

ХОСЕ СТИВЕНС

A large, stylized red dragon illustration on the left side of the cover. The dragon is depicted in a coiled, leaping pose, with its head turned towards the right. Its body is covered in detailed scales, and its mane and tail are rendered as flowing flames. The dragon's front paws are visible, and its long, curved tail extends downwards and to the right.

# ПРИРУЧИ СВОИХ ДРАКОНОВ

Обрати недостатки  
в достоинства

Главные герои этой книги — семь драконов,  
представляющие собой семь основных страхов человека

The logo for the publisher PITER. It features a stylized graphic of three horizontal lines of varying lengths, followed by the word "ПИТЕР" in a bold, sans-serif font. A registered trademark symbol (®) is located at the end of the word.

**ПИТЕР®**



**Хосе Стивенс**  
**Приручи своих**  
**драконов. Обрати**  
**недостатки в достоинства**  
**Серия «Сам себе психолог (Питер)»**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=67878923](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=67878923)  
Приручи своих драконов: Питер; Санкт-Петербург; 2018  
ISBN 978-5-4461-0697-4*

**Аннотация**

Более 20 лет книга Хосе Стивенса «Приручи своих драконов» остается бестселлером и меняет жизни многих людей. В чем же секрет ее успеха?

Еще в начале своей карьеры психотерапевта автор обнаружил, что в современной психологии не хватает какого-то важного элемента. Он стал искать его в трудах древних мыслителей, мифах и сказках и смог ухватиться за ниточку познания, протянувшуюся к нам сквозь века, а потом и вплести ее в клубок современных идей. Так родилась методика, позволяющая выявлять глубинные проблемы и убирать барьеры, стоящие на пути большинства людей.

Главные герои этой книги – семь драконов, представляющие собой семь основанных на страхе поведенческих реакций

человека. Стивенс построил их парами: дракон высокомерия стоит рядом с драконом самоуничтожения, дракон нетерпеливости – с драконом мученичества, дракон жадности – с драконом саморазрушения, а последний, седьмой – дракон упрямства, – способен поладить с каждым из шести предыдущих. Все эти чудовища уже много веков держат человечество в своих лапах, мешая людям жить полноценной жизнью. Они хитры и коварны и хорошо прячутся у нас в душе, чтобы творить свои темные дела исподтишка и не дать себя обнаружить. Однако Хосе Стивенс знает, как их найти и обезвредить. В этой книге он дает оружие, благодаря которому вы сможете приручить своих драконов и использовать силу этих мистических существ.

В формате PDF A4 сохранён издательский дизайн.

# Содержание

Предисловие	11
Введение	15
Понятие дракона как метафоры	18
Глава 1	21
Происхождение драконов и преследуемые ими цели	27
Оружие для борьбы с драконами	31
Драконы как союзники	33
Обнаружение своих драконов	34
Первый дракон	36
Второй дракон	37
Третий дракон	38
Четвертый дракон	40
Пятый дракон	42
Шестой дракон	44
Седьмой дракон	46
Какие драконы берут вас за горло	47
Скрытая ценность драконов	48
Победив драконов	51
Орден драконов	52
Что такое беспричинные, необоснованные страхи?	53
Драконы первый и второй: высокомерие и	57

самоуничтожение	
Драконы третий и четвертый: нетерпеливость и склонность к мученичеству	60
Драконы пятый и шестой: жадность и склонность к саморазрушению	62
Дракон седьмой: упрямство	64
Обличье драконов	66
Драконы толстые и худые	66
Толстые драконы с широким полем зрения	66
Худые драконы с узким полем зрения	68
В меру упитанный дракон	71
Лучшие и худшие черты в каждом из драконов	73
Лучшие и худшие черты дракона высокомерия	74
Лучшие и худшие черты дракона самоуничтожения	75
Лучшие и худшие черты дракона нетерпеливости	76
Лучшие и худшие черты дракона мученичества	77
Лучшие и худшие черты дракона жадности	78
Лучшие и худшие черты дракона саморазрушения	79
Лучшие и худшие черты дракона упрямства	80
Глава 2	82

Уровни зрелости	83
Уровень А	85
Уровень Б	87
Уровень В	89
Уровень Г	91
Уровень Д	93
Уровни зрелости: результаты теста	95
Семь основных принципов зрелости	97
Стадии человеческого развития	100
Первая стадия: грудной младенец	101
Характеристики	101
Взрослый человек, остановившийся на стадии развития младенца	102
Вторая стадия: делающий свои первые шаги малыш	105
Характеристики	105
Взрослый человек, остановившийся на стадии развития делающего свои первые шаги малыша	106
Конец ознакомительного фрагмента.	108



**Хосе Стивенс**

**Приручи своих драконов**

JOSE STEVENS

# TRANSFORMING YOUR DRAGONS

## How to Turn Fear Patterns into Personal Power

Публикуется с разрешения INNER TRADITIONS INTERNATIONAL (США) при содействии Агентства Александра Корженевского (Россия).

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

© Jose Stevens, 1994

© Перевод на русский язык ООО Издательство «Питер», 2018

© Издание на русском языке ООО Издательство «Питер», 2018

© Серия «Сам себе психолог», 2018





*Эта книга посвящена моему другу – Джейн Мак-Нил, отважной парашютистке, советчику и учителю, своими знаниями внесшей большой вклад в ее создание, а также тем из нас, кто помнит, что мы – свободны.*

Я приношу сердечную благодарность всем моим клиентам, в течение двадцати лет ведущим борьбу со своими дра-

конами и иногда добивающимся громадных успехов. Без их героических усилий эта книга никогда не была бы написана. Я хотел бы поблагодарить и всех моих друзей и коллег, позволивших мне проникнуть в потаенные глубины своих сердец в поисках их драконов. Их честность и откровенность внесли неоценимый вклад в создание этой книги. Я выражаю благодарность всем моим учителям – как древним, так и современникам, – подарившим мне глубокое понимание природы человеческих страданий и возможность превращения их в счастье и радость.

