

Я – АРХИТЕКТОР

Книга, которая ведет вас домой
Книга об архитектуре вашей жизни

Антон Гарустович



Антон Леонидович Гарустович
Я – архитектор. Книга, которая
ведёт вас домой. Книга об
архитектуре вашей жизни

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=67028268

ISBN 9785005563712

Аннотация

Представьте: Вы создаете вокруг себя пространство, которое раскрывает на 100% все Ваши способности! В нём Вы можете быстрее достигать целей и гарантированно улучшаете уровень своей жизни. Книга даёт необходимые знания и актуальные упражнения, которые помогают развить навыки осознанного создания среды, от выбора обоев и мебели до создания пространств для бизнеса и целого города. Описанная тут теория базируется на психологических и научных методах, и на моём профессиональном практическом опыте.

Содержание

Предисловие	5
Глава 1. Пространство никогда не молчит	11
Что самое главное в пространстве для любого человека?	15
Глава 2. Пространство города	25
Глава 3. Осознанное проектирование	44
Конец ознакомительного фрагмента.	47

**Я – архитектор
Книга, которая ведёт
вас домой. Книга об
архитектуре вашей жизни**

**Антон Леонидович
Гарустович**

© Антон Леонидович Гарустович, 2021

ISBN 978-5-0055-6371-2

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Предисловие

Представьте себя в ясном состоянии сознания. Представьте, как легко можно создавать пространства. Представьте, как приятно находиться в доме, который вам доставляет удовольствие каждой линией; в офисе, который помогает вам реализовать свои цели; в городе, который каждой улицей и домом излучает дружелюбие и безопасность. И как приятно осознавать, что все это легко можно создать и сделать. Вы поймете и примените простые методы по мере прочтения этой книги.

Представьте этот сладостный момент, когда вы ждете награды или получаете удовольствие от занятия, которое приносит огромные изменения в вашу жизнь и окружение.

Представьте, как легко и просто выстраивается ваша счастливая судьба; как вы живете в тех домах, которые нравятся; как вокруг появляются люди на одной волне с вами, с которыми вы вместе создаете прекрасные проекты. И вместе с каждым проектом проявляется ваша цель в жизни, ваша миссия для общества. Вы становитесь необходимым и нужным человеком для семьи, друзей, заказчиков и общества города. Это ведь так приятно.

Если вы чувствуете приятное покалывание по всему телу от каждого из этих представлений, давайте начнем изучение вашего внутреннего пространства. Оно поможет создавать

великолепную внешнюю архитектуру вашей жизни.

Как каждый человек понимает, что ему хорошо? Что он будет жить долго и гармонично? Понимание существования и удовольствие от пространства – это признак ресурсного пространства, где выживание и существование наиболее успешно и возможно своеобразное бессмертие народов в красивых странах. Если посмотреть на пирамиду потребностей человека, то люди в таких пространствах закрывают их удовольствиями.

В этой книге вы найдете, как разные типы нервных систем получают удовольствие. Рассмотрим, какой способ выживания больше движет, и почему ради удовольствия важно иногда испытывать боль. Причем меньшее удовольствие идет в жертву большему. Но чем большему количеству людей другой человек приносит удовольствие своей деятельностью и чем больших уводит от боли, тем важнее он для общества.

Все эти нюансы просматриваются и отражаются в нашей окружающей среде, поэтому настоящий архитектор может сильно влиять на способность выживать целых цивилизаций. И в этой книге мы поговорим об убеждениях, которые необходимы для такой деятельности.

Но интерес в другом: эти следствия с системной способностью к выживанию и счастью являются предпосылкой к созданию пространства, где люди счастливы и нет опасностей. И мы поговорим о том, как пространство может предотвра-

щать катастрофы.

Эта книга дает навыки и способности к созиданию важнейших вещей и умению это делать для общества и каждого отдельного человека. Это то, как действует настоящий архитектор. Чтобы помочь почувствовать это на практике, в книге множество упражнений, которые помогут получить новые навыки и знания. Ведь теория сильно отличается от практики, поэтому важно ответственно подходить к упражнениям из книги. Пусть они помогут вам научиться мечтать глубоко и широко за короткое время.

Одна из важнейших вещей для любого человека при прочтении книги – «зефирный тест»¹. Это эксперимент, в ходе которого дети выбирали вкусную награду немедленно или немного ждали, и награда удваивалась.

В ходе книги будут приведены упражнения и практики, как большие, так и короткие, которые выделены курсивом. Для полного получения желаемого эффекта от книги,

¹ Исследование отсроченного удовольствия, которое провел У. Мишел в конце 1960-х и начале 1970-х годов. В этих исследованиях детям предлагали выбор между одним небольшим вознаграждением, которое они получали немедленно, и увеличением награды вдвое, если они смогут терпеливо ждать ее в течение короткого периода (примерно 15 минут). В течение этого периода экспериментатор покидал комнату, чтобы вернуться после ожидания. Вознаграждением были зефир, печенье или сухарик. В последующих исследованиях Мишел обнаружил неожиданные корреляции между результатами «зефирного теста» и жизненными успехами детей много лет спустя. Первое контрольное исследование в 1988 году показало, что «дети дошкольного возраста, которые были способны растянуть удовольствие подольше, были описаны более чем через 10 лет спустя своими родителями, как подростки, которые были значительно более компетентными».

при прочтении позвольте себе их выполнить не торопясь, с большим вниманием, а результаты зафиксировать.

Вот и вы попробуйте растянуть удовольствие от книги. Вы будете шаг за шагом замечать, как преобразуется пространство вокруг, доставляя вам все больше и больше удовольствия, делая вашу жизнь радостнее и приятнее. У вас появятся ресурсы для реализации планов и проектов. Если вы будете ухаживать за пространством, то почувствуете, что оно заботится о вас.

Раньше я занимался наукой, но это совсем не то. Слишком много комитетов, посредников для того, чтобы продвинуть простую идею. Проще написать книгу, чтобы каждый мог оценить ее. Это не наука, но система практик, которая поможет сделать вашу жизнь лучше.

Вы научитесь понимать людей, и они захотят реализовать свои потребности через ваш проект. Поймете, как работает подсознание в малой и большой социальных группах и даже увидите взаимосвязи целого города.

Узнаете, как внутреннее пространство проецируется вовне, и как все вокруг влияет на ваше восприятие. Как от психотипа зависит выбор формы и цвета, фактуры, материала и архитектуры. Почему выбор штор иногда разбивает семьи, и как дизайнер интерьеров становится психологом, чтобы учесть благополучие семьи. И что важнее – реализуете и ощутите, что всегда хотели создать пространство вашей мечты.

