



Smart Reading
Smartest ways to improve your

The Code of
The Extraordinary
Mind:
10 Unconventional
Laws to Redefine
Your Life and
Succeed On Your
Own Terms
Vishen Lakhiani



Код экстраординарности

10 нестандартных способов добиться впечатляющих успехов

Вишен Лакьяни

Smart Reading

**Ключевые идеи книги: Код
экстраординарности. 10
нестандартных способов
добиться впечатляющих
успехов. Вишен Лакьяни
Серия «Smart Reading.
Ценные идеи из лучших книг»**

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=51799495

*Вишен Лакьяни. Код экстраординарности. 10 нестандартных способов
добиться впечатляющих успехов:*

Аннотация

Этот текст – сокращенная версия книги Вишена Лакьяни «Код экстраординарности. 10 нестандартных способов добиться впечатляющих успехов». Только самые ценные мысли, идеи, кейсы, примеры.

О книге

Жизнь человека – в некотором смысле компьютерная программа. Программист способен изменить программу, если

знает программный код. Человек может переписать программу своей жизни, если знает код жизни.

Что такое код жизни или код экстраординарности? Это определенные законы, по которым функционирует жизнь: как люди общаются, работают, поклоняются высшим силам, делают деньги, влюбляются и становятся счастливыми.

Основатель Blinkist, Mindvalley и создатель курса «Твой разум без границ» Вишен Лакьяни в книге «Код экстраординарности» делится пошаговой стратегией выхода из ограничений, которые создает разум человека. Прочитайте книгу – и вы получите 10 рабочих способов пересмотреть жизнь, прорваться через навязанные заблуждения и воплотить мечты в реальность.

Зачем читать

- провести ревизию своих убеждений и подняться по всем четырем ступеням осознанности;
- достичь ясности в поисках своего предназначения и двигаться к нему;
- научиться управлять реальностью и узнать, как достичь самых дерзких целей.

Об авторе

Вишен Лакьяни (Vishen Lakhiani) – предприниматель, писатель и мотивационный спикер. Основатель трех успешных компаний: Blinkist, Dealmates и Mindvalley. Управляющий директор в Mindvalley – образовательной онлайн-компании, в которой проходят обучение более трех миллионов студентов по всему миру.

Один из ведущих мировых экспертов по корпоративной культуре, получивший множество наград за дизайн рабочего

пространства. Основатель трансформационного фестиваля A-Fest и популярного приложения для медитации Omvana.

Содержание

Код экстраординарности	7
Проведите ревизию своих убеждений	9
Не верьте на слово	13
Пробуждение	16
Конец ознакомительного фрагмента.	17

**Краткое содержание книги:
Код экстраординарности.
10 нестандартных способов
добиться впечатляющих
успехов. Вишен Лакьяни**

**The Code of The Extraordinary Mind: 10 Unconventional
Laws to Redefine Your Life and Succeed On Your Own
Terms**

Vishen Lakhiani

www.smartreading.ru

Код экстраординарности

*Жизнь человека можно сравнить с программой на компьютере. Программист способен изменить программу, если знает специальный код. **Человек может переписать программу своей жизни, если знает код жизни.***

Что такое код жизни или код экстраординарности? Это определенные законы, по которым функционирует жизнь: как люди общаются между собой, как действуют на работе, как поклоняются высшим силам, делают деньги, влюбляются и становятся счастливыми.

Код состоит из четырех ступеней осознанности.



Схема. Четыре уровня осознанности

Уровни располагаются от простого к сложному:

Уровень 1. Жизнь в культурном пространстве: мир во-

круг вас.

Уровень 2. Пробуждение: мир, который вы выбираете.

Уровень 3. Перепрограммирование: мир внутри вас.

Уровень 4. Незаурядная жизнь: мир, который вы можете изменить.

Культурное пространство – это общество, в котором вы родились и росли. Общество, которое запрограммировало вас на определенные ценности и правила поведения. Это то место, где находятся 80 % людей всего мира, которые даже не задумываются о том, что они делают. Они просто следуют определенным старым традициям, которые не имеют смысла в современном мире.

Культурное пространство определяет, с кем заключать брак, сколько детей заводить, получать ли высшее образование, кем престижнее работать, как правильно питаться, во что верить и т. д.

