя, пока ты добровольно не откроешься, не покажешь себя, а до тех пор тебя так и будут считать серой мышью, посредственностью, одним из многих. И ты сам будешь в это верить, забывая, кто же ты на самом деле. И если мы допустили такое и заперли свою душу в чулан, то как не повторить этих ошибок с собственными детьми и внуками?

И я взяла на себя роль учителя тех родителей, которые прониклись моей идеей – обратить взгляды детей (начиная с малого возраста) вверх, к звездным целям к журавлю в небе.

Попытки спрятать душу, закрыть внутренний мир ото всех приводят к тому, что мы начинаем жить не своей жизнью и просто забываем себя. И чтобы вспомнить, нужно обратиться в глубину своей сути, со всей смелостью и готовностью увидеть сокровище. А смелость вам действительно понадобится, потому что за годы ограничений признать свои истинные желания, а тем более ступить на путь их реализации, не каждому под силу. Обычно это совсем иная дорога, но это дорога к себе. Я же взялась помочь родителям в этом.

И я поняла, что синицу в руке мы предпочитаем журав-

лю в небе просто в силу страха быть по-настоящему счастливыми. Мы боимся счастья, успеха, собственного величия, хотя мечтаем о них. Мечтаем, но не позволяем себе достичь их, так как боимся. В тот момент, когда нам предоставляется выбор, мы останавливаемся и ломаем себя. Дескать, тут надежней, а там много неопределенностей. И мы наступаем на гриф своей скрипки. И это большая и актуальная проблема большинства людей. Мы себя сдерживаем. Дескать, будь осторожней, а вдруг обожжешь крылья и рухнешь наземь.

И этот же скрытый страх обжечься о свою великую мечту быть по-настоящему счастливым и успешным, сдерживает нас при решении других задач, которые встают на нашем пути.

Если я думаю о деловом успехе, то снижаю уровень притязаний. Лучше синица в руке, чем журавль в небе. Но те, кто предпочитает журавля, создают крупные компании и изменяют мир, как Стив Джобс.

Если я думаю о людях вообще и об отдельных в частности, то сдерживаю себя: если распахнуть перед ними объятия, то можно получить по носу. Поэтому пусть будет синица в руке (ровные отношения только с теми, кто мне приятен), чем вселенская доброжелательность, как у матери Терезы. Если я хочу внутренней свободы и независимости, то синица в руке – это страх быть белой вороной.

И так далее. Во всех видах жизнедеятельности синица в руке привычней и надежней. Но тогда исчезает из жизни

то, что ставит человека на пьедестал успеха и счастья, исчезает звучание скрипки. Ты вроде бы живешь, как все, но ты не живешь как хозяин своей жизни, капитан на своем жизненном корабле – с чувством своего величия, внутренней свободы и ощущением героя, способного поймать журавля в небе.

Мало вдохновиться журавлем в небе, нужно еще найти в себе силы сбросить груз камней, жерновов, бурдюков с тухлой водой – то есть избавиться от наших стереотипов, привычек, инстинктов, убеждений, условных и безусловных рефлексов, которые мы получили по наследству или приобрели в детстве и юности.

И я решила, что сама этому научусь и, главное, научу своих детей и особенно внуков. Я пойму, что меня удерживает от стремления к своему величию, к дерзости жить своей жизнью, а не по указке других людей, их мнений, обстоятельств, традиций и тех преград и помех, которыми всегда заполнена жизнь. Я стала для себя разрабатывать тренинги по преодолению этого страха, страха бояться счастья и высоты духа. Могу сказать, что я многого добилась именно в том, что я называю «жизнь в полете». И я созрела для того, чтобы поделиться своими находками, приемами, способами с теми, кто все еще предпочитает синицу в руке, а не журавля в небе. Если вы хотите поднять себя до уровня всей мечты или научить этому своего ребенка, моя книга для вас. Если синица вас устраивает, подарите ее другому.

Рожденный ползать летать не может. А как тогда бабочка, которая вылупилась из гусеницы? Чувствуешь себя червяком – не жалуйся, что на тебя наступают. Эта книга о своей силе духа. Как ее накачивать, чтобы не было обидно за свой нереализованный потенциал? Эта книга откроет вам все мои секреты и приемы, позволяющие освободиться от стремления держать синицу в руке, чтобы хватило энергии и настроя пытаться поймать журавля в небе, где звучит скрипка.

Давайте начнем, не отвлекаясь на теории, доводы и аргументы наподобие «зачем?», «почему?», «для чего?».

Все мы хотим счастья и успехов. Это аксиома. Может, не верим в эту возможность, но все равно хотим. Может, отрицаем, но все равно где-то в глубине желаем этого.

Пройдемся по порядку, т.е. по тем целям, которых хотим достичь.

Я много лет искала качества успешной личности и нашла их в виде пяти ключевых факторов:

– Наличие в человеке мощной энергии и страсти жить и работать. Где спрятана эта энергия и как ее оттуда вызволить?

– Талант быть другом. Мы живем не на необитаемом острове. Мы живем среди людей. Без их участия и поддержки успеха и счастья не бывает по определению. Богатым стать можно, будучи изгоем и мизантропом. Но деньги – это

не успех и счастье, а только один из ресурсов для их достижения, к тому же не всегда обязательный.

– **Готовность к риску и отваге.** Способен ли трус или человек, боящийся трудностей, пасующий перед помехами и преградами, стать успешным? Среди успешных людей таких не встретишь.

– **Личная ответственность за все, что происходит в его жизни («я сам!»).** Это воля, решительность и инициатива решать любые свои проблемы, не перекладывая их на кого-то и не жалуясь на обстоятельства и других людей в случае провалов или неудач.

– **Установка на самореализацию, вера в себя, стремление к постоянному развитию,** внутренняя свобода, которая позволяет жить своей жизнью, по своему призванию и без чужих указаний.

Вывод: хотим счастья и успеха (особенно для своих детей), нужно воспитать в них эти пять качеств и свойств.

Передо мной задача воспитания яркой личности ставила один очень важный вопрос. Трансформировать себя, т.е. свои личностные качества, должны дети. Но дети не будут сами читать эту книгу. Поэтому я передаю как бы сценарии своих бесед и разговоров с внуками. Одной внучке 10 лет, а другой – 16. У детей разного возраста свои интересы и свои возможности понимать философские представления о жизни. Их надо учить на тех ситуациях, в которых им прихо-

дится делать свой выбор. Естественно, что задачи, проблемы и ситуации человека в 16 лет отличаются от задач и интересов человека в 10 лет.

Родители могут воспитывать своих детей, копируя мои находки и ключи, которые я находила, чтобы воздействовать на своих внуков. Но все методы воздействия для воспитания яркой личности (хоть для себя, хоть для подростка, хоть для младшего ребенка) базируются на одних и тех же законах.

Когда мои тексты будут обращены непосредственно только к родителям, я буду их помечать как «Родительский ликбез» или «Памятки для родителей». А все остальное будет отражением моих сценариев разговора с маленькими детьми (начиная с 7 лет и старше) на глубокие философские темы о смысле жизни и в виде психотренингов, цель которых – трансформировать обычного ребенка в яркую личность.

Я управленческий консультант с 40-летним стажем. Обучая 40 лет руководителей от среднего до высшего уровня законам лидерства и изучив эти законы, я поняла, что они вполне применимы и для молодого поколения. И не только с юношеского возраста, но и значительно раньше. Когда-то детям царской династии и высшему дворянству внушали чувство чести и ответственности, чувство достоинства и ценности служения стране, за которую они будут отвечать. Они должны были ощущать себя элитой. Элита – это не богатство и хорошие манеры. Элита напоминает гумус в почве. Гумус это плодородный слой. Без него почва вырождается.

