

**ЛЕРМОНТОВ**  
ВЛАДИМИР

VLADIMIR LERMONTOV

*Азбука  
жизни*



БОЛЕЕ  
1000000  
ЧИТАТЕЛЕЙ

*Как изменить  
судьбу*

Владимир Лермонтов

**Азбука жизни. Как  
изменить судьбу**

«Свет»

2012

УДК 159.9.01  
ББК 88.3

## **Лермонтов В. Ю.**

Азбука жизни. Как изменить судьбу / В. Ю. Лермонтов —  
«Свет», 2012

Эта книга – руководство по созданию счастливой судьбы. С ее помощью можно изменить жизнь, наполнить ее творчеством, радостью и счастьем, открыть новые пространства деятельности, реализовать свои таланты и способности. «Азбука жизни», несмотря на свою простоту и доступность, имеет трехуровневую смысловую структуру, и поэтому у нее есть волшебное свойство: при ее прочтении открываются все более широкие горизонты познания и самосовершенствования. Каждая буква – полноценная, самостоятельная программа, путеводная нить к перерождению, ступень вверх, это новое осознание, новое постижение, новое действие. Автор убежден, что у каждого человека есть свой талант от Бога, просто его нужно распознать в себе и научиться мастерству его воплощения в жизнь. «Азбука жизни» может стать путеводителем в этом нелегком, но удивительном и чудесном преображении.

УДК 159.9.01

ББК 88.3

© Лермонтов В. Ю., 2012

© Свет, 2012

## Содержание

Предисловие	5
Инструкция по пользованию «Азбукой»	7
А	8
А ничего не будет!	8
Б	11
Будущее может быть действительно удивительным и прекрасным! Если...	11
В	14
Всегда найдутся веские аргументы и доказательства, чтобы вынести себе окончательный приговор в том: – что моя жизнь не удалась; – что я все равно ничего не смогу добиться в этом мире; – что все мои усилия бесполезны; – что для меня в этой жизни все кончено и больше ничего хорошего не будет.	14
Г	17
Груз прошлых неудач, падений и поражений не должен висеть на моих ногах.	17
Конец ознакомительного фрагмента.	19

# Владимир Лермонтов

## Азбука жизни. Как изменить судьбу

### Предисловие

*Счастье, успех и здоровье приобретаются трудом.  
Уньишие, поражения и болезни приходят сами.*

Мне исполнилось 42 года, когда в моей жизни, в моем сознании произошла большая перемена, я будто вновь родился на свет Божий. Вы спросите, где же я был все это время, на каком необитаемом острове или в какой пустыне провел более половины жизни, отмеренной природой человеку? И я отвечу вам, что нигде я не пребывал: меня не похищали гуманоиды на свою планету, меня не выбрасывало на пустынный остров в океане, как Робинзона, я не прятался в пещерах Тибета, я не впадал в летаргический сон. Я жил среди людей, ходил среди людей, искал свой путь, свое место, свое счастье. Да, я существовал в мирской сутолоке, но обитал в своей оболочке, которую создал сам для себя, чтобы оградиться от окружающей действительности, от жестокой и злобной жизни, какую сотворила цивилизация. У меня был свой мир, который я лелеял более, нежели курица бережет высидиваемые яйца.

Однако Великий Промыслитель, который управляет нашими судьбами и ведет нас зачастую драматическими путями по этой земле, не дал мне продолжить это замкнутое, растительное существование эмбриона, подвергнув многим потрясениям. По скорлупе моего мира, подобно камнепаду, снаружи, извне посыпались удары, пока моя оболочка не дала трещину, а потом и вовсе лопнула. И я очутился снаружи, совершенно обнаженный и беззащитный. Я был подобен великовозрастному цыпленку, оказавшемуся один на один с огромным, мрачным и враждебным миром. Меня выбросило в бушующий океан оголенной реальности, которую более всего не любил, презирая за ее несовершенство, и от которой всячески скрывался. В этом, можно сказать, трагическом для моей жизни происшествии, когда рухнули все мои песчаные замки, проявилась древняя, как жизнь, истина: Всевышний наталкивает нас на то, чего мы более всего опасаемся, боимся и чего стараемся избежать. И делается это не потому, что нас хотят наказать, а для того, чтобы научить нас большему, без чего наша жизнь не может развиваться дальше, превращаясь в добровольное самозаключение.

Этот разрыв оболочки сопровождался болью, но это нужно было пережить, а самое главное – нужно было что-то делать. Я слишком долго прятался от мира и разучился его понимать, я будто попал на чужую планету, заселенную гуманоидами. Что оставалось делать? Вернуться назад? Или искать очередную тихую гавань, где можно было продолжить строить воздушные замки и пребывать в мнимом покое, доколе вновь не налетит ураган и не выбросит меня в бушующее море цивилизации? «Нет! – сказал я себе. – Довольно! Я и так слишком долго пытался жить вне мира, вне людей, вне грубости и жестокости. Это ни к чему не привело, так как невежество постоянно стучалось в мою скорлупу, не позволяя надолго расслабиться и отключиться от внешнего». Выход был один: идти навстречу реальности, а это значит, что нужно принять этот жестокий мир, учиться в нем жить, думать, дышать и даже радоваться.