Особую признательность мне хотелось бы выразить Гейл Вивино за ее несравненное редакторское мастерство, Карен Моае за ее неоценимую компьютерную работу, Кэрол Вол за ее творческую интерпретацию драконов и прекрасным людям из издательства «Bear & Company» за публикацию моего труда. И наконец, я выражаю благодарность вам, мой читатель, за то, что вы осмелились заглянуть на страницы этой книги. Пусть она приведет вас к свободе, удовлетворению и счастью. Удачи вам!

# Предисловие

В течение более двадцати лет у меня была счастливая возможность работать с самыми разными людьми – пребывавшими в состоянии душевного кризиса, испытывавшими потерю интереса к работе или, наоборот, стремившимися найти способ расширения своих возможностей. Они и явились моими лучшими учителями.

Хотя я был воспитан на традиционных представлениях о поведении человека и приучен рассматривать его реакцию в соответствии с классическими канонами диагностической психотерапии, я не мог не заметить у моих посетителей **семи основных типов поведенческих реакций**, о которых не упоминалось в литературе, посвященной психологическим исследованиям. Я снова и снова наблюдал разные аспекты этих типов поведения у появлявшихся в моем офисе клиентов, независимо от их расовой принадлежности, возраста, пола или уровня культурного развития. Эти семь типов поведенческих реакций соотносились с особенностями характера индивидуума вовсе не так, как это преподносилось в традиционной литературе о психике человека. Для них больше подходили толкования различных философов, мистиков и прочих духовных наставников.

В ходе дальнейших исследований я обнаружил, что в современной психологии недостает какого-то важного, реша-

ющего элемента, уходящего корнями в древность и имеющего поистине неоценимое значение. В своем стремлении воспринять последние достижения науки мы, современные ученые, обошли вниманием накопленную веками древнюю мудрость, отмахнулись от трудов безусловно проницательных психологов, на протяжении столетий указывавших нам способ постижения человеческой природы.

В результате я начал исследования, которые увели меня далеко за пределы психологии. Я принялся изучать сказки и древние мифы. Я прочел множество книг, повествующих о различных духовных традициях, долгое время считавшихся священными. Я начал зримо ощущать некую нить познания, протянувшуюся к нам сквозь века; понимать те проблемы и препятствия, с которыми человек сталкивается на своем многотрудном жизненном пути. Я увидел, что эти древние учения могут быть естественным образом увязаны с системой взглядов современной психологии так, что обе эти науки будут дополнять и развивать друг друга без какого-либо отрицания и противоречия между ними.

Наилучшим и наиболее подходящим источником для этой книги в качестве исторического материала явились для меня труды русского ученого-мистика Г. И. Гурджиева и его последователей – П. Д. Успенского и Дж. Беннета. Гурджиев называл семь основанных на страхе поведенческих реакций «основными характерными чертами» индивидуума, поскольку, считал он, именно они уже при первом знакомстве

с человеком дают о нем наиболее полное представление.

Работа над собой и наблюдения за посетителями делали для меня существование семи типов поведенческих реакций все более очевидным. В конце концов я начал обучать их распознаванию своих студентов старших курсов и имеющих собственную практику опытных консультантов-психологов. Типы поведения я называл для себя «препятствиями личностного характера» или, более официально, «образцами внутренних личностных страхов», и меня буквально поразило, насколько их знание помогло более глубокому пониманию моими студентами своих пациентов и повысило результаты их последующей самостоятельной работы.

В своей книге я назвал внутренние личностные страхи драконами, поскольку решил, что так будет интереснее и занимательнее их изучать. Давайте же приглядимся к этим семерым животным, посмотрим, как они сдерживают наш внутренний рост, и попробуем приручить их, чтобы они подействовали нашему взрослению и достижению зрелости, а также реализации своих потенциальных возможностей.

Многие, наверное, заметят сходство между системой типов личностных страхов и эннеаграммой – еще одним древним, но ставшим в последнее время весьма популярным методом понимания поведения человека: внутри эннеаграммы мы также видим наличие системы внутренних личностных страхов. Схожесть обоих методов достаточно велика, но между ними существует и не менее значительное отличие.

Следует, однако, упомянуть о том, что система типов внутренних личностных страхов является лишь частью несравненно более обширной теории познания, слишком объемной для задач данной книги. Я, как мог, постарался отразить ее в работе, написанной совместно с И. П. Ван Хулле «Personality Puzzle Solvin the Mystery of Who You Are», вышедшей в издательстве Affinity Press, и в книге «The Michael Handbook», созданной совместно с С. Уорвик-Смитом, увидевшей свет в издательстве Warwick Press.

Книга «Приручи своих драконов» написана не только для консультантов-психологов и психотерапевтов, но и для всех, кто заинтересован в изменении собственного поведения и оздоровлении своего взгляда на вещи. Я надеюсь, что по прочтении книги у вас также появится искреннее желание бросить вызов собственным драконам и родится стремление к радостной и полнокровной – настоящей – жизни.

# Введение

Человечество стоит на грани колоссальных перемен планетарного масштаба. Следующее столетие покажет, сумеем ли мы переродиться в сообщество сотрудничающих между собой народов или разобщенность доведет нас до хаоса разрушений, превращающих нашу Землю в лишенную жизни свалку мусора. При этом ответственность за выбор пути, по которому мы пойдем, лежит не на правительстве, ученых или экономистах, а на человеке, все зависит от его стремления к личной трансформации. Именно человек окажет влияние на решения правительства, науку и деловые взаимоотношения, заставит их развиваться на благо достижения на нашей планете всеобщего счастья.

Вы, однако, как личность не будете в силах изменить себя, пока не отделаетесь от собственных внутренних страхов. Это задача очень непростая, но совершенно необходимая для любой кардинальной ломки характера. Повернуться лицом к собственным страхам – значит заглянуть в темные, мрачные тайники самого себя. И не для того, чтобы почувствовать раскаяние, стыд или заняться самобичеванием, а чтобы высвободить заключенные в них потенциальные жизненные силы.