Элита – это гумус в социальной почве. Без нее общество деградирует. Жизнь в полете – это выход из обыденной жизни. Мореплаватели избегают рифов. А сильные натуры избегают всего обыденного или традиционного. Чтобы совершать большие дела, достойные вашей мечты, не нужно быть величайшим гением, не нужно быть выше людей: нужно быть вместе с ними, но чуть впереди.

Счастье и успех – это не только наши желания, но и наш долг и обязанность перед собой, своими детьми, работой, страной, родителями и Вселенной.

Жизнь в полете – это выход из обычных представлений в новый портал видения того мира, в котором мы живем. Жизнь без драйва – сплошная скука, там нет подвигов.

Загляните в Интернет в раздел «Демотиваторы». Художники и дизайнеры придают философским мыслям и человеческим ценностям образы. Через эти образы и афоризмы мы постигаем то, что обычно невидимо, но очень значимо для людей.

Но у всех этих демотиваторов есть незаконченность. Они ставят проблему. Они говорят даже, что делать, в каком направлении думать или идти. Но они больше похоже на призывы. И не отвечают на другой важнейший вопрос **«а как это сделать?»**. Я взяла на себя отчаянную попытку дать от-

веты на вопрос «как?».

Предлагаемая книга для родителей содержит многообразие тех ситуаций, задач и проблем, которые составляют содержание вашей жизни и жизни вашего ребенка. Правда, не все, а те, в которых мы огорчаемся, переживаем, злимся, впадаем в отчаяние и пр. Это те моменты, где никак нельзя сказать, что наша жизнь – в полете. Скорее, она потерпела какую-то аварию.

Руководители разных уровней, которые обучались у меня искусству лидерства (в отличие от привычного искусства командирства или менеджмента), нередко сокрушались о том, почему этому их не обучали в детстве. Сколько бы ошибок они не совершили! И этих руководителей через меня прошло (если учитывать семинары, лекции, книги) несколько тысяч. Оттуда и возникла идея взять на себя роль обучать лидерству, элитарности с детства. Особенно это желание усилилось, когда у меня подросли внуки.

Сложность была только в одном – языке изложения. Но я сама стала придумывать эти языки для изложения сложных вещей в виде языка образов и метафор, которые хорошо понимают даже маленькие дети.

Книга состоит из двух разделов:

– Родительский ликбез.

– Воспитание яркой личности (психотренинги, сценарии бесед с детьми, карты для домашнего тренажера) по всем ее качествам.

Раздел 1. Родительский ликбез

Законы трансформации личности и суть нанотехнологий в воспитании элиты

Человек живет как бы в двух мирах. Есть мир, который осознается мозгом. И его доля не более 1%. Но есть и невидимый мир, в котором человек проживает всю жизнь, не понимая его истинной природы, колеблясь в своем выборе той или иной цели или информации. И это составляет более 99% жизни человека, если сравнивать с тем незначительным процентом осязаемого материального мира (крохотной части трехмерного измерения, если учитывать планетарные и космические масштабы), в котором, как кажется человеку, он живет.

Подсознание до сих пор остается непознанной тайной для человечества. Эта область только изучается и скрывает в себе немало сюрпризов. Однако, как показывает практика, все зависит, от какого Наблюдателя, то есть с какой мотивацией в сознании и для чего, изучать все эти процессы: от Наблюдателя своего духовного начала или от Наблюдателя своего животного начала. Ведь первое приведет к открытиям в об-

ласти познания себя и даст возможность улучшения жизни всего общества, а второе – к развитию манипулятивных технологий влияния из невидимого мира, раздроблению и самоуничтожению общества. Разница в этом – колоссальная, и результат исследований неизменно скажется на последующих поколениях.

Если человек осознает, зачем и ради чего он живет, его вера в себя вспыхнет так же, как взрыв газа, если поднести к нему горящую спичку. Миссия, если человек ее осознал, включает мощную энергию достижения просто по закону жизни. Осознание этой миссии есть «горящая спичка», превращающая скрытую энергию миссии в мощный поток энергии. Об этом говорит нам квантовая психология. Это закон жизни.

Как этот закон использовать с пользой для себя? Как научиться включать энергию, которая якобы спрятана внутри себя? И как научить этому не только себя, но и своих детей?

Если я хочу свою внучку уже с младшего возраста превратить в человека, который не просто хочет жить, а жить со страстью стать личностью, я должна дать ей возможность осознать свои цели, миссию и призвание. Но как ребенку 7 лет раскрыть личную значимость и выгоды от этих великих смыслов? Ее ум пока не дорос до величия своего предназначения в жизни. И тут встает передо мной проблема.

Ее сознательный ум еще не дорос, но подсознательный (эмоциональный) ум всегда готов воспринимать любую ин-

формацию на том языке, который понимает ребенок даже еще более младшего возраста. Биты (единицы понятийной информации) ум ребенка не понимает, но мемы (единицы ценностной информации) он понимает прекрасно. Мемы – это язык образов, метафор, притч, сказок, мифов и т. п. Это тот язык, который вызывает реальные ощущения и переживания. Это язык эмоционального мозга, т.е. нашего подсознания.

И я стала придумывать, как на языке мемов передать понятия миссии человека, его целей и его призвания.

Типы жизненных ситуаций

Психологи выделяют набор ситуаций, в которых мы теряем энергию:

- Ситуации, в которых мы испытываем страхи и стрессы.
- Ситуации, сопровождающиеся обидами и уязвимостями.
- Ситуации, где мы чувствуем принуждение и протест против него.
- Ситуации, вызывающие скуку, апатию, депрессию.
- Ситуации, в которых мы чувствуем и проявляем враждебность и агрессию.
- И т. п.

Мы набираем силу, когда

- получаем новые знания;
- путешествуем;
- преодолеваем свои страхи;
- любим, дружим;
- пробуем что-то новое;
- занимаемся творчеством;
- начинаем делать то, что нравится, и т. п.

Ситуации, где происходит потеря энергии, можно назвать **программой смерти**. Это ситуации саморазрушения. Ситуации, где мы приобретаем, наращиваем энергию, можно назвать **программой жизни**. Я рассматриваю воспитание как искусство вооружать ребенка ключами для трансформации программы смерти в программу жизни.

Переход из состояния, когда мы теряем силу, в состояние, когда мы ее приобретаем, состоит в изменении нашего внутреннего отношения к этим событиям или ситуациям. Изменить отношение – значит заменить **СМЫСЛЫ** этих ситуаций. **Я назвала такой метод «Взгляд из Зазеркалья»**. В ситуации, которая нам кажется угрожающей, печальной, раздражающей, мы видим смысл угрозы, страха, раздражения. Взгляд из Зазеркалья не означает, что мы искусственно придумываем для этой ситуации другой привлекательный смысл. Он там всегда есть. Мир дуален. Где свет, там и тень, где горы, там и долины, где плюсы, там и минусы. **Взгляд из Зазеркалья – это новая привычка, которую надо**

развить, чтобы в минусах увидеть (как бы с другой стороны зеркала) плюсы, которые там были, но мы их не видели. А при смене СМЫСЛОВ меняется отношение к самой ситуации. А. Эйнштейн сказал: «Никакая проблема не может быть решена на том уровне ее восприятия, на котором она возникла! Значит, для ее решения нужно выйти в другой портал восприятия». Это и есть Зазеркалье на моем языке.