И я начал предпринимать первые шаги в познании того, что меня окружает, в понимании законов, на которых зиждется планета людей. Мои открытия выглядели, конечно, наивно, я был похож на бородатого пришельца, который сел за парту вместе с первоклассниками. Но как бы то ни было, необходимо было встречать бытие, какое оно есть, а главное, нужно было осознать себя, каким я оказался в 42 года.

Свои открытия я сначала держал в голове, а потом начал их записывать. Я прочитывал эти заметки каждое утро, перед рабочим днем и в те моменты, когда жизнь мне ставила мат. Признаться, препятствия и удары меня ждали на каждом углу, и моя прежняя природа, которая выработала устойчивую реакцию на любые неприятные раздражители – уход в себя, бегство, – восставала против того, что ее заставляли все-таки не прятаться, а решать проблемы и двигаться вперед. Во мне начался болезненный процесс обновления сознания. И мои вначале короткие напутствия, почти афоризмы, которые я составлял сам для себя, – стали палочкой-выручалочкой в преодолении препятствий и продвижении. Они помогали мне взглянуть на происходящее с другой точки зрения – не со стороны эмоций и чувств, а через призму расчетливого и холодного разума, чего мне крайне не хватало, ибо мир как раз построен на законах ума, а не сердца. И я стал делать в блокноте заметки, записывая эти самонастройки.

Постепенно, вместе с познанием нового для меня мира, мои записи аксиом жизни увеличивались и расширялись. Многие постулаты я уже знал наизусть, и при наступлении очередного провала они всплывали в моем сознании сами собой как подсказки. В конце концов записи приобрели некую форму, которая более всего напоминала азбуку, где каждая буква имела свой смысл – программу действий. Эта азбука стала для меня лучшим другом в сумбурной и безумной жизни. И по сей день я, как молитвы, прочитываю, просматриваю записи, чтобы найти правильное решение для следующего шага, и в первую очередь для того, чтобы пробудить в себе тот настрой ума и сердца, который бы помогал мне достигать цели: находить свое место под солнцем, осуществлять свои мечты, планы и надежды, делать свою жизнь более гармоничной, совершенной, а главное, реальной. Теперь я хочу поделиться своими познаниями с вами в светлой надежде, что моя «Азбука» поможет многим изменить свое бытие, наполнив его творчеством, радостью и счастьем. Что она откроет новые пространства деятельности, в которых вы сможете реализовать свои таланты и способности.

Сколько людей я встречал на своем пути, обладавших удивительными способностями, имевших бесценные дары от Бога. Но почти все они так и не смогли применить это богатство в жизни, ибо для этого нужен был специальный метод, система, с помощью которых можно было бы материализовать жемчужины небесного Духа в жестком механизированном мире людей. Впрочем, убежден, что у каждого человека, даже самого «никудашного», есть свой талант от Бога, просто его нужно распознать в себе и научиться мастерству его воплощения в жизнь. Я верю, что мир еще узнает о вас!

## **Инструкция по пользованию «Азбукой»**

Каждая буква данной «Азбуки» раскрыта в двух планах: первый – фронтальный, который легко запомнить и держать в голове и который в нужную минуту, открыв книгу, можно взять на вооружение как ключ для решения возникшей проблемы. Второй – сокровенный, тонкий уровень, раскрывающий более детально и проникновенно смысл данного понятия – буквы, для чего нужно свободное время, чтобы внимательно читать, размышлять и запоминать. А это лучше всего делать в обстановке, которая позволяет вам максимально сосредоточиться на восприятии написанного. Ведь каждая буква – это полноценная, самостоятельная программа, как путеводная нить к преобразению нашего бытия, в то же время вплетенная в единую ткань, в единый орнамент «Азбуки». Содержание любой главы изложено настолько концентрированно и лаконично, что при раскрытии его полностью выйдет самостоятельная книга.

Каждая буква – это ступень вверх, к совершенству, это новое осознание, новое постижение, новое действие. Причем любое понятие, изложенное в книге, – лишь следствие, материальное оформление тех озарений, просветлений и энергий, которые я облек в словесную форму, переложив на бумагу. Текст – лишь видимая часть айсберга, которая указывает и предлагает опуститься ниже, чтобы проникнуться его главной, невидимой составляющей и тем самым воспринять то состояние духа, которое и является подлинным основанием азбуки преобразования.

Графическим символом книги является лук с натянутой до отказа тетивой, готовый выпустить стрелу в цель. Для подлинного изменения нашей жизни нужны терпение, мужество и упорство – что подобно натягиванию тетивы. Чем сильнее ее тянешь, тем сильнее будет выстрел, тем дальше и точнее полетит стрела – наша жизнь, в цель – жизнь новую, счастливую, преобразенную.

*В процессе чтения книги каждого из вас посетят, возможно, и не раз, озарение, откровение, которые наполнят ваше сердце несказанным светом и радостью. Это маленькое чудо высших сил, которые пошлют вам аванс, предложение к тому, чтобы посредством самосовершенствования эти спонтанные, волшебные мгновения стали неотъемлемым символом, атрибутом вашего сознания и души.*

## А

### А ничего не будет!

**Ничего не произойдет, ничего не изменится, если... я сам что-нибудь не сделаю для этого.**

Я очень наивный человек! Я все время ждал, что в моей жизни, наконец, случится что-нибудь хорошее. Я верил, что со мной произойдет нечто такое, невероятное и великолепное, что мое существование само собой вдруг изменится и мечты мои сбудутся. Много лет я жил в состоянии ожидания чуда, и хотя сам себе не признавался в том, но все же в тайном уголке своего сердца я надеялся на волшебное преобразование своей жизни. Я мог спорить с пеной у рта, что я уже взрослый, в сказки не верю и не жду от жизни никаких чудес, но если бы вы в то время ко мне внимательно пригляделись, то обнаружилось бы, что жил я, собственно, в атмосфере надежды на чудо.