Эта книга является спутником, который поможет вам заглянуть в глаза страхов – ваших семи личных драконов. В

сказках герои успешно сражаются с драконами и одолевают их, расчищая себе путь к победе. Однако эта динамичная, мужская, западная методика ведения поединков с драконами непременно должна уравниваться более привлекательным, женским, восточным подходом к делу, направленным на изменение – трансформацию чудовищ. Общеизвестно, что если вы обороняетесь или нападаете на неприятеля, то неизбежно подвергаете себя риску быть раненым и даже убитым.

*Следовательно, наилучшей стратегией является знание своих противников, умение предвидеть их действия и дать им возможность уничтожить друг друга самим, не делая при этом себя их мишенью.*

Сказанное вовсе не означает, что вы уклоняетесь от встречи с неприятелем: вы продолжаете поединок, но энергия ваших усилий не сгорает в пылу сражения, а расходуется на тактику распознавания.

Драконы являются самым опасным противником, с которым вам доведется столкнуться. Однако лишь при встрече со столь грозным соперником вы в полной мере сможете оценить таящиеся в вас силы. Драконы и существуют для того, чтобы сделать вас сильным. Они служат средством вашей трансформации. Ничто сколько-нибудь значительное в этой жизни не достигается без проверки собственных возможностей. Эта книга поможет вам проанализировать скрытые в



вас потенциальные возможности, развить их и с большей пользой прожить каждый день вашей неповторимой жизни.

# Понятие дракона как метафоры

Я решил использовать метафорическое понятие «дракон» в этой книге по нескольким причинам. Во-первых, оно освобождает сознание от будничных мыслей и обращается к воображению, где все проблемы решаются быстро и легко.

*Дракон – это зримое, осязаемое существо, а не какая-то абстрактная, бесплотная идея.*

Во-вторых, дракон связывает нас с нашим прошлым, с источником во многом забытых знаний. И в-третьих, дракону легче общаться со все еще живущим в нас ребенком, который знает простую правду жизни.

Вот несколько основных мыслей, которые я стремился акцентировать на страницах этой книги. Прежде всего, следует помнить, что никто не может быть обвинен в какой бы то ни было бездеятельности. Нельзя считать родителей, родственников, друзей, врагов и даже самих себя виноватыми в ваших неприятностях или, наоборот, обвинять их в полном бездействии. С одной стороны, все, кто создают нам проблемы, сами являются жертвами связанного с бездействием наследия, уходящего корнями в далекое прошлое. А с другой – люди, которых мы иногда порицаем за наши неудачи, на самом деле оказываются нашими скрытыми учителями. Без них у нас не было бы возможности проверить собственные силы, и жизнь была бы менее интересной.

Все драконы окружены аурой таинственности. Сказки, предания и человеческий опыт говорят о том, что мы сами несем ответственность за совершенствование своего характера и приобретение новых знаний. Мы можем что-то сделать с собственным драконом, но не способны повлиять на драконов, принадлежащих кому-то другому. Мы можем лишь оказать человеку посильную помощь в его стремлении стать свободным.

Кроме того, я хотел бы подчеркнуть различие между нашими драконами и нами самими.

*Дракон – не человек; он как микроб или паразит, который живет внутри нас, но не мы сами.*

В западной психологии слишком часто муссируется мысль, что зло, недостатки заложены в нас изначально, от рождения. Это неверно. Мы не являемся испорченными по своей сути. Мы – удивительные, очаровательные существа, нужно лишь лучше к нам присмотреться. Вот почему нашей основной задачей сегодня, как и во все предыдущие века, была и остается борьба с досаждающими нам драконами, мешающими нам стать теми свободными героями, властителями собственных судеб, которыми мы и должны быть.



Легенда о Георгии Победоносце, убивающем дракона, должна служить метафорой для каждого истинного творца своей жизни. Нашей задачей является обуздание драконов, пытающихся ужиться в нас, и подчинение их своей власти. Обвинения и порицания служат лишь напрасной тратой времени. Мы сами ответственны за нашу свободу и не представляем собой одно целое с гнездящимися в нас драконами.

# Глава 1

## Семь драконов

Семь могучих драконов стоят на пути каждого человека. Они изрыгают языки пламени, режут и парализуют нашу волю своей мощью и колоссальными размерами. Они затаились среди окружающих нас соблазнов и искушений. Они коварно используют свое умение превращаться в увлекательнейшие, захватывающие развлечения, отравляя нас тем временем своим смертельно ядовитым дыханием.

Дракон – это иконоподобный образ, олицетворяющий собой существо, несущее опасность и страх, которые таятся у нас на пути и готовы каждую минуту преградить нам дорогу к прогрессу. При первом столкновении дракон неизменно наводит ужас на одинокого путника. Лишь много позже, хорошенько с ним познакомившись, мы начинаем понимать, что сам дракон и дает нам ключ к спасению – необходимую информацию о том, как обратить мощь его когтей себе на пользу и вместо обещанного неизбежного поражения обрести победу. Эта завоеванная своими руками победа гонит прочь сомнения и страх, расчищает нам дорогу ко всеобщему объединению, знанию, мудрости, правде и красоте.

*Семь драконов – это самые известные из всех человеческих недостатков. В разные времена*

*их называли по-разному: семью смертными грехами, семью пороками, первородным грехом, дьявольскими соблазнами, грехопадением человека, кознями Сатаны и так далее.*

Такое понимание драконов предполагало, что зло насылается на человека дьяволом, демонами или присутствует в самой его греховной и порочной природе. Согласно такой точке зрения, человек беспомощен перед лицом этих драконов, и ему остается лишь молитвой и жертвоприношением взывать к богам, чтобы те уберегли его от происков демонов. Однако в погоне за кратковременным облегчением человек становится на путь снижения своих собственных возможностей и мало чего добивается в решении стоящих перед ним проблем.