Вывод прост, как грабли: хочешь избавиться от проблемы, уныния, скуки, апатии, страха, стресса, комплексов и прочих заморочек, переходи в другой портал видения мира. Посмотри на проблему с другой стороны, с другой позиции, с другой точки зрения.

«Трансформация – это радикальное изменение формы. Так гусеница трансформируется в бабочку. А когда мы говорим о человеческой природе, под трансформацией мы понимаем превращение наших страхов, агрессии, тревог, ненависти и опустошенности в диаметрально противоположные чувства».

Дипак Чопра

Но зачем рассуждать? Лучше все прочувствовать на практике.

Книга представляет калейдоскоп жизненных ситуаций, в которых подавляющее большинство людей видят их минусовую сторону. И поэтому огорчаются, переживают, злятся и т.п., то есть как бы «отстреливают» свою жизнь. Я делюсь своим опытом, как я приобрела умение менять свое отноше-

ние ко всем гримасам жизни, чтобы научиться летать как бабочка, а не ползать по земле, как гусеница. Чувствуешь себя червяком – не жалуешься, что на тебя наступают.

Саморегуляция заключается в том, чтобы научиться смотреть на сложившуюся ситуацию не через привычные стереотипы (пессимистические), а заглядывать в Зазеркалье этой ситуации, чтобы увидеть там оптимистический смысл.

Мы не можем изменить жизнь и ее законы, но в наших силах изменить свое отношение ко всякого рода поломкам, авариям, провалам, ошибкам, неудачам и т. п.

Я много лет учила саму себя менять свое отношение к разного рода помехам, барьерам и неудачам. И преуспела в этом. Свою жизнь я превратила в состояние полета. Во всяком случае, я так ее ощущаю. В своей книге я просто делюсь секретами с теми, кому надоело чувствовать себя жертвой, находиться в апатии или депрессии, раздражаться на неприятных людей, бояться рисковать и совершать прорывы в деятельности и в личной жизни, быть уязвимыми, страдать от обид и комплексов.

Многие взрослые хотели бы поменять свою жизнь, но им лень. Это как изменить свое отношение к еде. Хочется похудеть, но когда методики похудения заставляют менять свой привычный сценарий жизни – ограничивать себя в еде, переходить на другой режим, – люди отказываются от всех советов и возвращаются к привычным стереотипам. Не хватает мотивации.

Я 40 лет занимаюсь обучением руководителей всех уровней. Цель обучения – трансформация стиля руководства с уровня командира и менеджера на уровень лидерства. И эта трансформация связана с переходом привычного для себя сознания на новый уровень. Этот переход связан с изменением парадигмы управления людьми.

Нашу планету Земля окружает гравитационное поле, описываемое законом всемирного тяготения. Но за этим полем вокруг Земли находится космос. И выйти из земного притяжения в невесомость космоса человечеству не удавалось до тех пор, пока не изобрели ракеты. Самолет не способен вырвать человека из силы земного притяжения.

Если перенесем эту аналогию на нашу психику, то закон земного притяжения можно сравнить с нашими стереотипами, инстинктами, условными и безусловными рефлексами, иллюзиями и заблуждениями в наших убеждениях, которые ребенок усваивает еще в детстве и в которых он живет до самой смерти.

Об этом рассказывает притча. Однажды по пустыне шел путник. Он очень устал и выбивался из сил. Навстречу ему шел крестьянин. Он спросил: «Зачем ты несешь на спине жернова и мешки с песком, когда вокруг столько песка?» Путник удивился и сбросил жернова и мешки. Он, оказывается, просто не замечал, что обременен такой ношей. И он с облегчением пошел дальше.

Вдруг ему встретился другой крестьянин, который обратил его внимание на то, что он несет на голове бурдюк с тухлой водой, а между тем вот там, невдалеке, течет чистая река. Путник опять удивился, что не замечал свою ношу, и сбросил с себя бурдюк. Еще один встречный обратил внимание путника на цепи, которые он почему-то волок за собой. Путник освободился и от цепей. И наконец он почувствовал огромное облегчение. И пошел дальше легко и свободно.

Мораль сей притчи в том, что каждый из нас несет в своем сознании множество стереотипов, привычек, которые не отличаются эффективностью. Множество шаблонов, которые, как жернова, мешки с песком, бурдюки с тухлой водой и цепи, держат нас на привязи и отягощают наш жизненный путь, исподволь, минуя сознание, диктуют нам поведение. Но мы приписываем его влиянию сознания. Что-то поменять в своей жизни или в технологии переговоров – это прежде всего поменять свои шаблоны и стереотипы.

Самое сложное для людей – выйти из привычных стереотипов. На этот счет есть поучительная байка.

Один английский офицер-артиллерист во время Второй мировой войны, обучая солдат заряжать пушку, задумался над одним пунктом инструкции. В нем говорилось о том, что после зарядки пушки нужно обязательно отойти назад

и в сторону. Офицер не видел в этом указании никакой пользы и стал спрашивать более опытных офицеров об этом пункте. Но все отвечали, что всегда этот пункт присутствовал в любых инструкциях.

Но однажды офицер столкнулся со старым артиллеристом, который помнил еще Бурскую войну. И тот сказал, что раньше пушки не были самоходными и их возили лошади. А поскольку лошадь пугалась выстрелов, то артиллерист должен был после зарядки пушки отступить назад и в сторону, чтобы удерживать лошадь. Таким образом, вот уже несколько десятилетий как отпала необходимость в данном пункте инструкции, так как пушки стали самоходными, но человеческие стереотипы так быстро не меняются. И этот пункт бездумно переносился из старых инструкций в новые.

Мораль байки проста. Многие старые неэффективные стереотипы, которые проявляются на бессознательном уровне в переговорах, придется пересмотреть, чтобы избавиться от вредных или бесполезных.

Самый устойчивый стереотип (по моим наблюдениям) – это неверие или сомнение в том, что нашим поведением управляет подсознание. Мы убеждены, что только сознание – главный командир нашей жизни. На самом деле роли подсознания и разума находятся в соотношении 99,99999 к 0,00001, как говорят последние данные нейро-

психологии.

Но если эти научные факты не убеждают вас в силе влияния на наше подсознание каких-то признаков внешней среды, то читать мою книгу вам бесполезно. Все мои способы и приемы, направленные на перезагрузку самого себя, чтобы превратиться из привычной гусеницы в яркую бабочку, основаны на воздействии великих истин или законов высшего разума сразу через подсознание.

Если нам говорят что-то новое привычными способами, через аргументы, доводы, готовые истины, понятия, то мозг сопротивляется. Привычные стереотипы мозга встают в бойцовскую стойку и готовы к контратаке. Мозг всегда найдет изъяны в прямых атаках на его привычные убеждения. Но если мы расскажем притчу на эту тему, ее смысл сразу попадает в подсознание, не вызывая сопротивления. Почему так происходит?

Дело в том, что подсознание не понимает языка понятий, оно живет в ощущениях и эмоциональных переживаниях. Притчи, мифы, легенды, поэзия, сказки, метафоры, аналогии и прочее – это язык ощущений. Подсознание, получив информацию на понятном ему языке, реагирует в том направлении, которое было заложено в этой притче.

Проверьте это прямо сейчас на себе. Сравните силу воздействия на вас двух методов убеждения:

– Мозг человека наполнен стереотипами, автоматизмами, привычками и шаблонами неэффективного поведения,

но он этого не осознает. (*Это воздействие через слова-понятия.*)

– Послушайте притчу. (*Это воздействие через слова-ощущения.*)

Притча

В давние времена в одной горной деревне жили два врачавателя.