Да, именно так проходили мои годы и десятилетия. Я ждал, верил и даже много и усердно молился, чтобы в мою жизнь вошло чудо, но оно так и не приходило... В итоге я оказался у разбитого корыта, тогда как другие, те, кто ничего не ждал, а просто и ежедневно что-то делал, работал, трудился, успели добиться в жизни многого.

В 42 года я открыл совершенно поразительную вещь, которая меня потрясла как гром среди ясного неба: даже если ты тысячу раз гениален и талантлив, даже если у тебя есть подлинно великие идеи – это совершенно не имеет никакого значения для мира людей! Ты можешь всю жизнь просидеть со своими бесценными дарами, великолепными мыслями, сногшибательными открытиями, но они никогда не реализуются. Ибо талантами, пусть даже божественными, необходимо не только обладать, – важно уметь их реализовать. Причем осуществлять это придется тебе самому, не ожидая благоприятных обстоятельств, не уповая на добрых и разумных людей, которые тебя оценят по достоинству и возьмут на себя труд, миссию продвигать твои мечты в жизнь.

Я всегда надеялся на разум человеческий, всегда верил: достаточно иметь в себе то, что нужно людям, а остальное само собой приложится, – это было моей роковой ошибкой и фатальным заблуждением. Все – от рождения мысли до забивания последнего гвоздя в придуманную мною конструкцию – придется сделать мне. На такой подход нужно настроиться, причем немедленно, ибо я чувствую, что еще продолжаю ждать милости от судьбы, людей и обстоятельств. Их НЕ будет, и не будет ничего.

Я спешу себя разочаровать, и это очень важно – вовремя разочароваться, чтобы не тянуть лямку бесплодных надежд и упований. Ведь разочарование на самом деле совсем не плохая вещь, как принято считать. Напротив, в действительности разочарование – итог пути человека, когда дорога наконец заводит в никуда и теперь остается либо пойти в другую сторону, либо найти другую дорогу, а может быть, и вовсе повернуть назад.

Моя жизнь зашла в тупик, а тупик, по сути, – своеобразный трамплин, пружина, которая может и должна при правильном ее понимании и использовании выбросить, вытолкнуть меня на действительно Истинный Путь. **(Однако прошу не путать тупики с препятствиями. Препятствия закономерно появляются на любом пути, и их можно просто обойти, для чего нужно сделать что-то по-другому, т. е. исправить единичную ошибку. Тупик же подводит черту, итог целому периоду жизни, сумме трудов и усилий, что соответственно требует радикального, коренного изменения своего бытия. А для этого требуется найти новую идею жизни, новые основания, новый взгляд**

**и начать все сначала.)** И я принялся искать это новое понимание, для чего прежде исследовал реальность, чтобы найти в ней свой путь, свою тропу, свою дорогу.

Я принялся познавать бытие, я стал изучать, как устроен мир людей. (То, что я скажу далее, – действительно азбучные истины, но их понимание мне далось сложнее всего. Ведь недаром в старости, когда уже прожита вся жизнь, люди изрекают самые простые, как Божий день, аксиомы жизни.)

В мире людей господствуют жесткие законы, а не эмоции, порывы и вдохновение. Каждый человек заботится только о себе и своих близких и думает только о собственной выгоде. Все усилия людей направлены в основном на улучшение своего благосостояния, во вторую очередь – на укрепление своего здоровья, вместе с тем внешне люди могут выглядеть благодушными, милосердными и много понимающими. Однако это лишь напускной образ, маска, и она является источником моих заблуждений. Именно аура благожелательности, которую создают люди вокруг себя, питает мои бесплодные надежды на то, что все произойдет само собой, а вернее, усилиями этих добрых людей. Вот ключ к важному для меня разочарованию: люди обожают философствовать, любят показывать себя с лучшей стороны, на самом деле их подлинно интересует лишь то, какую выгоду они могут из меня извлечь. Если от меня невозможно получить что-нибудь материальное, значит, меня можно использовать в качестве развлечения, манипулируя моим сознанием, чувствами или играя со мной в свои замысловатые игры. Они любят играть с теми, кто позволяет делать это, кто наивно верит в добро, справедливость и надеется на лучшее. Внутри себя игроки, конечно, смеются надо мной, хотя внешне они серьезны и сострадательны. Но я для них – лишь приятный досуг. Я же принимаю такое общение за чистую монету, к тому же они подыгрывают мне и тем самым подогревают мои и без того разросшиеся иллюзии. Тем временем, пока я пребываю в атмосфере радужных надежд, эти люди конкретно делают свое дело, как муравьи, совершают однообразную работу и не погружаются в глубины бытия в поисках его смысла. Поэтому они успевают выстроить себе достаточно обустроенные и большие муравейники. Я же, как бабочка, порхаю с цветка на цветок, пока не потянут холодные ветра, польются дожди и пойдет снег.