В наше время мы даем семерым драконам более научные наименования: отсутствие интереса к любого рода деятельности, или полное бездействие, патологические отклонения в психике, уход в себя, неврозы, слабоумие, развитие механизма повышенной защиты от психических расстройств, склонность к антисоциальному поведению. Мы объясняем наличие этих современных демонов семейными проблемами, неблагоприятными социальными условиями и наследственностью. Однако ни в одной из стран современная наука до сих пор ни на шаг не приблизилась к тому, чтобы убить хоть одного из древних драконов, продолжающих нас терроризировать.



«Почему?» – спросите вы. Да потому, что мы не понимаем основную природу того, кого стремимся уничтожить. Драконы хитры и коварны; они увлекают нас на охоту за мелкой сошкой, победа над которой приносит нам обманчивое ощущение безопасности. Они все так же продолжают верховодить на сцене разыгрывающихся мировых трагедий.

Фактически то, что мы называем драконами, является нашим обычным, повседневным поведением. Мы не только склонны считать разрушительное, жестокое, бессердечное, направленное на самоуничтожение поведение человека нормальным, но и награждаем его всеобщим признанием, славой, богатством и общественным положением.

На самом деле семь драконов таятся в основе каждой нашей пагубной привычки, издревле известной челове-

ству. Они – главное препятствие на пути к реализации заложенных в нас возможностей. Именно драконы зачастую мастерски маскируются под честолюбие, таланты, силу, скромность, самопожертвование и мужественность.

Согласно задачам этой книги, драконам будут даны простые короткие имена: высокомерие, жадность, нетерпеливость, упрямство, самоуничтожение, склонность к мученичеству и саморазрушение. Эти семь понятий служат для описания причин всех человеческих страданий, причем, судя по пройденному человечеством пути, нет никакой надежды на избавление от этого бедствия, разрушающего самые благие намерения даже наилучших представителей нашего рода. И тем не менее есть возможность одержать победу над этими семью драконами, стоит лишь вооружиться для борьбы с ними правильно подобранной информацией, большим желанием, упорством, смелостью взглянуть в глаза ожидающим вас трудностям и готовностью принять предлагаемую помощь. Эта книга и предназначена дать вам средства и методы для расчистки возникающих на вашем пути препятствий.

Первым вашим шагом будет опознание наиболее грозного для вас дракона. Затем вам предстоит познакомиться со вторым чудовищем, которое бросится на вас, пока первое еще оказывает отчаянное сопротивление. Когда вы сумеете хорошенько узнать привычки и характер своих драконов, вы сделаете громадный шаг на пути к их уничтожению.

*Драконы редко позволяют себя увидеть и при*



*внимательном рассмотрении исчезают, тают как дым и превращаются в нечто выглядящее более привлекательно.*

Вот почему многие из нас пребывают в полном неведении относительно существования своих драконов. Научившись наблюдать за собственными драконами, вы сможете распознать их и в ком-либо другом. Если же вы сомневаетесь насчет породы ваших драконов, обратитесь за помощью к друзьям: обычно они видят их довольно отчетливо.

В этой книге вы найдете полное описание того, как действуют драконы, как они скрываются и какими трюками пользуются, чтобы поймать вас в ловушку. Вы научитесь распознавать то разрушительное воздействие, которое они оказывают на вашу жизнь. Вы увидите, как различные виды драконов присутствуют в повседневных делах обычного человека. В заключение вы найдете для себя методы эффективной борьбы с вашими драконами и научитесь предотвращать их посягательства на вашу личность.

И все же никакая книга не в состоянии проделать за вас всю необходимую работу. Вы можете быть вооружены самыми совершенными знаниями, но их одних вовсе не достаточно для победы над этими свирепыми, коварными существами. Чтобы их уничтожить, вам придется предпринять самые решительные действия. В книге вы отыщете и рекомендации к этим действиям, что поможет вам разобраться, какие именно шаги вам следует предпринять. После этого дело бу-

дет только за вами.

Следует также помнить, что в основе поединка с драконами всегда кроется некий парадокс. Как и в каждой сказке, основная роль по их уничтожению принадлежит главному герою – в данном случае вам, и только вам одному. Никто не сможет сделать этого за вас, какое бы сочувствие окружающие к вам ни испытывали. И тем не менее для вас всегда найдется скрытая помощь. Иногда она у вас прямо под носом, но вы ее не замечаете.

*Парадокс ситуации в том и состоит, что вы не можете одолеть дракона в одиночку.*

Вы не какой-нибудь отрезанный от всего мира, затерянный в океане островок; вы, скорее, пловец в бурном океане человечества. Здесь всегда найдутся те, кто уже прошел начатый вами путь; те, чьей целью является оказание помощи идущим за ними. Освобождение от тирании – это всегда и личное сражение, и результат объединенных усилий. Это такая же естественная участь человека, как его возмужание и взросление. Вам придется сделать решающий шаг самостоятельно, но в вашем распоряжении всегда будет неоценимая помощь окружающих.

# Происхождение драконов и преследуемые ими цели

Откуда же берутся эти самые драконы и почему люди так охотно с ними уживаются? Поскольку существа эти являются олицетворением угрозы и постоянной трансформации, ответ на поставленный вопрос может быть понят только метафорически.

Жизнь каждого из нас является своего рода сказкой, мифом. Она может быть интересной, волнующей или приносящей сплошные разочарования. Не будь в ней чудовищ, демонов, колдунов и чародеев, волшебная сказка жизни потеряла бы свою прелесть.

*Без любого рода драконов сказка была бы лишена драматического накала.*

Вот почему драконы и злые волшебники на каждом шагу встречаются в сказке нашей жизни, наполняют наши сны. Они бросают нам вызов, создают всевозможные препятствия, которые благодаря героическим усилиям мы успешно преодолеваем. Именно эти героические усилия и делают нашу жизнь восхитительным чудом – по-настоящему яркой и полнокровной. Если вы воспринимаете жизнь как сложную, космических масштабов игру, то вам нетрудно будет смотреть на возникающие на вашем пути проблемы и препят-

ствия как на условия, направленные на то, чтобы сделать игру интереснее. Когда игра слишком проста, она не приносит удовлетворения. Смотрите и на драконов как на элементы, делающие жизнь более увлекательной. Обуздание их, превращение в своих союзников и является одной из основных задач игры – жизни.