Один из них слыл добрым и мечтал избавить людей от боли и страданий. Дни и ночи он старательно изучал болезни, полагая, что это знание поможет ему приблизиться к своей мечте.

Другой врачеватель слыл молчаливым, но мудрым. Большую часть дня он посвящал медитации. Когда его спрашивали, почему он, как другой врачеватель, не собирает травы, не готовит лекарства, то он неизменно отвечал:

– Я обучаюсь искусству быть здоровым.

И вот прошло время, и добрый врачеватель стал довольно искусен в своем умении лечить болезни. Слух о понимающем и искусном целителе распространился далеко за пределы горной деревни. Толпы страждущих ехали к нему, чтобы излечиться от своих недугов.

А мудрый врачеватель, как и прежде, большую часть своего дня посвящал медитации. Многие уже посмеивались над ним, говорили:

– Странный врач! Какой прок от твоей медитации? Лучше бы ты, как и все, лечил людей!

– Я обучаюсь искусству быть здоровым, – неизменно отвечал он.

И вот прошло еще какое-то время, и люди стали замечать, что, несмотря на все искусство доброго врачевателя, им приходится обращаться к нему вновь и вновь: вылечили одну болезнь – появилась другая, вылечили другую – появилась третья. И тогда – кто из любопытства, а кто в надежде обрести исцеление – потянулись люди к странному врачевателю.

– Зачем вы пришли? – спрашивал он. – Я не собираю травы, и у меня нет лекарств. Все, что я могу, – это обучить искусству быть здоровым.

И много страждущих садились подле него и говорили:

– Учи! Мы хотим быть здоровыми!

– Выполняйте условия, потребные для здоровья, и болезни покинут вас, – говорил целитель. – Обратите свой взгляд внутрь себя, и если узрите в душе своей ненависть, ревность, гнев, обиду или злобу, то знайте, что это они терзают ваше тело, а не боль в членах. Вытеснить дурной воздух из легких можно, лишь впустив чистый. И потому, если кто обнаружил в себе злобу – пусть концентрируется на добре; если кто обнаружил в себе ненависть – пусть концентрируется на любви, если кто обнаружил в себе обиду – пусть концентрируется на прощении.

Так учил мудрый врач.

И вот прошло еще какое-то время. Весть о мудреце разнеслась далеко за пределы горной деревни. Все больше и больше людей приходило к нему с просьбой:

– Учи! Мы хотим быть здоровыми!

И добрый врачеватель возненавидел соперника.

– Он обманывает вас! – кричал он у дома мудрого врачевателя. – Никто не способен вылечить без лекарств! Я тридцать лет потратил, чтобы изучить болезни! Я знаю!

Ученики мудреца пытались растолковать доброму врачевателю смысл концентрации, которую проповедовал их учитель, но все было впустую.

И вот однажды добрый врачеватель тяжело заболел. Он испробовал все травы и все лекарства, которые знал, но ничто не помогло ему. В отчаянии он решил прибегнуть к концентрации, о которой не раз говорили ему ученики мудрого врачевателя.

«Как же мне избавиться от злых чувств, что мучают меня и не дают мне покоя? – думал он. – Изничтожу их, изрублю на корню».

Долгую и мучительную борьбу вел добрый врачеватель со своими ненавистью, обидой и злобой, но болезнь все продолжала мучить его.

И вот в один день, собрав последние силы, медленно, опираясь на посох, побрел он к дому мудрого врачевателя.

– Я скоро умру, – сказал он. – Но я пришел, чтобы сказать тебе перед смертью, что ты лжец и обманщик. Я испробовал

все средства, которые знал, чтобы избавиться себя от болезни, в отчаянии я даже пробовал применить концентрацию, которую ты проповедуешь, но, ты видишь, я умираю.

Мудрый врачеватель помолчал и сказал тихо:

– Ты просто ошибся. Ты решил, что я призываю прекратить дышать, и перестал дышать. Ты начал разрушать свои пороки, вместо того чтобы созидать добро.

И тут добрый врачеватель заплакал, словно ребенок, и медленно опустился на землю подле мудрого врачевателя.

– Учи! Я хочу быть здоровым! – сказал он.

Эта притча полностью отражает ту мысль, которую я бы хотела донести до родителей. Что важнее в воспитании яркой личности: быть самому яркой личностью или знать, как воспитывать такую личность? Конечно, важно и то и другое. Но чаще приходится выбирать. Как в этой притче врач, который сам учился быть здоровым, куда более полезен, чем второй, так и в воспитании: куда полезней для ребенка, чтобы воспитатель сам был яркой, харизматичной личностью, отвечающей эталонам элиты.

Поэтому моя книга и мои карты для домашнего тренинга предназначены для трансформации и самого родителя в элиту. А потом он сможет этому же научить и воспитанника.

Наверняка вы хоть когда-то боролись с ленью, со страхами, со злостью и раздражением на людей, со скукой и апатией, с комплексами и рабством от чужого мнения и т. п. Но вы

жили в своих привычных представлениях о способах и методах этой борьбы. Но ее решение лежит в новом уровне, на который еще нужно выйти. Главный секрет перезагрузки самого себя на успешную и счастливую жизнь лежит в прорыве на этот новый уровень, как бы выходе в другой портал видения.

Нужно выйти из портала материалистической парадигмы в квантовую

Эмоции лени, страха, злости, гнева, уныния, беспомощности, неуверенности, зависимости и прочие – это дикие эмоции. И вы хотите, чтобы они отравляли вашу жизнь? Дикие эмоции разрушают как самого человека, так и его дела (успех), отношения с людьми и к самому себе, отношения к трудностям, к своим мечтам и целям. Дикие эмоции можно назвать программой смерти.

Но есть эмоции гармонии: вера в себя, доброжелательность к людям, чувство хозяина своей жизни, страсть к жизни, оптимизм, внутренняя свобода, готовность рисковать, стремление развиваться и т. п. Эмоции гармонии – это программа жизни.

Саморегуляция – это новые навыки самостоятельно переводить самого себя с диких эмоций (программы смерти) в эмоции гармонии (программу жизни). Мой тренажер является тренажером этих новых навыков. Но как убрать тормозящие нас ограничения и слабости? Как очистить себя

от «коросты», т.е. этих ограничений, чтобы раскрыть свой скрытый потенциал?

И тут есть большая сложность.

Решения мозга – это выбор между двумя альтернативами. В каждой жизненной ситуации (а это задачи, проблемы, ситуации) мозг руководствуется *критериями выбора* или *ценностными ориентирами*. Жизнь в полете – это искусство делать выбор, руководствуясь законами высшего разума или высших ценностей.

Жизнь – это постоянный выбор. Между привычными автоматизмами и стереотипами и между выходом из пещеры стереотипов в новое пространство жизни. Это выбор между тьмой и светом. *Выбор человек может делать только сам.*

Гарантия правильности выбора заключена в законах природы. Сила потенциала света мощнее силы потенциала тьмы. Именно в этом лежит новая возможность для перезагрузки себя из тьмы привычного в свет, наподобие полета в космос успеха и радости от жизни.

В чем секрет перезагрузки человека на жизнь в полете? Что мешает или что сдерживает?

Нельзя войти в одну и ту же воду, а вот на одни и те же грабли наступаешь бесконечно. И где выход?