Сколько драм произошло с людьми подлинно творческими, гениальными и светлыми в силу того, что они вот так же, как и я, барахтались в этом омуте наивных иллюзий и потому до конца своей жизни так и не смогли найти своего места под солнцем. Кстати, это касается не только людей с выдающимися способностями, но и самых простых людей, потому что на самом деле нет человека, обделенного талантом или даром. Для каждого на этой планете есть свое место, свое дело, свой путь. Вся проблема лишь в том, чтобы понять этот мир и правильно в нем действовать.

Мир людей живет законами цифр: люди считают, сколько они будут иметь прибыли. Поэтому отныне я начну переводить свои мечты в реальные планы, которые построены на цифрах. И учту, что даже если я еще не известный Эйнштейн или Пушкин и я принесу свои рукописи, открытия на стол предпринимателю, то могу быть абсолютно уверен, что меня в лучшем случае вежливо выслушают, но ничем не помогут. И это не потому, что я случайно натолкнулся на плохих людей, а в силу того, что люди везде одинаковы, универсальны, ибо ими владеет единая система мировоззрения, выросшая на почве жестких экономических законов.

Жизнь, созданная людьми, – это механизм, имеющий свои абсолютно простые и незатейливые правила, которые нужно знать и на которые нужно опираться. Люди создали на земле некий глобальный завод и сами стали частями этой механической системы. Она подобна автомобилю, который не сдвинется с места, если не зальешь топливо в бак. Машину невозможно уговорить, умолить, призвать к совести, ибо у нее нет ни души, ни сердца. Она не способна слышать слова, понимать чувства, проникаться эмоциями, она может либо ехать при наличии бензина, либо стоять на месте – и все! Как просто и как ужасно! (А может быть, и нет.) Главное – вовремя прозреть. Мотор не закрутится, если не подать на обмотку напряжение. Паровоз

не тронется с места, если не загрузить его топку дровами. Узнаются детские истины, но в них живет мир, и если я хочу, чтобы мой механизм, т. е. мое дело, осуществлялось, то нужно его обеспечить необходимым горючим, энергией.

Столь наивные правила жизнеустройства следует не только знать, но и уметь в них жить. Ибо если я глубоко чувствую и много понимаю, то мне труднее всего подчиниться этим законам, но другого выхода нет, и нескоро будет на земле иная человеческая раса, с новым глобальным сознанием и более совершенной моделью бытия. Я обязан научиться действовать механически, не включая свою внутреннюю среду чувств и переживаний, когда необходимы расчетливые и холодные движения хирурга. Сердце не должно мешать, не должно тревожить мою руку, которая совершает действия. Мне надлежит отныне работать умом, сдерживая порывы души и сердца. Просто идти вперед, принимая трудности, встающие на пути, трезво, без обид, раздражения и злобы. Всякая отрицательная эмоция должна немедленно заменяться действием, шагом вперед.

Эмоции и чувства миру не нужны, переживаниями, даже самыми высокими и благими, не достигнешь цели.

*Благословляю себя на то, чтобы начать новую жизнь, в которой будет все то, о чем я мечтал!*

*Благословляю себя без боли и осуждения принять мир, людей, обстоятельства такими, каковы они есть!*

*Благословляю себя действовать спокойно, расчетливо и настойчиво, как хирург!*

## Б

### **Будущее может быть действительно удивительным и прекрасным! Если...**

**я буду для этого действовать. Причем не сумбурно, а без эмоций, без фантазий буду последовательно работать, чтобы продвигаться к своей мечте. Сегодня достаточно сделать только один шаг, но его нужно сделать именно сегодня, а не завтра. Ибо в действительности завтра или послезавтра – это значит НИКОГДА!**

Я живу без будущего. Я наивно, по-детски полагаю, что будущее каким-то чудом само собой сотворится и все будет так, как мне бы хотелось. Но это ужасное заблуждение. Я не должен надеяться на лучшее, оно и так у меня есть, ибо Всевышний дал мне разум, силы, чувства и в конце концов, а вернее, прежде всего – жизнь. Теперь с помощью этих инструментов я имею возможность ежедневно творить, моделировать свою желаемую жизнь и в подлинном смысле созидать свое будущее.

Я постоянно отдавался на волю жизненного течения, которое несло меня неведь куда. Я доверял «разуму» этого потока, полагая, что он знает, что делать, чтобы привести меня наконец в страну моей мечты. Однако оказалось, что это был просто ветер, который носил меня по миру, как песок, и просто демонстрировал мне жизнь, а не делал ее. Я благодарен, что за это время «броуновского» странствования многое увидел, познал, испытал и пережил. Мне это было необходимо, но теперь хаос должен быть отброшен и мне необходимо сотворить свой жизнесозидательный поток для самого себя. Сделать свою жизнь я могу только сам, она не двинется сама собой, ее невозможно нигде найти в готовом виде. Опустив руки, я буду до бесконечности носиться по поверхности бытия и никогда не пушу корня, чтобы вырастить зерно своей души, зерно, которым одарил меня Всевышний. Свою жизнь нужно не искать, не ждать, ее необходимо творить!