Почему же именно драконы на всем протяжении истории человечества приковывают к себе столь пристальное внимание? Потому что они так или иначе проникают в наше сознание, пугают и очаровывают нас.



В отличие от плоских и однобоких отрицательных героев вестернов и сериалов о бандитах и разбойниках, драконы способны изменять свое обличье: в один момент они могут быть сказочно красивы, а уже в

следующую секунду превратиться в наводящее ужас чудовище.

Они бесконечно более интересны для нас именно из-за нашего двойственного их восприятия. Природа драконов может быть понята благодаря изучению образующих их элементов.

Согласно мифологии, рыба, являющаяся, как утверждают, элементом воды, символизирует источник жизни и постоянного возрождения. Змея – рептилия, касающаяся туловищем земли, – представляет регенерирующие силы. Птица с распростертыми крыльями олицетворяет собой воздух и дыхание жизни и духа. Теплокровный лев символизирует огонь – жизненные силы, свет и трансформацию. В сравнении с ними мифологический дракон является чем-то совершенно иным, поскольку он взаимодействует с каждым из вышеперечисленных элементов. Он передвигается по земле, поднимается в воздух, живет в воде и извергает огонь.

Эта способность дракона отлично чувствовать себя в каждом из природных элементов делает его, конечно, серьезным противником. Он может оказывать влияние на ваши мысли (воздух), изменять ваши действия (земля), воздействовать на ваши чувства и эмоции (вода) и коренным образом трансформировать вашу личность (огонь). Поскольку дракон способен столь легко адаптироваться к среде обитания, он часто прибегает к хитрости и может на длительное время исчезнуть из поля вашего зрения. Являясь существом маги-

ческим, волшебным, дракон присутствует в нашей жизни в промежуточном состоянии между сном и бодрствованием, обитает в пространстве между сознанием и подсознанием.

Не имея половых различий, все семь драконов обладают способностью воздействовать как на мужчин, так и на женщин. Соответствующим образом, не имея определенного возраста, они могут оказывать на нас влияние в каждый момент нашей жизни. Тем не менее, с течением времени они претерпевают определенные изменения и в разные периоды жизни воздействуют на нас по-разному. Вы можете увидеть их за работой уже в самом раннем возрасте. Позднее драконы приобретают гормоны юношеской дерзости и начинают вламываться в вашу жизнь с яростной настойчивостью подростка. В более зрелом возрасте один из драконов или целая их компания берется за дело всерьез и мучает вас до тех пор, пока вы не очнетесь и не предпримете соответствующих мер. Очнуться в данном случае означает по-настоящему вспомнить, кем вы являетесь по своей сути. Как только это происходит, драконы немедленно начинают отступать.

# Оружие для борьбы с драконами

Если вы заинтересованы в сокрушении своих драконов, вам необходимо стать похожим на легендарного Георгия Победоносца и приобрести задатки, достойные героя собственной сказки.

*Каждый охотник на драконов должен иметь оружие, чтобы дать решительный отпор всему, что ни встретится на его пути.*

Вашим мужским оружием для битвы будут волшебный меч и жезл, представляющие собой правду и знание. Любого из семи драконов вы непременно сокрушите мечом правды и жезлом знаний. Только вам решать, использовать ли меч, чтобы сказать правду самому себе. На страницах этой книги вы найдете и жезл знаний, предназначенный для помощи вам в трансформировании своих драконов.

Вашим женским оружием станут волшебный сосуд с любовью и интуицией и монета-талисман, олицетворяющая собой приобретенный опыт и осознание реальной ценности своих поступков. Пригубив напиток из волшебного сосуда, вы углубите остроту своего восприятия и обретете чувство, способное направлять ваши действия на достижение победы. Приобретя волшебные возможности монеты, вы станете более проницательным в понимании действий, необходимых для трансформации стоящих у вас на пути драконов.

Внимательно изучая своих драконов, вы откроете для себя способы нейтрализации пагубного влияния, воздействуя на их уязвимые места. На самом деле драконы вовсе не столь непобедимы, какими хотят казаться.

К тому же, как и во всякой игре, трудности и препятствия не имеют своей целью ваше уничтожение; они лишь бросают вам вызов. Вы вполне в состоянии избавиться даже от следов ваших драконов. Однако они, тем не менее, остаются жить вечно, переходя из одного поколения людей в другое до тех пор, пока мы продолжаем терпеть их присутствие.

Вам никогда не удастся избавиться от драконов бегством или попыткой спрятаться от них. Как и во всех древних сказаниях, у вас есть единственный способ справиться с ними – тот, который пугает больше всего: встретиться с ними лицом к лицу и принять брошенный вам вызов.



# **Драконы как союзники**

Хотя я и говорю об уничтожении драконов, согласно сказкам, они живут вечно и не могут быть убиты. На страницах этой книги «убить дракона» означает заставить его прекратить оказывать влияние на вашу жизнь. Когда вы раз и навсегда избавитесь от своих драконов, они станут вашими союзниками. В действительности они отличнейшие учителя, и в конце борьбы вы приобретете их мудрость, используя которую сможете помогать другим. Вот почему эта книга и называется «Приручи своих драконов», то есть преврати их из врагов в союзников.

# Обнаружение своих драконов

Этот раздел главы содержит простейший перечень утверждений, которые помогут вам распознать ваших личных драконов. Читая книгу дальше, обращайтесь особое внимание на тех узанных вами драконов, которых вам хотелось бы изменить.

Отметьте группу утверждений, в наибольшей степени отвечающих вашему собственному мнению о себе, особенно в стрессовых ситуациях в вашей жизни. Обратите особое внимание на то, как ответили бы вы, пытаясь изучить что-нибудь новое и трудное для вашего понимания.