Грабли – это стереотипы, привычные шаблоны или авто-

матизмы убеждений и поведения. Если они бьют нас по голове, значит, пора с ними расстаться, иначе будешь жить с постоянной головной болью. Стереотипы – это дурные привычки, но выглядят они как костыли или добрая няня.

Посмотрите на примеры привычных стереотипов.

Разделяйте мифы (стереотипы) и реальность.

Миф. Только одаренные люди добиваются успеха.

Реальность. К успеху ведут мечты, планы и действия, а не талант.

Миф. Кажется, что некоторым людям счастье само плывет в руки.

Реальность. Счастье – это на 90% труд и только на 10% – удача.

Самый главный выбор человека. В чем он?

На свете так много зол, а приходится выбирать из двух, говорила Алиса из Зазеркалья. И она права в главном. Человеку действительно приходится постоянно, каждый день, в любой ситуации выбирать из двух вариантов:

1. Ничего не видеть в темноте. А это означает, что человек в трудной ситуации руководствовался общепринятой целью людей (жить – значит выживать в мире, где побеждает сильнейший). Эта цель ничем не отличается от смысла жизни животных.

2. Выбрать альтернативу или путь, где можно ослеп-

нуть от яркого света. И это путь самореализации. Ты пришел для того, чтобы развить свой потенциал, данный тебе природой, реализовать самого себя, добавить миру свою новую ценность, оставить свой след. Это цель достойная гомо сапиенс (человека разумного).

Но нужно найти разгадку, как выпутаться из того, в чем путаемся. Обратимся к понятиям света и тьмы.

Тайная связь тьмы и света: когда зажигаем свет, тьма исчезает.

Темнота существует? Конечно, существует, скажут люди. Что такое ночь, если не темнота? Но это не так. Темноты не существует. *Темнота в действительности есть отсутствие света.* Мы можем изучить свет, но не темноту. Мы можем использовать призму Ньютона, чтобы разложить белый свет на множество цветов и изучить различные длины волн каждого цвета. Мы не можем измерить темноту. Простой луч света может ворваться в мир темноты и осветить его. Как вы можете узнать, насколько темным является какое-либо пространство? Вы измеряете, какое количество света представлено. Не так ли? Темнота – это понятие, которое человек использует, чтобы описать, что происходит при отсутствии света.

Это же можно перенести и на наше поведение. Когда появляется смысл жизни (свет), который вдохновляет, лень (как тьма) исчезает. Когда пробуждается любовь (свет), исчезает ненависть (тьма), и т. д.

- Не боритесь с ленью, а ищите вдохновляющую мечту.
- Не боритесь со страхом, а уберите мысли о его угрозе.
- Не злитесь на «врага», а посмотрите на него, как на учителя, который учит вас искусству побеждать без крови.
- Не боритесь с комплексами, а подумайте, чем можете гордиться.
- Не переживайте о том, чего не знаете, а просто беритесь за сложные задачи.

Всегда есть то, что можно зажечь

А теперь один очень важный совет. Я представила несколько призывов. Вы их прочли. Они попали в поле вашего сознания. Но наше сознание выражается в двух формах или в двух языках. Один язык – это слова-названия, или слова-понятия. а другая форма – это слова-ощущения. Вся энергия нашего тела связана, как нитка с иголочкой, *только со словами-ощущениями*. Управление энергией (своей или чужой) зависит только от слов-ощущений.

Теперь нужно развести эти новые понятия: язык понятий и язык ощущений. Слова-понятия отражаются в мозгу, но не связаны с телесными ощущениями. Рассмотрим на примере такой задачи, как активность, драйв от жизни. Слова-понятия выражаются в призывах: «Человек – творец своей судьбы, своего успеха, своей жизни». Но они не производят никаких трансформаций в самом теле, т.е. в энергии тела и нашего поведения. Это проявляется, например,

в знании, что это так, но дальше провал. Энергия не появляется. Это напоминает проблему зарядки. Человек знает, что зарядка полезна, но при этом он ее не делает.

Слова-ощущения связаны с телесной активностью.

Они напоминают луч света, который уничтожает тьму (лень, апатию, пассивность). Например, та же проблема активности и драйва, выраженная в словах-ощущениях, звучит так: «Жизнь без страсти – еще не смерть, но уже и не жизнь».

Слова-ощущения имеют целый ряд параметров:

Принадлежность. *Чувства всегда принадлежат человеку, который их произносит. Вы владеете ими и сами (а никто другой) их создаете. Вы их единственный создатель.*

Телесная локализация. *Чувства ощущаются в вашем теле в виде вибраций и эмоциональных отношений подъема, радости, гордости за себя и пр.*

Существование в настоящем времени. Вы ощущаете эмоции, адекватные словам, здесь и сейчас.

Пожалуй, единственный навык, который вам потребуется, чтобы изменять себя в том направлении, которое вы выбираете для личностного роста, – это навык преобразования привычного языка понятий в язык ощущений.

Язык понятий называется языком битов, или информации. А язык ощущений – это язык мемов. Мемы – единицы ценностей. А ценности переживаются нами в ощущениях.

Такие ценности, как Родина, дружба, любовь, кайф, драйв, мужество, смелость, свобода, вера, уверенность, дружелюбие, доверие, невозможно передать словами—понятиями; чтобы ощутить их, их нужно преобразовывать в слова-ощущения.

Применим это на практике, чтобы поверить в их истину. Вернемся к вышеприведенным призывам.

– Не боритесь с ленью, а ищите мечту.

Призыв звучит как слова-понятия. Смысл ясен, но энергией он не обеспечен. Как его наполнить энергией реализации?

Представьте мысленно, но только в ощущениях и переживаниях, какую-то свою мечту. Например, я хочу начать ежедневные пробежки по парку по рекомендации врача, но мне просто лень. Борьба с ленью бесполезно. Представим лень как тьму, в которую я погружена. Нужен какой-то луч света, чтобы тьма исчезла. Этим лучом пусть будет моя мечта. И эту мечту нужно не назвать, а нужно как бы погрузиться внутрь ее и пережить.

Я воображаю себя стройной, спортивной, здоровой, гибкой, легкой и переживаю наслаждение от этих приятных ощущений (легкости, радости, гордости за себя, экстатического восторга, чувства магнетизма для притяжения людей и т.п.). Это воображение и переживаемые ощущения выполняют функцию луча света, который развеивает тьму лени. Лень куда-то уходит, исчезает.

Отсюда вывод. Все советы, призывы, рекомендации, которые вы будете получать из моей книги, я перевожу с языка понятий на язык ощущений. Тем самым вы включаете сознание второго уровня (на языке ощущений). И только это перезапускает энергию с апатии и лени в энергию драйва и дерзания.

Итак, я попробовала объяснить одну из задач нового подхода к воспитанию элиты, т.е. задачу языка воздействия. Вторая задача – это содержание. Чему надо учить элиту? И что такое элита в моем понимании? Нужно ли нам вообще заниматься этим?

Нужна ли обществу элита?

Без наличия качественной и высокообразованной элиты общество не сможет нормально развиваться и функционировать. Оно неизбежно будет деградировать и придет в упадок.

Русский философ *Н. А. Бердяев* на основе изучения опыта развития разных стран и народов вывел так называемый «**коэффициент элиты**» – процентное отношение численности правящей элиты к общему числу грамотных людей в стране. Показатель свыше 5% означает, что общество **развивается нормально**, менее 1% – что оно **приходит в упадок и вырождается**. Сейчас в России этот показатель менее 1%, так что желание стать элитой очень патриотично.

Что можно противопоставить элите?