Культурное пространство управляет жизнью людей через ограничения и внушения, как они должны поступать в определенных ситуациях.

Проведите ревизию своих убеждений

Мы часто не замечаем, что живем по правилам, которые придуманы кем-то давным-давно. А сейчас эти правила могут быть уже неактуальны. Если принять тот факт, что это пространство ограничений существует только в головах людей, то управление своей жизнью перейдет к вам.

Может быть, вам не нужно быть богатым, чтобы быть счастливым? Может, вам быть духовным, но не религиозным? Может быть, нормально чувствовать грусть и депрессию время от времени?

Наше общество считает, что путь к успеху должен быть ровным и непрерывным. А что если жизнь не должна быть безопасна и благоразумна? *Вишен уверен, что ценность безопасности чрезмерно преувеличена. Стремление к безопасности удерживает от жизни, в которой мы могли бы испытать восторг, открытия и радость.*

Качество жизни



Схема. Представление о безопасной жизни

Качество жизни



Схема. Жизнь с риском

***Способ 1. Выйдите за пределы
культурного пространства***

Экстраординарный разум хорошо видит культурное пространство и способен выбирать, каким правилам и

убеждениям следовать, а какие ставить под сомнения или игнорировать. Поэтому он меняет представление о том, что такое настоящая жизнь, и прокладывает новые пути к ней.

Не верьте на слово

Очень часто мы принимаем решения, основываясь не на собственном разуме и желаниях, а на том, что одобрит семья, культура и наше окружение.

Однако мир стремительно меняется, а убеждения за ним не успевают. Именно поэтому полезно подвергать их сомнению.

Все люди обязаны окончить университет? Счастливый брак возможен только среди людей одной веры и национальности? Религия дается родителями и ты должен принадлежать только ей? Чтобы преуспеть, надо тяжело и долго работать?

На английском Bullshit rules – Brules. Автор любит придумывать новые слова, комбинируя два слова вместе. В русском переводе книги это было переведено как «дура-вила» – дурацкие правила. Хотя точнее будет сказать, что это «чепухаравила»

Как бессмысленные правила оказываются в голове?

1. Впитываем их в детстве. Авторитарные родители часто насаждают свои правила поведения и не терпят критики.

2. Верим авторитетным людям. Значимые люди, особенно от которых мы зависим, формируют наше поведение через желание соответствовать и вызвать одобрение. Это могут быть родственники, учителя, друзья, знаменитости и начальники.

3. Желаем принадлежать группе. Стадный инстинкт. Это могут быть партия, команда, клуб, церковь, у которых есть свои убеждения и правила. Часто это поведение заметно у подростков.

4. Поступаем «как все». Реклама сказала, что новый продукт – это круто или полезно, значит, надо купить.

5. Придумываем свои правила из-за внутренней уязвимости, чтобы избежать разочарований в будущем.

Тест на присутствие бессмысленных правил

Если вы сомневаетесь, относится ли ваше убеждение или правило к бессмысленным, то попробуйте ответить на пять вопросов:

1. Основано ли оно на доверии и вере в людей? Если получается негативный ответ, то, скорее всего, это правило требуется пересмотреть.

2. Нарушает ли оно золотое правило – поступай с другими так же, как хочешь, чтобы поступали с тобой? Если ваше убеждение подразумевает деление людей на

высших и низших по любым критериям, то это плохое правило.

3. Сформировалось ли оно под влиянием религии или культуры? Если да и оно вам не нравится, то откажитесь от него.

4. Это собственный выбор или навязанное мнение? Если оно не улучшает вашу жизнь, не следуйте ему.

5. Приносит ли оно счастье? Если нет, то стоит задуматься о бессмысленности следования этому правилу.

Если вы осмелитесь поставить под сомнения глупые и навязанные правила, то у вас появится шанс отказаться от них. А значит, вы сможете жить на собственных условиях и, может быть, именно вы внесете вклад в развитие нового культурного пространства.

Способ 2. Оспорьте бессмысленные правила

Экстраординарный разум подвергает сомнению бессмысленные правила, когда они мешают желаниям или мечтам. Разум понимает, что мир развивается, когда он вырабатывает новые убеждения и следует им.

Пробуждение

Как только вы поймете, по каким правилам вы хотите жить, вы изменитесь. И ваша жизнь станет намного интересней.

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.