Задача этой книги – прежде всего помочь понять внутреннюю архитектуру людей и помочь ей реализоваться в гармоничном мире. Когда вы сможете понять людей, то сможете создать любой проект, потому как ваша цель станет целью многих.

Книга даст вам более глубокий взгляд на суть архитектуры и научит воспринимать пространство глубже, на уровне подкорки. Покажет, что его можно менять в зависимости от ваших предпочтений. Я хочу, чтобы вы искренне почувствовали, что влияете на пространство. Вы можете фиксировать в нем положительные эмоции и в последующем менять пространство целых городов. Вы сможете замечать внутренние связи нервной системы природы и человека, человека и пространства, человека и архитектуры. Научитесь читать мысли народа текстами зданий. Заходя к знакомым, полностью понимать их характер и предугадывать поведение. Выстраивать и прогнозировать будущее пространства и свое.

Читая эту книгу, вы как будто прочтете тысячу книг. Я собрал в ней огромное количество информации по психологии и восприятию пространства, которые будут крайне полезны именно вам.

Я безмерно благодарен авторам, чьи книги навеяли меня на эти мысли, и ни в коем случае не претендую на их права. Но я позволил себе немного переосмыслить сказанное, чтобы направить их знания на понимание восприятия пространства человеком. Понимание создания пространства и взаи-

модействия людей для более гармоничного и эффективного метода проектирования, оформления и преобразования архитектуры пространства и мыслей окружающих. Чтобы мы завтра могли проснуться в более прекрасном мире.

Ведь из маленьких пространств, которые мы оформляем и преобразуем вокруг, и образуется наш общий с вами дом. Так сделаем его прекрасным и приятным для жизни. Чтобы каждый его уголок и деталь после прочтения этой книги стали приносить радость, удовольствие и счастье.

Если все люди будут понимать, что происходящее вокруг зависит от них, – пространство и архитектура станут совершеннее. Это станет толчком к тому, что будут рождаться сильные личности, которые смогут изменять пространство. Иногда одной фразы может хватить для мамы, которая прочитает ее ребенку, или бизнесмену, чтобы начались изменения в пространстве. Например: чем сильнее человек, тем больше пространства он изменяет вокруг. И, соответственно, чем он совершеннее, тем гармоничнее это пространство содействует цели. И в этой книге я постарался отразить это.

Давайте вместе погрузимся в пространство и посмотрим под другим углом на привычные вещи.

Глава 1. Пространство никогда не молчит

Закройте глаза. Прислушайтесь к звукам, которые вас окружают. Что вы слышите? Вы ведь что-то слышите. Как бы вы ни старались, вы не сможете остаться в абсолютной тишине без звукоизолирующих наушников.

Я прошу вас это сделать, чтобы вы задумались и поняли, что у людей нет возможности существовать в пустоте или вакууме. Каждый – часть огромного пространства. Дома, города, страны, планеты и Вселенной. В масштабах каждого из этих пространств вы будете чувствовать себя по-другому. Даже от мысли о том, как необъятна Вселенная, по коже пробегают мурашки.

Но давайте вернемся в то место, где вы находитесь сейчас. В ваш город, где вы живете и проводите каждый день. Сколько мест вы посещаете ежедневно? Вокруг вас всегда улицы, дома, бизнес-центры, рестораны и магазины. В одних местах вы проводите большую часть дня, в другие заходите лишь изредка. Но все эти места обладают определенной силой и энергией, и хотите вы того или нет, – она питает вас, влияет на самоощущение, мировоззрение и даже настраивает на успех. В общении людей формируется система, стремящаяся к устойчивости, а пространство может спровоци-

ровать стиль или суть этой системы.

Человек воспринимает 7 плюс-минус 2 канала или объекта восприятия, чаще всего это что-либо в основном фокусе человека или раздражитель, но это не совсем так. Человек несознательно воспринимает и пространство, а пространство воздействует на подсознание напрямую.

Состояние в пространстве и все окружение воспринимается в полутрансовом или даже трансовом состоянии, как будто под гипнозом. И если пространство влияет на наше поведение, то, возможно, оно влияет и на ДНК? Есть теория, и проводились исследования, согласно которым гипноз влияет на структуру ДНК людей.

У людей есть ресурсные состояния и нересурсные. Ресурсное состояние максимально располагает к творчеству и счастливой жизни, у человека появляются ресурсы для этого. У нересурсных – наоборот, происходит отток ресурсов, невероятное множество раздражителей: тревоги, сомнения и агрессия. Отсюда появляются серьезные нервные проблемы: интернет-зависимость, игромания, наркомания, депрессия, невроты, галлюцинации, психозы, шизофрения, раздражительность, гнев и саморазрушение. Это может проявиться не сразу, но увеличивается вероятность, если нервная система работает в некомфортном режиме, истощая ресурсы на компенсацию тревоги и угрозы.

Я написал эту книгу, чтобы вы почувствовали, насколько разным бывает пространство. Это не просто бетон и стекло.

Это мощный ресурс, с помощью которого люди меняют свою жизнь.

За многолетнюю карьеру архитектора в разных должностях я понял, насколько важно внимательно относиться к пространству и вещам, которые окружают каждый день. Мне не давала покоя мысль о том, что люди в погоне за своими целями и социальным статусом просто не замечают деталей пространства, где они каждый день работают, спят и проводят много времени. А это действительно важно, ведь пространство может вредить или помогать. Может стать союзником на пути к цели или наоборот – вязкой субстанцией, которая впитывает в себя энергию и не дает ничего взамен.

Давайте проведем небольшой эксперимент. Вспомните, сколько столов стоит в вашем офисе и как они расположены. Получается? А какого цвета обивка мебели в кафе, где вы были в последний раз? А сможете с ходу назвать все предметы на вашей кухне?

Большинство людей, которым я задавал эти простые вопросы, либо отвечали с минутной паузой, либо не отвечали вообще. Но даже если вы не можете вспомнить, эта информация все равно хранится у вас в памяти и воздействует на вас. Может показаться, что это не так. Но пространство никогда не молчит.

Эта книга поможет расширить взгляд на окружающее пространство, посмотреть на него осознанно. Понять, как заставить его работать на вас и запрограммировать на успех. Ведь

каждую секунду пространство влияет на вас, если вы находитесь в нем или просто вспоминаете: на настроение, эмоции, принятие решений и даже тело.