Нет надобности принимать абсолютно все утверждения на свой счет, поскольку каждая группа имеет лишь общее направление. Подумайте о том, что является главным в вашем поведении, прежде всего под влиянием стрессовых обстоятельств, так как именно в эти моменты появление драконов в вашей жизни становится наиболее вероятным.

Если вашему представлению о себе соответствуют две или более группы, отметьте те утверждения, которые вы считаете наиболее для себя справедливыми. Определите группу, имеющую для вас главенствующее и второстепенное значения. В конце перечня утверждений порядковый номер дракона соотносится с его именем. Не забегайте вперед, пока не закончите отбор утверждений.

Будьте честны с собой, насколько это возможно. Вам может быть неприятно признать справедливым по отношению к себе то или иное утверждение или кажущуюся вам недостойной манеру поведения. Не мучьте себя. Если же вас одолевают сомнения, обратитесь к друзьям: пусть они скажут о вас то, что думают. Обычно их суждения о вас более точны и объективны.

# Первый дракон

С людьми, которых я не знаю, я становлюсь более замкнутым и держусь несколько отстраненно.

Некоторые говорят, что меня трудно узнать поближе.

Легче тысячу раз умереть, чем попасть на людях в неловкое положение.

Мне нравится чувствовать себя особенным.

Окружающим, очевидно, должно казаться, что я держу под контролем каждый свой шаг.

Мне приходится много работать, чтобы преодолеть свою застенчивость.

Я ненавижу быть подвергнутым чьим-либо оценкам или сравнениям.

Я чувствую, что если люди получше меня узнают, они будут считать меня великим.

Мне трудно признать свою неправоту.

Мне трудно принести извинения.

Я критически отношусь к себе самому и частенько втайне подвергаю критике других.

Меня беспокоит то, как я выгляжу.

Я стараюсь поймать свое отражение в стеклах витрин и зеркалах, чтобы проверить, все ли у меня в порядке.

Победа имеет для меня очень большое значение.

## Второй дракон

Я часто сомневаюсь в своих способностях и чувствую себя неловко.

Если я считаю, что сделал что-нибудь не так, обязательно приношу свои глубочайшие извинения.

Если что-то идет не так, как нужно, обычно я чувствую, что в этом есть и доля моей вины.

Мне часто говорят, чтобы я выпрямился и не сутулился.

Я очень несправедлив к себе.

Есть много вещей, которые хотел бы сделать, но я сомневаюсь в своих силах и боюсь подвергать себя риску.

Люди говорят, что мне не хватает уверенности в себе.

Нередко я чувствую, что новая машина или одежда слишком для меня хороши.

Обычно я считаю, что многие вещи окружающие могли бы сделать лучше, чем я.

Часто я разговариваю, прикрыв рот рукой.

Иногда меня просят говорить погромче, потому что собеседникам меня не слышно. Иногда я ловлю себя на том, что дыхание у меня учащенное и поверхностное. Когда я чувствую себя неловко, я смотрю себе под ноги.

## Третий дракон

Я часто чувствую, что для окончания работы мне катастрофически не хватает времени.

Иногда второпях я роняю или разбиваю окружающие вещи.

Меня беспокоит, что жизнь течет быстрее, чем я успеваю что-то сделать.

Частенько мне приходится поторапливать детей, друзей или сотрудников,двигающихся или действующих слишком медленно.

Знакомые говорят, что я просто невыносим, и, мне кажется, они правы.

Я часто прерываю собеседника или заканчиваю за него его мысль.

Я ненавижу ждать и иногда теряю всякое терпение, когда что-нибудь тянется слишком долго.

Люди вокруг меня чертовски медлительны!

В своем стремлении всюду успеть и все сделать я часто опаздываю на назначенную встречу.

Я зачастую выхожу из дому слишком поздно и второпях забываю или теряю вещи.

Мне трудно замедлить ритм жизни даже в отпуске или на каникулах.

Я часто ловлю себя на том, что спешу, даже когда для это-

го нет никакого повода.

Планов на день у меня очень много, а времени на их реализацию, как правило, не хватает.

Большую часть времени я чувствую себя уставшим и физически, и психически.

## Четвертый дракон

Обстоятельства часто застают меня врасплох.

Окружающие говорят, что я люблю поплакаться в жилетку, но они просто не понимают, как сложно все устроено.

Зачастую обстоятельства складываются так, что у меня не остается никакого выбора.

Если бы не некоторые из окружающих меня людей, жизнь у меня складывалась бы гораздо лучше.

Меня часто раздражают заявления окружающих, будто я волен поступать так, как мне хочется. Они просто не знают, в какой ситуации я нахожусь.

В жизни вы просто не можете делать то, что хотите. Вокруг слишком много вещей, которые этому мешают.

Окружающие зачастую воспринимают мое отношение к ним как нечто само собой разумеющееся. Они даже не понимают, как много я для них делаю.

Когда окружающие вносят полезные предложения, я обычно хорошо знаю, что помешает их осуществлению.

Кажется, никогда не найти человека, кто по-настоящему бы мне помог.

Никто не имеет права причинять мне те неприятности, из-за которых я уже и так столько натерпелся в жизни.

Я чувствую, что так много делаю для окружающих, а они платят мне тем, что заставляют делать еще больше.



Большинство детей просто проявляют неблагодарность, желая получить больше того, что уже имеют.

Обычно мне трудно отказать в выполнении чьей-то просьбы.

Зачастую мне требуется человек, который бы меня разве- селил или хотя бы поднял настроение; у меня все складыва- ется гораздо хуже, чем у остальных.

## Пятый дракон

Часто я ловлю себя на мысли, что где-то в другом месте трава зеленее, а окружающие лучше, чем здесь.

Зачастую я чувствую, что мне никогда не найти того, что я ищу.

Когда что-то идет не так, мне хочется пробежаться по магазинам, чтобы поднять себе настроение.

Когда что-то идет не так, мне хочется есть и кажется, что я никогда не наемся.

Когда мне чего-то очень хочется, я часто сдерживаю себя. Я пытаюсь держать себя под контролем, но это так трудно.