А для этого прежде всего нужно делать самого себя. Во мне, как и в каждом человеке, присутствуют как небесные, божественные зерна, так и семена сорняков, и поэтому, если я не буду культивировать в себе светлое, доброе, творческое, то оно так и будет вечно забиваться сорняками и поле моего сердца станет похоже на заброшенный участок, где среди травы затерялись прекрасные цветы.

И самое главное, я не должен полагаться на спонтанность, на порывы души, на взлеты духа, которых и так хватает у меня, но из них в земном плане так ничего и не вырастает. Нужна система жизни, а не импульсы и всплески. Я и так слишком часто пытался «пробить» обстоятельства, надеясь достигнуть своей цели одним сильным ударом. При этом я просто разбивался об очередную стену и отползал назад, обвиняя весь мир и всех людей в невежестве, темноте и бесчувственности. Потом зализывал душевные раны и вновь мечтал о том, что придет тот час, когда я все-таки пробью, взломаю все стены и сразу стану победителем. Но жизнь поддается не ударам, а неустанной руке шлифовщика. Успех наращивается трудом, а не сваливается на голову. Победа подобна бриллианту, который вырабатывается из алмаза мастерскими усилиями, а не зубилом и молотком. Только последовательная, спокойная, непрерывная работа приносит реальные плоды.

Конечно, очень тяжело человеку вдохновенному удерживать себя в мирских рамках, подчиняться плану действий, приземляя свои душевные импульсы, но иного пути нет! Именно потому, что многие талантливые люди не смогли себя заставить жить и работать по системе,

они потерпели крушение, тогда как другие, менее талантливые, менее просветленные, свободные от порывов чувств, действовали непрерывно и добились многого.

Извечно противостояние духа и материи. Дух не может найти места на земле и потому всегда парит в небесах, а материя живет в своем невежестве и не собирается изменяться к лучшему. Низвести духовные озарения на землю, суметь трансформировать их в материальные дела есть путь не только для единиц, но и для всего человечества. Это сверхзадача для цивилизации, но реализуется она посредством усилий единиц, одной из которых являюсь и я.

В мире людей многие тысячи лет идет четкое разделение между теми, кто ходит по земле, и теми, кто парит в небесах. Это словно противоборствующие стороны, каждая из которых ненавидит и презирает другую. Люди не от мира сего обвиняют приземленных людей в том, что они погрязли в инстинктах и пороках, а обвиняемые между тем владеют всеми материальными богатствами и им наплевать на чудаков, выискивающих какую-то эфемерную истину, которую даже на хлеб не намажешь. Итог такого разделения: невежественные руководят и владеют миром, а просветленные в нищете сидят по своим углам и ждут наказания, страшного суда, который наконец восстановит справедливость.

Я пробовал уходить от мира, отдавшись полностью духовному, пытался жить в мире, отодвигая духовное на второй, задний план. Но ни то, ни другое меня не удовлетворило, не принесло гармонии, покоя, умиротворения, ибо одно без другого – как птица без одного крыла. Небесная жительница не может летать, если у нее нет одного крыла, и неважно какого, правого или левого, – полет все равно не состоится. Следование чисто духовным целям приводит к нищете, и рано или поздно приходится просить денег у тех недалеких людей, которых ты презираешь за их приземленность. Занятие же чисто мирскими делами, когда ты преследуешь только материальные цели, так же разрушает, ибо сами по себе деньги, мирские блага не приносят радости и благодати. Нужен третий путь.

Жизнь заставила меня его найти. Он есть, он возможен, он реален!

Для этого я должен мысленно представить ту жизнь, какой бы я хотел жить, и держать это видение в своем уме. Потом я должен подготовить план действий и следовать ему неустанно. При этом придется менять себя, привыкая к повседневному труду, ибо подняться на вершину возможно только при определенной тренировке тела и духа, для чего нужна система, т. е. непрерывность и фанатическая настойчивость в усилиях над собой. Все победители без исключения – своего рода фанатики, одержимые достижением своей цели. И это не болезнь, а здоровая мобилизация сил, внутреннего потенциала, концентрация действий в одном направлении.

Я выбрал вершину, которую нужно штурмовать, которой нужно овладеть. Я вышел в дорогу. Я держу в уме свою мечту. Я разработал план действий и стараюсь следовать ему каждодневно. Теперь я ни в коем случае не должен повернуть назад. Ах, сколько раз я возвращался, когда мне преграждало путь очередное препятствие: неудача, обида, обман и т. д. Теперь нужно идти до конца, а это может быть лишь в одном случае – если напрочь лишит себя возможности отхода, отступления, возврата в старую, душную «конуру», в которой я мучился всю свою жизнь.

Поэтому теперь я действую так, чтобы у меня не было пути назад. Я живу, работаю, иду по жизни таким образом, чтобы повернуть назад у меня уже не было никакой возможности. Я уничтожаю последний шанс к отступлению и смотрю только вперед. Теперь какие бы трудности ни встали на моем пути, я вынужден с ними справиться. Я не могу не преодолеть их, ибо у меня нет иного выхода, ведь я лишил себя права выбирать. Для их разрешения мне придется принимать жизнь, людей, обстоятельства такими, какие они есть, а главное, мне придется, хочешь или нет, менять себя: избавляться от всего пустого, невежественного, наносного, которое в избытке накопилось в моем существе. Я намеренно создаю такую ситуацию, когда я, подобно заготовке, не имеющей заднего хода, сознательно двигаюсь навстречу ножам, которые меня обработают, и я выйду после этого совсем иным – преображенным и совершенным.