Человек воспринимает только 20% информации, остальные 80% – проходят бессознательно. И часто в эти 80% входит информация о пространстве, поэтому важно оформить его так, чтобы оно заряжало вас положительной энергией. О том, как это сделать и определить свое пространство, я расскажу в следующих главах. Мы вместе разберем методы, которые помогут преобразовать пространство и быстро увидеть положительный эффект.

Что самое главное в пространстве для любого человека?

Это комфорт и желание жить, творить, зарабатывать деньги, воспитывать детей, двигаться по карьерной лестнице и самореализовываться. Другими словами: каждый хочет чувствовать себя на вершине и в безопасности. «При чем здесь пространство?» – спросите вы. У вас в руках книга, которая отвечает на этот вопрос и не только. С каждой страницей вы все больше будете понимать, насколько важно то, где вы находитесь и что вас окружает. А с помощью упражнений на страницах вы сможете преобразовать пространство вокруг себя и станете чувствовать себя гораздо лучше, найдете для себя главное.

Эта книга научит вас, как улучшить пространство для процветания бизнеса, дома и даже города. Следующую главу мы начнем с того, что представляет собой общее пространство, в которое все мы погружаемся, выходя из дома.

Давайте проведем небольшое упражнение.

Закройте глаза. Представьте, как вы открываете входную дверь своего дома. Прогуляйтесь по дому: зайдите в кухню, спальню и другие комнаты. Вспомните, где висит ваша верхняя одежда, где вы проводите время. Проиграйте в воображении вчерашний день.

Картинка проявилась? Правда, что память моментально

показала вам привычное место? Каждый день каждая комната приносит вам некий набор эмоций. *Подумайте, какой.*

Отдыхаете ли вы в этом пространстве? Или оно настраивает вас на работу? А может, предметы в гостиной вдохновляют вас написать картину?

В процессе этого упражнения вы можете понять, что некоторые места, где мы находимся, не приносят позитивных эмоций, а единственно желание, которое они вызывают, — скорее выйти и вдохнуть воздуха. Это часто описывают с помощью слов «давящая атмосфера», «разрушающая, негативная энергетика». Жить или работать в таком пространстве не просто неприятно, но и опасно.

В позитивном пространстве меняются лица и жесты. Это влияет на то, как человек смотрит на мир, если он открыт, то его жесты шире, а на физиологическом уровне у него приподнимаются брови и раскрываются глаза. И естественным образом человек видит больше возможностей. В таком пространстве человек хочет проявлять и выражать себя.

Если же пространство агрессивно, то человек зажимается лицом, телом и всей своей сущностью. Соответственно, меняется мышление и структура тела. Негативные мысли превращаются в привычку, и человек привыкает ходить сутулым и зажатым, и все окружающее пространство становится таким же по отношению к нему. В негативном пространстве человеку хочется исчезнуть.

Проведите небольшой эксперимент и понаблюдайте за по-

ведением людей в разной обстановке. Оцените их поведение, невербальные жесты, открытость миру. Вы заметите, что даже воспоминания о каком-либо месте меняют жесты и эмоции. Тело не врет о пространстве, в котором находится. Так проявляются базовые эмоции, о них мы будем говорить отдельно.

Пространство – неотъемлемая часть жизни. Надеюсь, что вы взяли в руки эту книгу с намерением на позитивные перемены и желанием улучшить качество жизни, взять за нее более полную ответственность и стать ее архитектором.

Поскольку наше внутреннее пространство подстраивается под внешнее, важно научиться подстраивать внешнее под внутреннее. Но для этого нужно сначала запроектировать наши внутренние города и дома и понять, что вы хотите.

Представьте, что рядом с вами постоянно находится друг, который вас поддерживает, переживает и радуется любым вашим достижениям. Таким другом может стать ваш дом, офис, городской парк или рабочее место. Мудрый человек всегда корректирует среду и создает условия для своих целей. Глупый же – борется с последствиями неконтролируемой ситуации.

В книге вы найдете методы и инструменты, которые я собирал в течение своего профессионального пути архитектора. Я рассказываю о них, потому что понимаю всю важность этих знаний. Ох, как же я вам завидую! Если бы я применял то, что описываю на этих страницах, то достиг бы больших

результатов значительно легче и быстрее. Я искренне хочу, чтобы вы достигли большего и чтобы ваш путь был легче.

Если человек управляет собой и своей жизнью, он управляет и пространством. Это работает и в обратную сторону, ведь мы тесно взаимосвязаны с окружающим миром и людьми вокруг. Начав менять окружающую среду, мы начинаем менять жизнь в лучшую сторону.

Не забывайте одно из самых важных правил:

Мысль рождает поступок, поступок – привычка рождает характер, а характер рождает судьбу.

Махатма Ганди

Один из важных аспектов формирования пространства – настроение. И если пространство настроено под вас, под ваши цели, оно не сможет не влиять на вас и заставлять ощущать себя. Всегда, попадая в новые обстоятельства, человек оценивает себя и свое состояние, тело и внешнюю среду. Таким образом он отвечает на вопрос: *«Хорошо ли мне тут, безопасно ли? Что здесь опасного?»*.

Поскольку восприятие пространства комплексное, рецепторы быстро преобразуют ответ в виде эмоций, которые создают фоновое настроение и предпосылки для дальнейших поступков. Причем большая часть этой информации находится в подсознании, которое непосредственно влияет на поведение, эмоции и психофизическое состояние.

Вот почему так важно получать позитивные эмоции от предметов, что нас окружают. Задача – создать такое гар-

моничное пространство, которое станет помощником, мотиватором и активным ресурсом. Это очень просто понять.

Вспомните пространство, в котором вам больше всего неприятно. Вспомните все свои ощущения. Что вы видели? Что чувствовали? Чем пахло? Вспомните общее состояние от него. И теперь представьте, что вы в нем находитесь каждый день своей жизни. Бр-р-р... неприятно? Назовем его «негативное пространство».

А теперь наоборот: вспомните самое прекрасное и приятное пространство в жизни. Что вы видите? Вспомните то пространство, где вы раскрывали свой творческий потенциал, в котором было приятно общаться с людьми. В котором вы были сами собой, и оно естественно дополняло ваш образ. Приятно? Назовем его «позитивное пространство».

Чувствуете разницу между позитивными и негативными эмоциями и их воздействием на вас? А теперь представьте, что пространство большинства людей, а может, и ваше, на том же уровне, что и «негативное» из упражнения. Но только вы уже привыкли ко всем его негативным деталям.