Часто я складываю оружие и иду на поводу своих желаний, отчего позднее испытываю чувство вины и глубокое раскаяние.

Я люблю вещи. Иногда, даже если мне это не нужно, я могу купить ту или иную вещь.

Часто я мечтаю иметь целиком все из того, что хочу иметь хоть частично.

Я беспокоюсь, что останусь ни с чем. Иногда я не могу выбрать между вещами, которые мне хотелось бы иметь. Тогда я не покупаю ничего и впоследствии чувствую себя действительно плохо.

У меня есть дурные привычки.

Я часто бросаюсь в рискованные операции.

Я знаю, что цена продаваемой мной вещи явно завышена, но необходимость ее снижения вызывает у меня откровенное неприятие.

Я часто обвиняю своего партнера в том, что не испытываю чувство удовлетворения.

## Шестой дракон

Когда что-то не ладится, я пропускаю рюмочку-другую, чтобы почувствовать себя лучше.

Мне нравится руководить, но часто я ловлю себя на том, что ситуация выходит у меня из-под контроля.

Я часто впадаю в самое настоящее отчаяние.

Иногда я подумываю о том, чтобы наложить на себя руки, потому что жизнь слишком трудна и мучительна.

Я употребляю наркотики, чтобы заглушить боль и тяготы жизни.

Зачастую я подвергаю свою жизнь серьезной опасности быстрой ездой или вождением машины в ситуациях, грозящих катастрофой; при этом я всегда объясняю окружающим, что все в порядке и беспокоиться не о чем.

Иногда мне кажется, что я всем мешаю и без меня окружающие вздохнули бы с облегчением.

Я часто думаю, что жизнь моя не протянется слишком долго.

Большую часть времени у меня все идет не так, как надо.

У меня за плечами длинный список прерванных отношений с друзьями и разорванных соглашений.

Я частенько уже решаюсь свести счеты с жизнью, но у меня ничего не получается.

Меня беспокоит, что я мог кого-то серьезно обидеть.

Мне нравится доказывать, что я могу преодолеть опасность.

У меня бывают серьезные срывы, оканчивающиеся истерикой или взрывами гнева.

## Седьмой дракон

Когда я сомневаюсь, я обычно говорю «нет».

Я ненавижу, когда кто-то лезет со своими советами о том, что мне делать и как мне жить.

Если я что-то решил, ничто меня не остановит.

Резкие перемены меня пугают.

Иногда я поступаю вопреки тому, что мне советуют, просто чтобы показать, кто здесь начальник.

Когда захочу, я могу быть очень упрямым.

Никто не способен изменить мое мнение. единственный, кто может это сделать, — это я сам.

Окружающие говорят, что я прочно стою на ногах.

Никто не может заставить меня сделать то, чего я не хочу. Никто — уж это я вам говорю!

Иногда я чувствую, что проявляю излишнее упрямство даже в своих собственных делах и тем самым отдаляю успех.

Я способен настоять на своем, несмотря ни на какие поражения.

Если я решил, что никуда не пойду, никто не сдвинет меня с места.

Мне трудно пойти на уступку, даже когда я знаю, что не прав.

Никто не остановит меня в осуществлении задуманного.

# Какие драконы берут вас за горло

Вышеперечисленные утверждения соотносятся со следующими драконами:

- **Первый дракон: высокомерие.**
- **Второй дракон: самоуничижение.**
- **Третий дракон: нетерпеливость.**
- **Четвертый дракон: склонность к мученичеству.**
- **Пятый дракон: жадность.**
- **Шестой дракон: склонность к саморазрушению.**
- **Седьмой дракон: упрямство.**

Большинство людей имеют в своем окружении драконов, оказывающих на них более или менее сильное воздействие. Перечень утверждений, в наибольшей степени отвечающий вашему самовосприятию, соответствует вашему основному дракону; перечень, отражающий ваше мнение о себе в несколько меньшей степени, — дракону второстепенной важности. Если вам оказались близки утверждения всех перечней, скорее всего, вам досаждают дракон упрямства. Если же вы не сумели отыскать свой портрет ни в одном из перечней, вероятно, ваши драконы просто облепили вас со всех сторон и вы не способны их увидеть. Обратитесь за помощью к своим друзьям, если у вас, конечно, хватит на это смелости. И попытайтесь не подвергать их репрессиям, когда услышите от них всю правду о себе.

# Скрытая ценность драконов

Сокрушение драконов дарит вам скрытую силу. Когда Георгий Победоносец поразил своего дракона, тот стал навечно его верным слугой. Победителю принадлежит вся сила и мощь покоренного им противника. А в логове драконов таятся величайшие богатства. Они представляют собой правду и знания, захваченные у людей коварными чудовищами. Когда вы, победитель драконов, уничтожите своих поработителей, вам достанутся несметные сокровища правды и знаний. Обуздав своих драконов, вы из собственного опыта «достанете» тщательно скрывавшиеся могущественные знания. Вы откроете для себя величайшую тайну.

*Вы узнаете, что вовсе не вы сами заставляли себя страдать и мучиться.*

Драконы не в силах ничего поделаться с вашей истинной сущностью. Они всего лишь паразиты, пытающиеся возобладать над вашей личностью и подпитывающиеся к тому же вашей собственной энергией. Как и все остальные паразиты, однажды вцепившись в вас, они держатся крепко и вовсе не желают сдаваться без борьбы. Но если вы не пресечете их посягательств, в конце концов они окажут серьезнейшее трагическое влияние не только на все проявления вашей духовной и общественной жизни, дела и отношения с близкими, но и на ваше здоровье. Древние трактаты утверждают, что драконы



питаются кровью человека и пожирают его целиком.

Поистине справедливейшее суждение об этих семи смертельно опасных драконах! Они действительно нас пожирают.