Я всегда себе готовил отступление и поэтому почти никогда не доходил до конца, свернув назад с полдороги.

Конечно, мне и сейчас страшно. Мне страсть как хочется поддаться прежней привычке, пуститься наутек, чтобы передохнуть, подумать о смысле жизни да и еще много о чем, лишь бы забиться в норку и очередной раз отсидеться, найдя оправдания своему отступлению. Благо – их всегда достаточно производит мой ум. Но теперь назад дороги нет, я предпринял уже такие действия, какие исключают саму возможность даже мысленно представлять это. Я лишил себя права думать о поражении: у меня нет теперь шанса на успех, у меня не осталось выбора, кроме как победить, добиться цели, взять высоту.

Как непривычно, когда нельзя повернуть назад, в прошлое! Теперь возможно только будущее, о котором я всю свою жизнь мечтал. И сейчас стоны, нытье и мудрствования не помогут. Нужно трансформировать себя. Когда кажется, что это уже нереально, нужно находить выход, когда его нет, нужно делать то, что считалось ранее невозможным, невыполнимым и непреодолимым. Если раньше я должен был убеждать себя в том, что нужно себя изменить, то сейчас, когда я один на один со своей вершиной, когда я вышел на свою дорогу, у которой нет пути назад, я не имею возможности не совершенствовать себя.

Как просто все оказалось! Будущее наступит лишь тогда, когда ты отрежешь себе отход в прошлое!

*Благословляю свое счастливое будущее, которое буду творить сам!*

*Благословляю свой новый путь в жизни, в котором нет дороги назад!*

*Благословляю те перемены, которые я должен совершить в себе, чтобы взойти на свою вершину!*

## В

**Всегда найдутся веские аргументы и доказательства, чтобы вынести себе окончательный приговор в том: – что моя жизнь не удалась; – что я все равно ничего не смогу добиться в этом мире; – что все мои усилия бесполезны; – что для меня в этой жизни все кончено и больше ничего хорошего не будет.**

Я буду абсолютно прав, если это будет касаться моей прошлой жизни, когда я по сути только и делал, что ждал от судьбы чего-то лучшего, а не действовал по жесткой программе. Теперь я могу и должен найти противоположные аргументы, и самое важное то, что они есть!

Я отменяю вынесенный самому себе выше приговор и принимаю новые утверждения о себе и своей жизни, которые кладу в основание нового сознания.

– Во-первых, моя жизнь не так уж и не удалась, как кажется, ведь я приобрел грандиозный опыт!

– Во-вторых, кто сказал, что я не могу ничего добиться в этом мире? Если я буду отныне действовать целенаправленно, методично, последовательно, а главное, безэмоционально и расчетливо, то разве я не добьюсь успеха?!

– В-третьих, мои усилия были бесплодны потому, что я слишком много ожидал от судьбы, от доброй воли людей, сознательности общества. Теперь я ставлю точку на таком подходе к жизни и начинаю отсчет иного, творимого мною бытия, а это значит, что мои новые усилия будут неизбежно плодотворны и продуктивны!

Так что моя жизнь не кончена, она только начинается. Если что и завершилось, так это мое прошлое, негативное отношение к себе, людям и обстоятельствам.

Как привык я низвергать себя в пропасть отчаяния, безнадежности и уныния! Насколько срослись с моей плотью убеждения, что моя жизнь не удалась и во всем виноваты судьба, злой рок, родители, близкие, плохие люди, неблагоприятные обстоятельства и т. д. Я всегда выискивал против себя обвинения в несостоятельности своих надежд, планов, усилий – и находил их. Я был прокурором для самого себя, отныне я буду для себя адвокатом.

Как только я спотыкался, тут же впадал в состояние безысходности, погружался в атмосферу бессилия, невозможности что-либо изменить. Мир представлялся мне океаном зла, который хочет поглотить или утопить меня, а я – лишь жалкая, ничтожная щепка, которая борется с бушующими волнами и ничего не может сделать. Сколько ненависти я испытывал к себе, какими только судами я не судил себя, какие казни не приуговливал себе в воображении! Довольно! Такое отношение к себе – болезнь. Я больше не буду любить боль, которую я доставляю, приношу сам себе.

В юности я увлекся буддизмом. Первая благородная истина Будды о том, что жизнь есть страдание, отзывалась в моей душе, была близка моему мировоззрению. Это понятие вошло в мои плоть и кровь, в мои разум и сердце. К сожалению (или к счастью), такое отношение к жизни руководило моими мыслями, поступками и делами. Постоянно присутствовало чувство, что что бы я ни делал, чем бы ни занимался, к чему бы ни стремился – ничто в конечном счете не имеет смысла и все это кончится ничем. Так стоит ли суетиться и пытаться что-нибудь делать?! Каждый совершенный мною шаг на этой земле был двойственен, я сомневался

во всем и подвергал анализу любое свое действие, и поэтому это походило на топтание на месте. Это ужасно.

Не хочу ставить под сомнение путь Будды, т. е. отречение от действительности, уход от людей в пустыню, где можно предаться небесным медитациям. Может быть, такой путь кому-то действительно подходит. Однако как ни пытался я уйти от жизни, она везде и всегда доставала меня, причем самым бесцеремонным образом. Конечно, есть подвижники, которым Господь изначально определил путь отшельничества и полного отречения от мира, но таких единицы, и то, что подходит единицам, совершенно не подходит другим. Напротив, попытка подражать кому бы то ни было крайне вредна и наносит порой непоправимый ущерб и моральному, и физическому здоровью.