Где-то есть пространство, которое выводит вас в более совершенное, счастливое и успешное состояние. Мы можем либо переместиться туда, либо создать его. Назовем его – пространство успеха. Как думаете, в каком пространстве человек склонен к успеху, а в каком – к неудачам? Но каждый несет ответственность за себя: находится он в пространстве успеха или пространстве неудач.

Человек – всегда автор своего пространства, а пространство – это отражение личности. Чем более совершенен автор, тем гармоничнее становится пространство. Для совершенствования необходимо развитие. И пространство для этого служит своеобразной антенной, которая настраивает на определенную волну и вызывает ощущения и состояния. И автор может настроить эту антенну.

Вопрос в том, как же задать параметры волны, которые будут устраивать? Чем лучше вы знаете себя, свои цели, тем четче будет эта трансляция. Давайте разберем, как мы можем рассматривать пространство.

Картина складывается из формы и цветов, которые преобразуются в образы. Образы рождают эмоции, резонируя с ними. Эмоции складываются в ощущения и изменяют гормональный фон наблюдателя, что непосредственно влияет на его психическое и физическое состояние вплоть до изменения нейронных связей. И все это оказывает непосредственное влияние на жизнедеятельность человека. В некоторых случаях воздействие предмета искусства кардинально меняет картину мира наблюдателя и его дальнейшую жизнь. А иногда жизнь целых наций.

Почему одни картины стоят миллионы, а за другие не дашь даже ломаного гроша? Почему одни здания признаны и гениальны по своей архитектуре, а от других хочется бежать как можно дальше и не видеть их? В любом объекте читается личность человека. Талантливая, гармоничная лич-

ность транслирует свою внутреннюю архитектуру в окружающий мир. Внутреннее состояние автора влияет на то, что он создает.

Я не без основания верю, что, поняв свои цели, свои мечты, можно спроектировать то пространство, которое даст мощный толчок к раскрытию потенциала и возможностей. Кто знает, возможно, именно вы после прочтения этой книги создадите новый шедевр. В архитектуре, бизнесе или другой деятельности – неважно. Ведь все так или иначе есть искусство.

Давайте посмотрим, как пространство влияет на ваши эмоции более детально, и какие чувства позволят вам прийти в состояние, чтобы быть счастливым, успешным и радостным.

Возьмем упражнение для воображения, которое обычно мне помогает прийти в правильное эмоциональное состояние. Я пользуюсь им в разных ситуациях, к примеру, когда хочу изменить что-то в своем доме, проекте или купить какую-то вещь.

Помните, приступая к изменениям в собственном пространстве, следите за своим эмоциональным состоянием. Как уже упоминалось выше, гармоничное состояние – это основа проектирования. Для многих самое сильное и ценное чувство, которое направляет в позитивное русло, – это чувство любви.

Вспомните, что рождает в вас чувство любви. Попробуйте

закрыть глаза и в деталях представить ребенка. Например, как он держит вас за пальчик. Сконцентрируйтесь на этом чувстве, поймите, где оно у вас внутри, как оно чувствуется на теле, и распространите его так, чтобы оно окутало целиком. Правда, приятное ощущение?

Настроившись на эту приятную волну, перейдем к странству. Представьте, что вы гуляете по красивейшему городу. В нем каждое здание дарит огромное удовольствие только от того, что вы смотрите на него. Вы чувствуете, как здания вокруг заряжают позитивной энергией. Вы видите только приятные и красивые здания: дома, храмы, набережные, парки, дворцы. Представляйте все, что только приходит вам в голову и вызывает приятные ощущения. Вы хотите запомнить это состояние и забрать с собой частичку этого мира.

Вот вы гуляете, и к вам подбегает ребенок. В руках у него золотой шар, в котором заключена вся позитивная энергия этого города. Ребенок протягивает вам шар. Вы принимаете его и ощущаете, как это состояние разливается по всему телу и остается с вами. Вы чувствуете это с головы до ног. И открывая глаза, вы ощущаете, как это состояние распространяется в реальном мире.

Это мое любимое состояние. Рекомендую в этом состоянии заниматься подбором интерьеров или заниматься проектированием, потому что вы будете транслировать и заряжать той энергетикой, которую вы чувствовали в этом состо-

нии. То, что вы создали, будет заряжать вас все время своего существования.

Если вы будете регулярно делать это упражнение, то это приятное состояние станет для вас все более и более привычным, а все действия, которыми вы будете заниматься в реальной жизни, будут более успешными. *Если больше гулять по этому воображаемому городу: представлять новые дома, сворачивать на новые улицы, новые места, то это состояние будет проникать все глубже в вас, даря вам энергию для творчества.*

В свое время Абрахам Маслоу озвучил, что творить – это такая же потребность, как принятие пищи. Я абсолютно согласен с ним в этом. Мы создаем свое окружение и программируем его. Если мы это делаем с любовью и счастьем внутри, то мы автоматически создаем себе счастливую жизнь.

Пространство разговаривает с нами эмоциями. Даже в воображаемом эксперименте вы почувствовали разницу между разными видами пространства. Все эти эмоции остаются в вас и закладываются на глубинные пласты подсознания. Выходя оттуда в самые неожиданные моменты, рождая тревогу или радость, уверенность или страх, гнев или счастье. Если мы не знаем, как работать и программировать пространство по необходимым параметрам, то мы просто не управляем жизнью. Самое парадоксальное, что это происходит очень незаметно, и вы можете видеть последствия этого влияния в личных успехах, в отношениях в семье, коллекти-

ве, государстве, что непосредственно влияет на мир. Далее мы на подробных примерах на разных уровнях разберем, как это происходит и что с этим делать.

Думаю, смысл жизни человека, чтобы становиться более полноценным, счастливым, больше давать, уметь преобразовывать ценность, видеть недоработки, предпринимать что-то для этого, делать совершенным пространство для себя и для людей.

Вспомните 4—5 мест, где вы себя чувствовали особенно хорошо. Подумайте о причинах, почему они вам так приглянулись. А теперь разделите каждое место на детали. Например: крыша, обои, картины, кровать, форма, цвет. Представьте поочередно их. Какие чувства вызывают предметы? Возьмите листок и запишите свои чувства, а затем – проанализируйте их.

В следующих главах мы поговорим о том, как пространство влияет на разные типы личности. И о том, как человек формирует пространство, исходя из предпосылок нервной системы и физиологии.

Глава 2. Пространство города

Как вы поняли из первой главы, пространство влияет на нас каждую секунду. И город, в котором вы живете, – основное пространство вашей жизни. Выходя за порог, вы попадаете в новую среду из фонарей, улиц, звуков, домов, машин и бордюров. Они все сливаются в один эмоциональный фон – голос города, с помощью которого он шепчет вам на ухо или кричит. Каким бы голосом ни говорил город, вы слушаете его, а он – влияет на вас, хотите вы этого или нет.