На другой стороне шкалы элитарности лежит ПАТЕРНАЛИЗМ. Именно его эксперты называют бедой России. Патернализм (от слова «патер» – отец) – это глубинные убеждения подавляющего большинства людей России в том, что государство им что-то должно. Оно обязано о них заботиться, обеспечивать, поддерживать и т. п. Это внутреннее чувство жертвы, собственная беспомощность выражаются в безответственности и бессилии. При этом люди, надеясь на манну небесную, не прилагают усилий, чтобы развивать свою волю, веру в себя и личную ответственность за свою жизнь, а тем более за жизнь страны. У людей с мировоззрением жертвы требовательность к государству рождает два следствия: ориентацию на выживание (депрессию) и гнев, раздражение на то, что они не получают желаемого в нужном им виде (агрессию).

Патерналисты не озабочены ни своей миссией, ни своим потенциалом. Их жизнь – это жизнь тела, как у животных. А то, что заложено природой, как отличие человека от животного мира, т.е. душа и мощный потенциал интеллекта, просто не задействуется в процессе жизни. Таким образом, они не реализуют полученное природное наследство.

Элитарность, в противоположность патернализму, как раз осознает свою миссию, свою душу и интеллект, чтобы реа-

лизовать наследство природы и вкладывать его в развитии себя и своей страны.

Что такое элита в современном обществе?

Может, вы думаете, что элита в современном обществе – это светские приемы и тусовки? Или праздное времяпровождение богатых людей, которые не работают, а живут на ренту? Или путешествия и отдых на Багамах, участие в вернисажах и игра в казино?

Нет! Истинная элита – это особый класс людей, которые служат обществу. И прежде всего они служат примером для всех. Они, как гумус в почве, облагораживают все общество.

– Элита олицетворяет благородство духа и поведения, то есть помыслов, поступков и дел.

– Элита – это люди, взявшие на себя полную ответственность за свою жизнь, которую они тратят на служение обществу.

– Элита – это визитная карточка страны. Если нет элиты, имидж страны убогий.

– Человек элиты выглядит элитой в любом кругу: в классе, в студенческой аудитории, в офисе, на предприятии, на улице, в танцевальном зале и т. п.

В России пока нет элиты как класса. Она есть по форме, но не по содержанию. И это важнейшая задача страны – выращивать тот процент элиты, при котором общество способно развиваться.

Переход в царство элиты осуществляется в два этапа.

Наши привычки (или наш осел) напоминают условные рефлексы, которые вызывал у подопытных собак И. Павлов. Мы тоже их приобрели в детстве. Они выступают в виде старых ментальных моделей. Но чтобы стать элитой, нужно снять с головы старые ментальные модели и освободиться от привычек, которые удерживают в привычных рамках поведения.

И только после освобождения от мешающих сил можно приступать к освоению новых элитарных установок и новых навыков элитарного мышления и поведения. **Это первый постулат.**

Туда, куда направлено наше внимание, мы отдаем свою жизненную энергию, которая в свою очередь формирует окружающую нас реальность.

М → Э → Д → Р

Мысль рождает Энергию, энергия рождает наши Действия, а Действия рождают ту Реальность, которую мы создаем своими действиями.

Может, есть смысл задуматься, посмотреть на свою жизнь с позиции этого правила и перестать отдавать энергию своего внимания политикам, соседям и чужим или ушедшим от нас

людям? Ведь как бы мы ни стремились наполниться энергией, если мы ее бездумно раздаем налево и направо, то все наши стремления быть наполненными – пустая трата времени!

Очень важно не только искать способы наполнения энергией, но и жизненно необходимо научиться не тратить ее попусту. Не разбрасываться, а умело направлять на улучшение своей жизни и жизни окружающих. Позвольте себе направить энергию внимания на себя. Станьте светящимся, радостным и привлекательным человеком.

Второй постулат заключается в содержании нашего внимания. Какой смысл мы придаем тому, на что направили внимание? Именно смысл, т.е. наши мысли, создают энергию, какую мы хотим вызвать, и реальность, которую хотим построить.

Энергия по знаку всегда соответствует энергии тела, энергии эмоций. Видишь в луже грязь, испытываешь энергию пессимизма, унылости или печали? Видишь в той же луже отражение солнца, испытываешь энергию радости, желания что-то делать или просто наслаждаться мигом жизни?

Как развить в себе качества и свойства, которые создают сами по себе успех и счастье в этой жизни?

Выход в открытый космос – это освобождение от сил земного тяготения. Выход в успех и счастье – это тоже освобождение от стереотипов обычных людей и переход в новый пор-

тал осмысления законов высшего разума и самоуправления. Счастливый и здоровый человек – это тело, ум и дух вместе, а не по отдельности.

Человека можно сравнить с атомом. Рисунок атома как ядра, окруженного орбитами, по которым летают электроны, известен всем из курса школьной физики. Примем эту метафору за метафору человека. Ядро – это мы, а орбиты – это те сферы, в которых протекает наша жизнь. Счастье и успех – это гармония в этих пяти сферах:

- Я и мое призвание.
- Я и другие люди.
- Я и мое дело.
- Я и фрустрация (помехи, преграды, ограничения).
- Я и мое будущее.

Качества и свойства, отвечающие за успех и счастье, – это наполненность всех уровней психики человека во всех сферах его жизни определенным набором качеств и свойств, которыми обладают победители.

Поэт, философ, писатель-сатирик Станислав Ежи Лец сказал крылатую фразу: «Каждый рождается с задом, пригодным для трона». Все качества победителя я привязала к слову «ТРОН».

Победители:

- Знают, зачем они живут (**миссия и цели – М**).

– Принимают людей такими, какие они есть (**толерантность – Т**).

– Смелы и мужественны перед преградами и помехами и готовы рисковать (**риск – Р**).

– Принимают 100%-ную ответственность за все, что с ними происходит, на себя, и доводят любое дело до результата (**ответственность – О**).

– Независимы и уверены в своих силах (**независимость и внутренняя свобода – Н**).

Формула жизненного успеха: Успех = М + ТРОН

Хочешь быть счастливым и успешным (жить в полете), развивай этот набор качеств. Моя книга является ключом к перезагрузке своего привычного мышления и стереотипов в мысли победителя.

Но иные люди сами выбирают такую судьбу, где ничего не светит, кроме пинка в зад, фонаря под глазом и маленькой зарплаты. Обычный человек заполнен такими стереотипами и привычками, которые по отношению к его же успеху и счастью напоминают пустоту. И эта пустота является противоположностью качеств победителя.

Обычные люди:

– Не задумываются о том, зачем они живут. У них нет миссии и больших целей. Они живут по Дарвину: выживает

сильнейший и довольствуются утилитарными целями.

– Принимают все происходящее вокруг и людей как враждебный мир, в котором нужно выжить. Страдают иллюзией или должноманией (люди должны быть хорошими).

– Перекладывают ответственность за все, что с ними происходит, на внешние силы (людей и обстоятельства). И из-за этого не доводят любое дело до результата (безответственность за свою жизнь и низкая результативность).

– Пасуют перед преградами и помехами (им свойственны страхи, стрессы, неготовность рисковать).

– Зависимы от чужого мнения (конформизм) и не уверены в своих силах (комплексы).

Хочешь быть счастливым и успешным (жить в полете), очисти себя от этих слабостей и инстинктов!

Представь себя сказочным витязем на перепутье дорог в чистом поле. И посмотри на возможность своего выбора под светом мыслей победителя:

– Единственный ресурс, который нужен для счастья – это наша *свобода делать выбор*.

– В жизни нет репетиций. Каждый момент – сплошная импровизация.