У Будды свой путь, он мог отвергнуться от мира, а я не могу. И более того, уходить от жизни значит оставлять мир в его невежестве и несовершенстве. Легко достигнуть покоя и гармонии вдали от суеты, тревог и волнений, где-нибудь на вершинах великолепных и живописных гор, но счастье нужно находить на самом дне жизни. Свет наших душ должен быть низведен во тьму, чтобы тьма стала светлее.

Я сумел поверить, что моя жизнь – это мучение, переживание и несение креста. Поэтому я воспринимал бытие через эту призму и рассматривал эволюцию своей жизни как переход от одного страдания к другому. Все в конечном счете теряло смысл, и такой взгляд на жизнь взрыхлял фундамент моих замыслов раньше, чем я начинал на нем что-либо возводить. Я поднимал ногу, чтобы сделать шаг, а внутренний «мудрец» предостерегал: «А нужно ли это? Может быть, повернуть назад? А может быть, вообще ничего не делать? Да и зачем дергаться, если все равно жизнь не имеет смысла!» Я загнал себя в тупик, я ненавидел себя. Я считал себя недоделанным, неудачником, неспособным и обреченным на существование, подобное черепахе, которая ползет по земле и тащит свой хвост по грязи. Я не видел своего места в жизни, не представлял, какая может быть от меня польза, раз люди не слышат и не понимают меня. Как я могу найти себя в жизни, если общество не способно представить, к каким вершинам возносится дух мой, если людям нет до этого никакого дела?

Можно ли было чего-либо добиться при таких настроениях?

Если я думаю, что жизнь – страдание, то она действительно становится страданием, ибо я ей задаю свою программу, модель. Чтобы отказаться от таких воззрений, нужно отречься почти полностью от себя, ибо во мне слишком много этого «страдания». Но иного пути нет, и я должен сбросить эту старую, изношенную одежду обиды и ненависти как к самому себе, так и ко всему миру. Мне надлежит сорвать со своих глаз вуаль безнадежности любых моих усилий на этой земле, их обреченности на поражение и провал.

Теперь я говорю себе, что жизнь создана для радости и любви, для счастья и гармонии!

**Жизнь – это то, что я чувствую.** А это значит, что я могу, переменяя чувства, изменить свою жизнь – это в моей власти, и это право дано мне свыше. Я всегда думал, что все лучшее у меня где-то впереди, а сегодня надо потерпеть и помучиться. И таким образом я превратил свою жизнь в непрерывное пребывание во тьме в ожидании грядущего света. И следственно, мое счастье ускользало от меня и постоянно пряталось где-то за горизонтом, за горами, за морями. Я никогда, по сути, не жил сегодняшним днем, напротив, я стремился быстрее его прожить, а вернее, просуществовать в нем, чтобы дожидаться счастливого завтра. А назавтра повторялось то же самое, и так в течение 42 лет.

Теперь я буду жить и быть сейчас. Если сегодня я не стану счастливым, то я не буду счастлив никогда! Я больше не последую за «морковкой» – надеждой, которую сам же подвесил перед своим носом, я буду каждый день «съесть эту морковку», и если сегодня я ее не «съел», значит, я потерял один день своей жизни, он ушел бесследно и навсегда.

Я должен получать благодать от жизни каждый день. Нужно быть радостным не тогда, когда все меня признают, поймут и примут, а сегодня, когда я никому не нужен, когда никто

обо мне не знает и знать не хочет. Я могу и должен быть счастлив только в данную минуту, в данное мгновение – тогда вся моя жизнь будет счастьем.

*Благословляю себя навсегда отречься от самообвинений, самоунижений и самобичеваний!*

*Благословляю в себе неумолимого адвоката, который в любой ситуации, при любых обстоятельствах, что бы я ни сделал, оправдает и мои ошибки, и заблуждения, и падения!*

*Благословляю себя каждый день получать от жизни благодать!*

## Г

### **Груз прошлых неудач, падений и поражений не должен висеть на моих ногах.**

В моей прежней жизни было и хорошее и плохое. Но все это было! Оно ушло навечно и теперь не должно придавливать меня к земле. Мои ноги должны быть легки и стремительны для движения в новую жизнь. Подлинное изменение со мною может произойти лишь тогда, когда я сброшу груз прошлого.

Я слишком сросся с прошлым, оно довлеет надо мною сегодняшним. Каждая моя попытка рвануться вперед заставляет тут же ощутить, насколько старые привычки – не любить себя, винить себя за каждую мелочь, просчет, ошибку – сильны и стойки в моем сознании. Когда я стараюсь думать, что теперь все будет по-другому, по-новому, мой мозг не способен это принять, и он возвращает меня к накатанным, избитым дорогам прошлого, где я терпел поражение и крах. Тысячу и один раз я могу твердить себе каждый день, что я отпускаю прошлое, что оно ушло, что я стал другим человеком, но слова остаются словами, и они носятся по поверхности моего существа, не проникая в его глубины. Я чувствую ложность этих слов-самоубеждений, и от этого становится еще более противно и гадко на душе. Самовнушения о том, что нужно оставить свое прошлое позади, что нужно простить себя, весь мир, людей, которые обижали тебя в прежней жизни, вызывают в моей природе, как ни странно, обратную реакцию. Ибо в глубине души я понимаю, что ничего изменить на самом деле нельзя, я все равно останусь прежним и никакое гармоничное, радостное будущее мне не светит.