Именно этот фон незаметно сплетает мгновения и создает жизнь. Вы можете пройти на работу по маршруту, который питает вас энергией или по которому вы ее потеряете. Но как понять, что пространство влияет на вас, если вы видите его и не рефлексируете? К примеру, я всегда люблю в новом месте остановиться на минуту и снимать на камеру. Получается очень интересный эффект: вы будто заглушаете фоновый шум, и пространство проявляется на пленочной фотографии. *Вот прямо сейчас замрите на минуту, опустошите сознание и прочувствуйте момент.*

Когда мне как архитектору нужно вдохновение, я люблю делать еще одно упражнение, которое позволяет прочувствовать, каким может быть совершенный город, и приобрести свойства, необходимые мне для творчества:

Представьте, что вы очень долго идете по дороге. Какая это дорога? Какие детали? Что вы видите? Представьте, что заходите в город. Город в руинах. Это то ли старый город, то ли он недавно разрушен. Он находится в таком состоянии, но явно свидетельствует о том, что там жила великая цивилизация. И от города осталось напоминание в виде руин. Вы можете их рассмотреть и представить, какие здания там были, но сейчас это только руины. Такое ощущение, что им миллионы лет.

И вы гуляете по этому городу не один день, долгое время. Находите какой-то артефакт, какую-то вещь, которая отличается от всего. Почувствуйте, чем она отличается. Может – это сияние. Может – это чувство, исходящее от нее. Но вы знаете точно, что эта вещь позволит вам обрести что-то очень интересное, значимое, ценное, важное для вас. Ее хочется взять, потрогать, и вы понимаете, что это ключ, дверь или портал.

Вы подходите к ней, и получается открыть ее прикосновением. И она позволяет вам перейти в новое пространство, еще глубже. Вы оказываетесь в самом прекрасном городе, который вы когда-либо видели. Дыхание захватывает от красоты. И вы понимаете, что это тот же город, который в руинах, только целый. Он существует здесь и сейчас.

Вы понимаете, что те руины являются фоном, который скрывает его. Но сам город существует в отдельном

пространстве, но вы не знаете, какое это время: прошлое, настоящее или будущее. Город вне времени. Он настолько прекрасен, что у вас замирает дыхание, а положительные эмоции переполняют вас. Вы видите все детали и гуляете по этому городу.

И вы гуляете там не один день и не один год, вы чувствуете, как он изменился за это время. И вы находите в этом городе учебное заведение и заходите туда. И вас встречает учитель. Посмотрите на него. Как он выглядит? Кто он? Он напоминает вас. И вы понимаете, что вы можете быть им или это вы в будущем, или вы имеете с ним какую-то незримую связь.

И он вас спрашивает: «Что вы хотите узнать? Что вам необходимо для того, чтобы создать гармоничную жизнь, создать гармоничное пространство вокруг себя?» Вы задаете вопрос. И учитель говорит: «Хорошо, вы это узнаете после того, как выйдете отсюда. Только сейчас останьтесь здесь».

Вы остаетесь там не один год, изучаете все возможное по этому вопросу и получаете еще много знаний. Вы точно помните, что там происходило, что там были разные техники, технологии, которые позволяли обучиться. Вы видели множество примеров.

И прошел не один год, и даже не один десяток лет, и вы всему научились, и все эти знания остались в вас, то есть стали естественным продолжением вашей личности.

Вы просто вспоминаете о том, что тогда было. Понимаете, что полностью овладели навыками, которые вам были нужны.

И вы прогуливаетесь по этому университету. Видите изменения, которые произошли. Видите, насколько он прекрасен. Этот университет навсегда останется в вас.

Подходите к учителю. Он говорит: «Вы уже всему научились, уже все знаете. Но сейчас, когда вы вернетесь, вы пока что это забудете, но в нужный момент вы вспомните». Все ключевые знания остались в вас, и в нужный момент подсознание позволит всплыть им и проявиться в навыках, которые вы оттачивали не одно десятилетие в этом городе.

Вы идете обратно. Возвращаетесь в то место, где вы впервые появились в этом городе. Снова находите тот артефакт и возвращаетесь к руинам.

Идете обратно по дороге, по которой пришли к этим руинам. Вы потихоньку забываете, что произошло, но понимаете, что знания останутся в вас навсегда.

Вы медленно просыпаетесь у себя дома в кресле. Полученные знания глубоко внутри вас. И, наконец, вы осматриваетесь вокруг, где читаете эти слова.

Мурашки, правда?

Только что вы позволили мыслям рождаться в естественной форме, такими, какие они есть внутри вас, со всем накопленным опытом и мировоззрением. Какие мысли у вас

сейчас появляются? Чувствуете ли вы, что ваш эмоциональный фон изменился? Какое ощущение появляется первым от того, что вы видите?

А теперь попробуйте представить этот же город, полный людей. Какие эмоции вы ощущаете от того, что находитесь среди толпы – позитивные или негативные?

Все эти чувства появляются и гаснут каждый день. Вы ходите по городам и заряжаетесь, чувствуете себя легко и готовы покорить мир или наоборот – погружаетесь в болото негатива. И эти эмоции испытывают еще тысячи незнакомых вам людей, сплетая маленькие вселенные жизней в единое ощущение города.

Картины мира отдельных людей складываются в общую картину города, который развивается и стремится в определенную сторону. Картина будущего каждого города складывается в общую картину будущего страны. Это можно назвать экосистемой из взаимодополняющих и балансирующих элементов. И эти элементы формируют экосистему мира, стран, городов и отдельных людей. В том числе и ваш.

Но как оценить эффективность каждой экосистемы, если у нее множество элементов? Как эта система в сумме воздействует на вас? Какую систему хотелось бы видеть вам и с каким воздействием? Чтобы ответить на эти вопросы, давайте поиграем с воображением.

Представьте, что вы выбираете любой город, чтобы переехать. У вас есть возможность переехать, и желание не упирается в деньги. Вам нужно лишь выбрать, куда лететь, собрать вещи и сесть в самолет. Какой город вы выбрали и почему?

Давайте по частям разберем, почему вы выбрали именно его. Какие ощущения вас привлекли? Что вам хочется чувствовать в нем, а что – разделить с близкими людьми?