– Жизнь состоит из ситуаций (задач, проблем), в каждой из которых нужно делать выбор.

– Для выбора нужны критерии (ориентиры, компасы).

– Люди живут по критериям социума (согласно стереотипам и привычкам) или по критериям высшего разума (зако-

нов развития Вселенной или законов победителя).

– Для накачки личной ответственности и долга перед собой требуется перепрограммировать себя с привычных стереотипов на новые мысли и их энергетические состояния.

Далее мы будем решать жизненные задачи и проблемы с позиции жизни в полете. Все ситуации и задачи разделены по пяти блокам М + ТРОН.

Пять сфер или основных потребностей людей, или Чему нужно научить детей?

Понять смысл и назначение себя в этой жизни. Без осознание смысла своей жизни человек обречен на выживание. Больших людей делают большие цели. *(Глава «Научите ребенка мечтать и дерзать».)*

Жить в мире и дружбе среди людей и нравиться окружающим. Чтобы не чувствовать себя изгоем, требуется развить в себе уверенность, обаяние и харизму. *(Глава «Научите ребенка дружить».)*

Не бояться рисковать и быть смелым. Чтобы научиться мужеству и смелости действовать, несмотря на страх или переживания *(Глава «Разбудите в ребенке смелость, мужество и оптимизм перед преградами».)*

Быть хозяином своего дела и своей жизни. Чтобы чувствовать себя значительным и управлять своей жизнью, нужно развить в себе ответственность и самодисциплину. *(Глава «Психотренинг ответственности и дисциплины».)*

Оставлять свой след на земле. Чтобы гордиться плодами своего труда, нужно развить в себе креативность, новаторство и чувство победителя. *(Глава «Научите ребенка быть собой. Уверенность и талант независимости».)*

Нанотехнологии в личной трансформации человека

Притча

Путник спросил каменотеса, что он делает. Тот ответил, что тешет камень, чтобы жить. Второй каменотес ответил, что зарабатывает деньги на образование сына, третий сказал, что строит храм. А уборщица, подметающая сор, сказала, что помогает людям, которые строят храм.

Притча передает мысль о том, что смысл работы рождает у людей разное отношение к ней – от средства выживания до высокой духовности. В притче вы бессознательно пережили в ощущениях, что, изменяя восприятие работы, само отношение к ней (на уровне энергии и энтузиазма) будет меняться? Это и есть иллюстрация к главной идее, заложенной в этой книге. Чтобы изменить свое отношение к жизни вообще, к людям, к своей ответственности, бесстрашию, уверенности, внутренней свободе, нужно только одно – научиться менять свои смыслы или свое видение в любой ситуации, задаче или проблеме.

Есть плакат, на котором изображен молодой парень с пивом и словами «Пиво, бабы да пожрать, на политику начхать». Поведение человека – это проявление этоса, т.е.

норм, которые мы видим. За этосом стоят соответствующие убеждения, а за ними – соответствующие ценности.

Убеждения этого парня:

- От работы кони дохнут.
- Работа не волк, в лес не убежит.
- Пусть начальство думает, ему за это платят.
- *Ценности:* потребности желудка и половых органов.

Но если подумать о работе под светом других мыслей, наподобие:

- *Бездействуя, мы превращаемся в услуженно думающую тварь, трудясь – мы нормальное животное, продираясь к великой цели – мы люди (В. Шамов).*
- *Работа без страсти еще не смерть, но уже и не жизнь.*
- *Если вы считаете, что работа может сделать вас счастливым, вы будете правы.*
- *Дело – это мост из времени в вечность.*
- *На работе не зарабатывают, на работе живут.*
- *Тем, кто выжидает, часто достается то, что остается от тех, кто дерзает.*
- *Кто не считает работу за жизнь, живет наполовину.*
- *Успех не будет дожидаться тех, кто ленится.*

Вы чувствуете, как меняется ваше отношение к работе?

И это произойдет вне вашей воли, просто по закону природы.

Так что есть инструменты, как менять человека. И этот же парень с плаката может научиться любить работу. И его ценности от потребностей желудка и половых органов поднимутся до уровня его духовной сущности. Этот пример открывает возможности изменения отношения человека к чему-либо через изменение смыслов, т.е. его видения.

Стратегия и тактика личностной трансформации, надеюсь, понятна. Но есть еще одна трудность – это язык воздействия. Подсознание, или эмоциональный ум, не понимает язык битов, но открыт для языка мемов.

Искусство убеждать – это искусство добиваться взаимопонимания. Понять другого значит понять переживаемое им.

Хочешь, чтобы тебя поняли и приняли твою позицию, упакуй свои доводы или предложения в образы и язык ценностей и мотивов своего оппонента. Есть единственный способ заставить человека что-то сделать – добиться, чтобы он сам этого захотел. Можно подвести лошадь к водопою, но нельзя заставить ее пить, если она того не хочет. Так и с человеком.

Лучшие слова – это образы и метафоры

Слова словам рознь. Сравните:

«Вся биофитная среда в водоеме после нашего вмеша-

тельства дала результат с летальным исходом». А можно сказать: «Вся рыба сдохла».

«Индивидуумам, в силу обстоятельств, принужденным избрать средой обитания хрупкие структуры, ни при каких обстоятельствах не следует увлекаться метанием твердых предметов». Можно сказать проще: «Люди, живущие в стеклянных домах, не должны бросать в других камни».

Обычные люди считают, что их мозг – нечто заданное и устойчивое. На самом деле мозг содержит разные убеждения (смыслы того, что определяет нашу жизнь и наше поведение). Но эти смыслы вполне можно изменять и перестраивать. И тогда меняется наше отношение к миру, людям, преградам и кризисам, к себе и т. п. А вместе со смыслами меняется и наше поведение.



Еще одна секретная мысль в теоретическую копилку: Наши реакции или дизайн поведения

и нормативы берут свое начало от наших мыслей.

Мысль → Чувства → Действия

1. *Мысль* (бокал наполовину пустой) → *Чувства* (обида) → *Действие* (напряженная поза, выражение лица, возможно, и месть).

2. *Мысль* (бокал наполовину полон) → *Чувства* (благодарность) → *Действие* (улыбка, ответные положительные действия).

Реальность (та, которую мы видим) существует только в нашем субъективном представлении (наша карта реальности – КР). Но она может быть изменена с помощью трансформации мыслей, вернее духовных смыслов. Всегда есть шанс поменять отношение к любой травме и стрессу, превратив их в нейтральные или даже приятные, изменив мысли, т.е. свой взгляд на этот стресс.

Подведем итоги.

– **Жизнь – это постоянный выбор.** Жизнь, протекающая в этих пяти сферах, состоит из огромного числа ситуаций, задач и проблем, в которых надо принимать решения. Решения – это выбор между стилем элиты или обычного человека. Выбор может делать только сам человек.

– **Смыслы – критерии правильности выборов.** Жизнестойкость (правильность) выбора зависит от тех смыслов, которые придает данной ситуации сам человек.

– **Трансформация человек с обычного уровня сознания в элиту – это перезагрузка смыслов.** Она состоит в изменении привычных стереотипных смыслов обыденного сознания в новые элитарные убеждения (смыслы) относительно данной ситуации (задачи или проблемы).

– **Особенность такой перезагрузки заключается в переходе с языка сознания – понятий (битов информации) на язык подсознания – мемов (образов и ощущений).**

– В разделе 2 «Практика трансформации личности с обычного уровня на уровень элиты» родителям будут представлены методы, приемы и способы такой перезагрузки.