Я прочитал множество книг по самосовершенствованию, одни мне нравились больше, другие меньше, во многих есть интересные идеи, прекрасные наставления, но они не смогли прошибить стену, воздвигнутую многолетними привычками в моем сознании. «Замечательные мысли! – восклицал я, читая книги. – Но не более того». Ведь они не проникали вглубь моей природы, они скользили по поверхности моего ума и не меняли его модификации. Я устал от изящных самоуговоров, мне нужна была сила, которая, как стрела, пройдя через все заслоны, панцири моего наращенного опыта, войдет в мое сердце и заставит его жить, стучать, вибрировать и чувствовать по-другому. Сколько времени я потратил на так называемые самонастрои, когда тысячу раз нужно повторять нечто подобное: «Я чувствую себя хорошо! У меня все получится! С каждым днем мне радостней жить! Я сильный, я смелый, я решительный!» Глупее занятия я не видел. Ибо можно убедить словами кого угодно, даже весь мир, но не самого себя. Себя уверить ни в чем невозможно. Мой мозг запрограммирован на безнадежность, и потому, что ни вкладывай в него, он может лишь сменить наружные окраски и тона, но не способен радикально трансформировать ход мыслей, так как необходимо принципиальное изменение самой программы. А ее не переустроишь запросто, тупым повторением слов, которые ничего не значат для самого процесса моделирования мыслей и чувств.

Когда мне советуют любить, у меня возникает сопротивление; когда мне предлагают простить, у меня рождается осуждение; когда мне говорят «забуди», я вспоминаю. Замкнутый, дурной круг! Таково свойство психики человека. Я понимал, что тут нужна какая-то хитрость, ход конем, который бы проламывал все заслоны, стены, границы, и свет мог проникать глубоко в душу. Как ни странно (или не странно), я нашел ключ, открывающий все двери. Причем ответ пришел сам собой, сама жизнь подсказывала, как избавляться от груза прошлого.

**Нужно заниматься любимым делом, полностью погружаться в процесс созидания, творчества, работы, и тогда весь мусор прошлого автоматически выметается и удаляется из души и сердца.**

Если хотите, то лично для меня это – единственное лекарство, которое действительно лечит и приносит подлинные плоды, а не сиюминутные призрачные настроения умиротворенности и гармонии. То, что заносилось в мою плоть, память годами, десятилетиями, невозможно исправить за один день, нельзя удалить разовым усилием воли. Мое прошлое – это скала, это окаменелый негативный опыт. Мои усилия в процессе занятия любимым делом – волны, которые способны разбить эту скалу. А для этого нужны не только терпение, воля, но и ежедневные, постоянные возмущения поверхности моего бытия, т. е. жизнь моя должна стать непрерывным потоком созидания без пауз, отпуска и перерывов.

Многие системы самосовершенствования убеждают в быстроте самоизменений, для чего нужен мощный импульс. Однако на меня не действуют толчки, вернее, действуют, но результат выходит очень кратковременным. Это всегда необычайно смущало меня, заставляя думать, что я не такой, как все, что я безнадежен и у меня никогда и ничего не получится. И действительно, я не такой, каким должен был быть «стандартный» ученик. Меня трудно перестроить разом, но можно переделать постепенно любимым делом. Теперь любимое дело – мой лучший врач и целитель!

Едва лишь я отхожу от процесса занятия любимым делом, как тут же на меня наплывает уныние, которое записано в программе моего мозга. Но как только я погружаюсь в созидание, творчество – тучи рассеиваются, подобно утреннему туману, и на душе становится легко и радостно. Как все просто! Никаких уговоров, никаких самонастроек, никаких копаний в себе. Я уже столько рылся в собственном мусоре, пытаюсь от него избавиться, но ничего из этого не вышло.

Я порядком устал от мудрости, от наставлений, каким я должен быть и что мне нужно делать. Ибо в жизни можно быть либо мудрым, либо счастливым, я выбираю второе. Я не хочу изображать себя мудрецом, я не желаю играть с самим собой, обманывая самого себя, что, дескать, мне стало лучше, когда по сути ничего не изменилось. Я вождедею просто жить и любить себя и все, что вокруг меня. Но любить не потому, что так нужно, не оттого, что этого требуют нормы морали, а в силу того, что это чувство само льется из моего сердца, ибо я такой на самом деле есть. А для этого мое сердце должно быть открытым и свободным. Подлинная радость приходит, когда забываешься и растворяешься в любимом деле. Все остальное – мудрствование и философия для тех, кто намеревается, не вылезая из кровати, взобраться на Эверест.

Любимое дело лечит меня, я постепенно привыкаю к новому образу мыслей, я приучаю свой мозг думать и воспринимать мир по-доброму. Весь груз прошлого освобождает мои ноги, и я иду спокойно, легко и уверенно. В моем существе не остается места чему бы то ни было кроме созидания, я забываю самого себя, ибо становлюсь частью того процесса, который сам творю.

## **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.