Кем вы себя чувствуете в этом городе? Представьте вашу жизнь в городе в виде идеального рассказа. В этом рассказе вы почувствуете то желание, которое двигает вами. Это то, что дает вам силы, ваш ресурсный подход.

Зафиксируйте его в рисунке, найдите и распечатайте фото или запишите ощущения.

Я уверен, что человек не может долго оставаться в среде, которая ему не подходит. Вы быстро поймете, что это не для вас и резко захотите уехать. Настолько же резко, как вылетает пробка из шампанского. К примеру, если вам подходит жизнь мегаполиса с его темпом жизни, людьми и особенностями, то, приезжая в деревню, вы будете чувствовать себя не в своей тарелке. Жизнь слишком замедлится. И в такой ситуации возможно три варианта: вы адаптируетесь, попытаетесь изменить среду или уедете из-за дискомфорта. Примерно так же работает, когда человек попадает в люксовые апартаменты или трущобы.

Пространство – это продолжение вас. Поэтому каждый

выбирает себе то, что ему близко. И чтобы изменить пространство, стоит изменить себя. У каждого есть внутренний компас, который указывает направление, важно лишь уметь им пользоваться.

Каждого человека в пространство притягивают разные особенности. Это зависит от вашей психики, физиологии, души (если вы верите в нее). От того, где вы родились, чем занимаетесь, с кем общаетесь и других аспектов, о которых вы не задумываетесь. На «притяжение» влияет и ваша готовность быть счастливым. Представляете, миллионы людей до нас – наших предков – работали, чтобы мы жили в лучшем мире и были счастливее их. Вопрос в том, во что мы превратим мир, оставленный нашими предками, и какой мир заложим для потомков. Стало нормально просто потреблять, не отдавая ничего взамен. Но о пространстве нужно заботиться, чтобы потом наши потомки могли наслаждаться и жить лучше нас.

Пространство нуждается в заботе и трепетном отношении

Давайте посмотрим на смыслы, которые таят в себе города нашего мира. У каждого места свое приоритетное назначение, например:

- обеспечивать безопасность;
- содействовать общению между людьми;
- удовлетворять физические потребности;
- содействовать творческой реализации и призванию.

Безопасность – это базовая потребность. Вы знаете, что завтра будет все хорошо. Вы знаете, куда сходить, где пообедать, отдохнуть или купить одежду. Поэтому вы спокойны и благодаря этому чувствуете себя в безопасности.

Следующий смысл – «вы и окружение». Каждому важно знать, что его понимают другие люди, что он вписывается в окружающее пространство. Это естественная потребность – общаться с другими людьми и знать, что делать.

И смысл – «вы и мир». Он складывается благодаря пониманию, что вы приносите пользу миру и осознаете смысл своего существования. Вам важно – позитивный ли вы элемент системы.

Эти запросы важны для любого человека и пространства. И поэтому город создает почву для реализации этих потребностей. А может наоборот – «тормозить» и не давать возможности для реализации. Следующий раз, прогуливаясь по городу, задайте себе вопрос, отвечает ли он вашим потребностям и как он позволяет их реализовать?

Есть города на земле, которые не отвечают даже пункту безопасности (например, в Сомали)! А есть города, где просто приятно находиться, м-м-м, Флоренция. Есть города такие, как Ватикан, где каждый сантиметр напитан миссией, возвышенной и ведущей к духовному развитию. Нет места на Земле, которое никуда не ведет.

Даже находясь на природе, вы видите, как все растет, благоденствует. И это не бессистемный процесс, как может пока-

заться. Строение леса – такая же сбалансированная система, в которой маленькие элементы складываются в крупные. Все это формируется по точнейшим законам фрактальной геометрии, гармонии и естественных законов восприятия. Так и города: они строятся из улиц и домов, несут в себе какую-то цель. Очень глупо полагать, что у города и у страны нет миссии.

Знаете, что интересно? Что город – это множество параллельных миров, которые расположены в непосредственной близости друг от друга. Дешевое кафе граничит с дорогим. А сеть эпл-сторов – с шаурменными. И это разные миры разных людей. Я уже говорил, что микровселенные сплетаются в одну большую систему, но не упомянул, что ее можно менять.

Обратите внимание, что большинство людей передвигается по одним и тем же или похожим маршрутам. Допустим, кому-то проще и естественнее пройти через рынок, полный палаток и коробок с товаром, а кому-то нужна парадная улица с витринами дорогих бутиков. Даже если этот маршрут длиннее «рыночного». Кому-то претит, что там будут бездомные находиться, а кому-то все равно. И этим самым мы создаем каждый день какие-то прецеденты.

Люди начинают больше осознавать влияние пространства. Раньше, беря на работу людей, я чувствовал, что важнее для них выживание, а сейчас – важнее социализация и своя роль. Скоро главным критерием станет миссия. Но об этом стоит

задумываться уже сегодня: мы либо осознанно выберем жизненный путь, который приведет к успеху, либо неосознанный, который в итоге окажется дорогой в никуда.

Но мозг так устроен, что может оперировать только пережитым опытом. Соответственно играет роль «насмотренность». Это как представить карту, где открывается локация, где вы были, или картинка, которую видели. И из них вы сможете составить новый мир. Очень важно расширять эти освоенные сознанием территории.

Найдите фото своего города 100 лет назад. Вы посмотрите и почувствуете разницу. Станет очевидно, что стало для людей ценнее, что улучшилось или ухудшилось. И вы поймете, что город – действительно отражение общества и сознания людей. Колоссальная разница между городами видна, когда вы возвращаетесь из путешествия домой или навещаете родителей в другом городе. Вы как будто начинаете замечать то, чего не видели раньше.

Чтобы расширить свою картину мира, пройдите мимо бара, в котором никогда не бываете, или пообедайте в очень дорогом ресторане. Это помогает понять культурные особенности людей в одном городе, увидеть и понять город лучше. Или простой совет: ходите по разным маршрутам в городе или прогуляйтесь до дома другой дорогой. Окажется, что есть места, где вы вообще не бывали. Наверное, у каждого есть знакомые, которые не покидают свой квартал.

Посмотрите и запишите или надиктуйте аудиосообщение

со своими ощущениями от пребывания в новом месте. Расскажите, что вам нравится и не нравится. Либо нарисуйте карту, где бывали в городе. С пояснением, какие эмоции где испытывали.

Изучите город уже с какой-то определенной целью, которая вам интересна. Например, ваш родной город, город, где вы проездом или остались на неделю. Побывайте:

- в бедном и богатом квартале;
- где грязно и чисто;
- где храмы или маргинальные места (только аккуратнее с ними!).