Раздел 2. Практика воспитания элиты

Глава 1. Научите ребенка мечтать *Призвание и смысл жизни*

Как разбудить в ребенке интерес к собственной жизни?

Солнце не знает правых.

Солнце не знает неправых.

Солнце светит без цели кого-то согреть.

Нашедший себя подобен солнцу.

Японская пословица

Я и жизненные цели. В чем моя миссия и смысл моей жизни? Стоит ли ребенку задумываться над этими вопросами? Да еще с детства? Похоже, что не стоит, думали родители. Это не заложено в нашей культуре. А с другой стороны, если не задумываться, то остаешься на уровне целей выживания по Дарвину. Тогда где же наша функция как homo sapiens? Чем мы тогда отличаемся от животных?

Я убеждена, что уже с раннего возраста нужно говорить с ребенком о его назначении и призвании в этой жизни. Индейцы Северной Америки внушают своим детям, зачем они пришли в этот мир. В чем твоя миссия? А она в том, что ты должен свой дар отдать людям. Подобную ответственность возлагали и на отпрысков царских династий и элиты в прежние времена. И я убеждена, что чем раньше ребенок поймет свое главное предназначение, тем насыщенной и богаче будет его жизнь. А вот возраст я лично определила на уровне 7—10 лет.

И тут человеку приходится делать выбор. Смысл жизни в простом выживании – так думают обычные люди. Или смысл жизни в самореализации (реализовать свой природный потенциал и оставить свой след на земле) – так думает элита.

Я привожу разговоры на тему призвания и смысла жизни со своей младшей внучкой Василисой. Ей было 8 лет. Себя я обозначаю как бабушка – Б., а внучку – В.

Бабушка. Хочешь, я расскажу тебе одну притчу?

– Я запутался, блин... – сказал один человек. – Понимаешь, не знаю, куда идти, не знаю, зачем. Время проходит, а я даже не знаю толком, кто я... Я устал от неопределенности, устал бояться, что сделаю что-нибудь не то, устал блуждать впотьмах, устал совершать ошибки...

– Понимаю, – сказала дерево. – Но чем могу помочь тебе?

– Одолжи мне свой смысл жизни, – повторил человек. – Может, поможет...

– Хорошо, – согласилось дерево. – Вот мой смысл жизни: расти.

– Расти? – переспросил человек. – Просто расти? И все?

– Да, – сказала дерево, – просто расти – и все. – И оно замолчало.

– Дерево! погоди, не засыпай! – крикнул человек. – Объясни, что значит «просто расти»? Ведь я и так – просто расту! Вернее, – поправился он, – раньше рос, сейчас-то уже вырос...

Но дерево не отвечало, и человек пошел к реке.

– Река! – крикнул человек.

– Что? – отозвалась река.

– Одолжи мне свой смысл жизни! – попросил человек.

– Зачем? – спросила река. – Своего, что ли, нет?

– Нет... – опустив голову, сказал человек.

– Вот как... – сказала река. – Тогда ладно, слушай. Мой смысл жизни – течь.

– Течь... – повторил человек.

– Да-да, течь, – и река ужурчала куда-то по камням.

Решив подождать для верности, не разъяснит ли река свою позицию, человек лег на берегу и стал греться на солнце.

– Как дела, человек? – спросило Солнце.

– Вообще-то не очень, – пожаловался человек. – Смысл

жизни не могу отыскать. Дерево говорит: «Расти», река говорит: «Теки», но мне что-то расти и течь не особо хочется... Может, ты чего присоветуешь? Какой у тебя смысл жизни?

– С удовольствием, – сказало Солнце. – Мой смысл жизни – дарить свет.

– Дарить свет! – всплеснул руками человек. – И это все?

– Все, – подмигнуло Солнце. – А! Нет, есть еще.

– Ну-ка? – оживился человек.

– Тепло. Дарить тепло. И свет! – напомнило Солнце и укатилось за горизонт. Стало темно.

– Краткие все, куда деваться! – возмутился человек. – А мне-то как быть? Расти? Течь? Или, может, дарить свет? Дарить свет... Лампочку, что ли, на нос повесить и болтать? Луна! Эй, Луна-а! – воззвал человек.

– Да? – Луна показала из-за гребня горы и посветила поярче, чтобы разглядеть, кто тут воет.

– Какой у тебя смысл жизни? – упадническим голосом спросил человек.

Луна помолчала и торжественно ответила:

– Ощущать пустоту.

Аж эхо по горам прокатилось. Человек уже устал удивляться ответам, но тут не мог не удивиться:

– Как можно ощущать пустоту? Это же когда ничего нет! – воскликнул он.

– А как можно не ощущать пустоту? Ведь это то, откуда берется все, – мягко возразила Луна и уплыла в небо.

Человек закрыл глаза и попытался осмыслить все, что ему было сказано. Не получилось. В голове все перемешалось. «Расти, течь, дарить свет, ощущать пустоту... Бред какой-то...» – Человек тряхнул головой и открыл глаза. Перед ним стоял ребенок.

– Здластвуй! – сказал ребенок.

– Ты-то как тут? – испугался за ребенка человек, – Мамка где? И почему без штанов?

– Мамка там! – ребенок сделал жест, каким обычно отмахиваются от комаров. – А станы я... это... потелял! Ты чего сидис? – не по годам ловко переменял он тему разговора.

Человек отнесся к ораторскому маневру младенца неодобрительно, но решил ответить (все равно ничего не поймет):

– Смысл жизни ищю...

– И сто, насол? – поинтересовался ребенок.

– Не-а... не насол... – передразнил человек.

– А я насол! – радостно сообщил ребенок.

– И давно? – съязвил человек.

– Не знаю. – сказал ребенок.

Человек начал выходить из себя:

– Ну и какой у тебя, о мудрейший из карапузов, бегающих ночью по лесу без порток, смысл жизни?

Но ребенка уже и след простыл. И только из темноты донесся его переливчатый смех:

– Иг-ла-а-ать!!!

– Ах, играть! – всплеснул руками человек. – Вот совет так совет! – Раздосадованный, он бросил вслед насмешливому ребенку пучок травы. Не попал.

Тем временем рассвело. Человеку больше не хотелось ни у кого спрашивать про смысл жизни. Он встал, отряхнул руки о штаны и пошел куда глаза глядят. Вскоре в голове возникла какая-то мелодия, и он запел. Вначале тихонько, себе под нос, а затем – громко, во весь голос. И вдруг почувствовал, как вокруг все замерло. Тогда человек запел еще громче, еще увереннее. В своем неожиданном пении он позабыл обо всем, и так ему стало на душе хорошо, светло и радостно, что он даже не удивился, когда увидел, что само время остановилось, позволяя звукам прекрасной мелодии течь, игриво переливаться и разрастаться, заполняя собой все вокруг...

Бабушка. Что ты поняла из этой притчи?

Внучка. У каждого есть свой смысл жизни, но не каждый его знает.

Бабушка. Верно. У каждого свой смысл жизни, и если есть мысли, что ты его потеряла, то это всего лишь самообман. Надо жить и дарить всем тепло и добро (так можно быстро вновь обрести этот самый смысл жизни). При этих действиях будет видно, что ты кому-то очень нужна или кто-то нуждается в твоей помощи и даже простой человеческой улыбке. Согласись, это же очень важно. Но для человека, как высшего существа на Земле, этого мало.

В греческих мифах говорится, что когда-то среди людей, которые жили на Земле, были титаны, а на Олимпе жили боги. Это разделение сохранилось и сейчас.

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.