Так вы действительно почувствуете пульс города, который исследуете.

Я рекомендую задание потому, что вы начнете замечать больше деталей и лучше понимать мир вокруг. Часто люди оторваны от жизни, а в путешествиях передвигаются только по туристическим маршрутам, где нет настоящего вкуса и голоса города. Если вы проделаете это один раз, то в следующий раз заметите, как изменился город, и поймете почему.

Давайте разберем простой пример об изменении пространства города. Допустим, мы решили бороться с пробками. Транспорт загрязняет город, да и велосипеды с электро-самокатами создают множество неприятных аварий с пешеходами. Во многих городах это не принято и удобнее ходить пешком.

Если мы хотим уменьшить количество пробок, то сначала

увеличиваем ширину улиц, берем дополнительные парковки. И к чему это приводит? К тому, что выгоднее опять купить автомобиль, потому что все для этого создано! А следовало бы наоборот – сместить фокус. Например, мы хотим развить пешеходное или велодвижение. Мы увеличиваем количество велопарковок, стимулируем пешеходное движение, закрывая полностью улицу в центре и размещая там то, что будет мотивировать людей ходить, – ставим фуд-траки, делаем льготы и так далее. Фокус смещается на желаемый результат, как в размере города, так и в размере всей страны.

Вы когда-нибудь замечали, что если вы говорите, что хотите жить счастливо, то у вас это легко получается. А если боретесь с несчастьем, то вам ничего не хочется и бороться в том числе. Этот принцип проявляется во всем. Лучше представить картину будущего, чтобы изменить настоящее, и используя прошлое. Если такую картину не представлять, а просто хотеть уйти, то вряд ли что-то получится. Скорее всего, вы повторите тот же результат.

Эта книга направлена на то, чтобы вы учились создавать альтернативную реальность в своей голове и пространстве, за которое несете ответственность. Мне хочется вас вдохновить и показать, что есть инструменты изменить свое пространство и жизнь. Главное, чтобы было желание, цель или идея.

Если у человека нет такой цели или идеи, значит он движется по инерции и сознательно уходит от контроля сво-

ей жизни. Это приведет к соответствующим последствиям: недовольству и снятию ответственности за происходящее. Но не стоит уходить от себя или скрывать свою природу. Это как отрицать очевидное всем.

К примеру, творческий человек не уверен в своих силах и решает пойти в юриспруденцию или экономику. При этом у него не получается в этих сферах проявить себя. Только из-за того, что он себя отрицает. Часто целые компании и народы занимаются этим. Но не нужно стесняться себя или бояться проявлять. Цените то, что у вас есть.

Чтобы понимать, куда двигаться, контролировать цель и идти к ней, используйте статистику. Например, на корабле есть капитанский журнал: с событиями и курсом, куда вносятся самые важные ключевые события, необходимые для достижения цели (кстати, состояние экипажа и настроение тоже вносятся). И есть рекомендованная табличка с ключевыми характеристиками.

Представьте, что ваша жизнь тоже корабль. *Как вы считаете, какие ключевые характеристики для вашей жизни есть?* Например, когда речь идет о фирме, этим является доход, расход, прибыль. *А когда речь идет о человеке, что является важнейшей величиной? Рекомендую выписать 5 величин, которые вы считаете важными.* На этих страницах мы говорим о тех, которые зависят непосредственно от пространства.

Гуляя по городу, заведите дневник и записывайте, напри-

мер, сколько вы видели объектов общепита либо офисов, либо каких-то вещей, которые дали бы вам эмоциональный фон: впечатлили, удивили, дали приятные ощущения. Какие воздействовали на вас отрицательно. Какие из них имели уникальное лицо и, как человек, имели образ, характер и посыл. Лучше всего вести этот дневник хотя бы месяц, чтобы выявить эмоции, которые рождаются у вас, из которых состоит ваша жизнь. Можно даже создать карту, чтобы видеть непосредственно точки влияния.

Обратите внимание, есть ли уникальный объект и насколько он известен и востребован, а следовательно посещаем (этим формируется ценность объекта, так как посещаемость является одним из ключевых ресурсов в рекламе). Интересно заметить, что объекты «с изюминкой», фишкой более популярны, привлекательны. Как же добиться этой фишки? Как создать легенду объекта?

В первую очередь, я рекомендую обращаться к истории места – насколько проявлена история места в вашем городе и пространстве. Даже обычная аптека, которую вы встречаете каждый день, обладает своей историей и легендой. Чаще всего люди забывают о ней, потому что относятся как к обыденному, как к воздуху. Точно так же характерные для нас природные черты мы игнорируем, стараемся не думать об этом.

Нецелесообразно отрицать то время, которое вы прожили, и те события, которые были. Если мы отрицаем, забыва-

ем нашу историю, наш опыт, то мы просто не позволяем ему и нам развиваться в будущее. Если мы принимаем его и понимаем, уроки мы вынесли какие-то, то мы можем стремиться в будущее.

У нас много памятников войны, которые говорят о прошлом, но не говорят, что делать с этим. Больше всего мне нравится памятник, где есть одновременно и обозначение того, что случилось, и намек на следующую жизнь, куда стоит развиваться. «Нет» – это страшное слово для развития. Слово неплохое, его часто стоит говорить, но только если ты знаешь, куда двигаешься, и можешь отсечь лишнее.

Вы можете посмотреть, сколько моментов есть в городе. Эти моменты образовались не просто так, были причины этому. Они были не раз и не два, был целый комплекс, то есть это отражение менталитета людей. Когда вы идете и видите трещину в асфальте или какое-то халатное отношение, или что-то прекрасное – это всегда отношение людей к тому месту, где они живут, и по сути отражение их подсознания. Есть места, где вы просто психологически не можете ничего плохого сделать. Я за то, чтобы проектировалось как можно больше таких мест. По сути, создать неизбежные условия, чтобы каждый человек развивался и был счастливее. Однако есть места, как памятники событий, о которых нельзя забывать.

Нам нужно изучить, как относиться к истории и нашему опыту. В истории есть периоды, когда настрой и само от-

ношение к себе были критически важны, чтобы выжить. Я не очень люблю приводить этот пример, потому что он навеивает неприятное ощущение: он о концентрационных лагерях. Это сильный и страшный пример, как люди выживали в нечеловеческих критических условиях.

Люди, которые выживают в критических условиях, меняют восприятие, выстраивают и яснее видят путь. И даже после этого, после критических моментов, люди осознают, и начинаются прорывы. Как известно, очень многие произведения были написаны в тюрьме.

Даже в концентрационных лагерях те люди, которые осознавали цель и верили в то, что будут выживать, видели за чем это – имели больше шансов. Вплоть до того, что у мамы на руках ребенок погибал от голода, но она выжила, потому что представляла, что будет дальше.

Если мы забываем, что цель и желание жить помогало даже в таких условиях, то по сути мы проявляем неуважение и забываем пример, почему в мирное время не пользуемся этим существенным инструментом, который может позволить нам выжить и не повторить ошибок, и помнить о действительно важных вещах.

Есть такое мнение, подходит в качестве развития сознания: земляне и все, что здесь происходит, – это тюрьма. И раз они здесь, значит все проходят кроки. И действительно, очень много боли – все, что строишь, оно разрушается. Каждое строение, которое мы создаем, временное. Зачем я

пишу эту книгу, если она все равно через 100 лет может быть неизвестной, и через 1000 лет тоже, через миллион лет вообще непонятно, что с городами будет, и будут ли они вообще.

И тогда вопрос в следующем: «Вообще зачем мы живем?»

Мне кажется, что мы живем, чтобы освободиться от всего того, что тянет нас вниз, и стать более совершенными. Сбросить то, что ограничивает и не помогает реализовать цели и планы.

Если мы заснем, думая о чем то приятном, то более вероятно, что нам приснится приятный сон, и проснемся в хорошем расположении духа. Не исключено, если мы представляем что-то хорошее перед сном, то мы проснемся в хорошем расположении духа. Если мы забываем, что находимся в каком-то не самом совершенном пространстве, мы просыпаемся точно так же и забываем об этом. То же с плохим настроением, и цикл повторяется.

Если вспоминать жуткие моменты, то не будет шансов выбраться. И здесь нужно представить что-то большее, к чему вы стремитесь, и действовать. Если у человека нет цели, то он не двигается, а если есть образ, концепция желаемого будущего, тогда он будет идти, находить энергию и повод для жизни.

Человек без цели видит в своем в городе, что все несовершенно. Да, можно застрять в дне сурка, но это способ погибнуть. Мы или сами становимся лучше и начинаем менять мир вокруг, или застреваем, а затем жизнь пинает нас. Тре-

того варианта не дано.

Давайте подумаем, что вы знаете о миссии, о цели вашего города, страны, где находитесь, над городом, над страной, где вы живете. Донесена ли до вас информация, как обеспечивается безопасность? Например, древние греки знали, как полностью функционирует их страна, их полис. Они чувствовали единство. Насколько вам близок ваш город? Определите от 1 до 10.

Вы полностью знаете процесс, который вас обеспечивает, и можете на него влиять, или знаете только свою ячейку? Это показывает, насколько вы вообще можете влиять на что-то и развивать. Более осознанные люди больше имеют шансов на выживание и успех.

Подумайте, как закрываются ваши физические и базовые потребности в городе, в пространстве, где вы живете; а также как проходит социализация. Насколько видно, что ваше призвание и призвание людей отражено в пространстве города, насколько люди могут проявить себя лично.

Ваш анализ поможет понять, как сделать город лучше, а затем – у вас появится возможность самостоятельно сформировать его или принять участие в этом процессе. Спросите у знакомых, как бы они могли улучшить место, где живут. Готовы ли они это сделать и сколько готовы ресурсов отдать. У вас тогда родится потенциал роста.

Люди, оказывается, просто не общаются на эту тему. Люди готовы вкладываться, просто нет инициатора, просто

некому руку первому поднять на собрании.

Просто спросите и увидите, что люди готовы вкладывать, чтобы улучшить пространство. И подумайте сами, что бы вы готовы были вложить, какое пространство должно быть. Подумайте об этом в рамках страны, города, то есть действительно можно ли закрыть и как-то улучшить пространство так, чтобы ценились имеющиеся ресурсы. Привлекайте как можно больше людей. Помните, город – это общее пространство.

Глава 3. Осознанное проектирование

Начну эту главу с примера, который впечатляет и показывает, как сила проектирования может изменить жизнь целой нации и народа.

При распаде Греции ярче и успешнее всего в проектировании города участвовали все его граждане. У них была прямая демократия, каждый человек непосредственно принимал участие в жизни полиса. В некоторых городах Швейцарии она и сейчас действует. Сплоченность общества как единого организма влияет на то, куда движется общество. Самоощущение и осознанность общества и каждого отдельного человека – это то, что влияет в разных масштабах одинаково.

Как вы думаете, что объединяет успешных бизнесменов: Джобса, Трампа, Бренсона? Нет, не высокая работоспособность, уверенность в себе или жесткий распорядок дня. Их объединяет осознанность.

Каждую минуту каждое их движение осознанно. Они создают вокруг себя собственное пространство, где все детали влияют на их цели и мечты. В прошлой главе на примере города мы немного прикоснулись к пониманию важности осознанности в жизни каждого человека. Но город строят сами люди. И получается замкнутый круг: старшее поколение пе-

реносит свои ценности в архитектуру города, а младшее чувствует внутренний конфликт из-за того, что живет в «непродуманном» пространстве.

Человек – не создание, человек – это создатель. Причем каждую секунду своей жизни. Если он подходит к этому осознанно, то может достичь успеха. Годы работы владельцем архитектурного агентства открыли мне глаза на горькое понимание: лишь единицы задумываются о целесообразности тех вещей, которые окружают. В их домах нет ничего лишнего – все работает либо на потребности, либо на достижение целей. И самое главное – каждая из этих деталей приносит удовольствие и позитивные эмоции. Поверьте, это очень успешные люди! Они не только хозяева своих домов, но и своих жизней.

Пространство – это ваш ресурс. Его можно использовать на максимум без больших финансовых вложений или многих часов труда. Главное – осознанно подойти к его проектированию. Надеюсь, вы еще не передумали становиться успешным и счастливым человеком? Если нет, садитесь удобнее, в этой главе поговорим о важности осознанного проектирования в пространстве.

Первое и самое важное, что нужно учитывать, – это осознание того, что мы живем в пространстве и пространство влияет на нас напрямую. Пространство не может быть равнодушным: оно либо содействует нашему развитию, либо участвует в деградации. Оно – важный фактор, ежесекундно

вливающий на нашу судьбу.

Отложите на несколько минут книгу. Внимательно осмотрите место, в котором находитесь. Какие эмоции и ассоциации вызывают у вас окружающие предметы? Посмотрите на окружающие поверхности и предметы. Насколько это **ва-
ше** пространство? Запишите первые наблюдения.

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.