Среди людей пожилого возраста чаще всего наблюдают-ся два основных типа. К *первому* относятся люди сварли-вые и тяжелые в общении. Никто не хочет находиться ря-дом с ними, потому что они, кажется, сознательно стремятся самым невыносимым образом выставить напоказ наиболее неприглядные черты своего характера. В течение многих лет эти люди позволяли драконам все сильнее уродовать их лич-ность. И вот теперь их близким так сложно поддерживать с ними отношения, а окружающие стремятся держаться от них подальше. Они жалки и несчастливы. Вопреки своим ожи-даниям, они зачастую заканчивают жизнь, покинутые всеми, оставшись наедине со своими так долго лелеянными внут-ренними личностными страхами.

*Второй тип* людей пожилого возраста достоин всяческо-го восхищения. С годами они словно становятся лучше и демонстрируют все более привлекательные черты своего ха-рактера. Они собирают вокруг себя множество людей, и род-ственники наперебой пытаются заполучить их на праздники. Эти люди обладают покоряющим сердца очарованием. Они действительно счастливы. Как правило, они обладают более крепким здоровьем, чем их лелеющие своих драконов ровес-ники. Но даже имея какие-то проблемы со здоровьем, они ухитряются оставаться для нас столь же привлекательными.

Этим людям удалось избавиться от досаждающего влияния драконов. Они сбросили с себя иго паразитов и стали самими собой. Они мудры и могут многое предложить подрастающему поколению.

Итак, у вас есть выбор. К какому типу пожилых людей вы хотели бы относиться? Выберите ли вы одиночество или предпочтете занять свое место среди почтеннейших и всеми уважаемых людей? Ответ ваш зависит только от того, ясно ли вы видите своих драконов.

# Победив драконов

Расправившись со своими драконами, вы:

- станете более современным;
- освободитесь от дурного чуждого влияния и направите всю энергию на то, чтобы сделать свою жизнь еще прекраснее;
- двинетесь вперед семимильными шагами;
- приобретете силу, порождаемую несравненным ощущением мира и согласия с самим собой;
- почувствуете себя счастливым;
- станете магнитом, притягивающим к вам людей, и примером для подражания;
- превратитесь в высшей степени привлекательного человека, приковывающего к себе внимание отнюдь не страданиями и извечными нерешенными проблемами;
- перестанете быть объектом интереса тех, кто пользуется вашей слабостью;
- почувствуете сострадание к тем, кто еще находится во власти раздирающих их драконов;
- сможете оказывать помощь другим, не подвергаясь разрушающему влиянию их драконов;
- станете впервые в жизни по-настоящему всемогущим.

# Орден драконов

Первое и самое главное, что следует знать о семерых драконах, это то, что **между ними не существует никакой иерархии**. Один из них ничем не хуже и не лучше другого. Жадность ничуть не лучше высокомерия, а склонность к мученичеству ни в чем не уступает упрямству. Последствия их воздействия на нас одинаково тяжелы. Они высасывают из нас жизненные соки, оставляя нам лишь высохшую оболочку, не способную осуществить наши мечты.

Причина, по которой у драконов отсутствует иерархическое различие, очень проста: в основе каждого из них лежит одно и то же – страх. Именно он является их кровью, подпиывает их, пока они растут. Вот почему и все страдания людей проистекают из одной-единственной вещи – безграничного, подавляющего страха во всех его видах. Семь драконов представляют собой основные формы проявления ничем не обоснованных страхов, и распознать этих чудовищ – значит сделать первый шаг на пути к избавлению от страха.

*Без необоснованных страхов исчезают и все человеческие страдания.*

# Что такое беспричинные, необоснованные страхи?

К ним относятся:

- страхи, основанные на иллюзии собственного одиночества, оторванности от остальных;
- страх отсутствия любви окружающих;
- страх незнания и непонимания;
- страх, возникающий сам по себе;
- страх, застилающий нам глаза;
- страх, искажающий действительность, представляющий нам окружающее в совершенно ином свете;
- страх, порождающий все наши мучения и страдания;
- страх, лишаящий нас разума;
- страх, парализующий нашу волю;
- страх, делающий нас несчастными;
- страх, подавляющий в нас любовь к жизни.

Следует, однако, иметь в виду, что существуют и формы страха, помогающие человеку выжить. Например, страх перед снежной лавиной, стремящийся удержать нас от опасного места. Это вовсе не беспричинный, необоснованный страх, а его разумная, имеющая положительное значение форма. Драконы же порождают в нас беспричинные страхи, но искусно маскируют их под страхи, имеющие под собой реальную основу.

Хотя между драконами отсутствует иерархическое разделение, они, тем не менее, имеют определенные взаимоотношения, которые дают нам ключ к пониманию того, как они действуют:

- **высокомерие – самоуничижение;**
- **нетерпеливость – склонность к мученичеству;**
- **жадность – склонность к саморазрушению;**
- **упрямство.**

Эти пары драконов состоят из чудовищ-двойников. Члены каждой пары имеют между собой много общего, и в основе их лежат схожие движущие силы. На первый взгляд они выглядят полной противоположностью друг другу. Тем не менее в каждом из чудовищ имеется зародыш его партнера. В основе высокомерия всегда лежит самоуничижение, в котором непременно отыщется оттенок высокомерия.

Упрямство – это дракон, стоящий в стороне от остальных. Он не имеет своего двойника-противоположность. Это отсутствие союзника позволяет ему считаться нейтральным. Однако упрямство может стать в пару с любым из шести драконов.



Человек, например, может быть не просто упрямым, а упрямо-высокомерным или, наоборот, упрямо-униженным. Излишнее упрямство способно перерасти в склонность к саморазрушению. Оно может лежать в основе страхов человека, опасющегося стать жертвой непредвиденных обстоятельств, в чем нельзя не узнать склонность к мученичеству. И так далее.

В следующих четырех коротких подразделах представлено описание каждой пары драконов и их нейтрального собрата, а также отражена география обитания чудовищ. Вслед за этим мы повнимательнее взглянем на каждого из драконов и научимся оказывать им достойное сопротивление. Одно только знание манеры поведения дракона и его привычек сможет дать нам надежду разделаться с ним. Эти коварные

чудовища пользуются тем, что человек не знает их слабых мест и ограниченности. Да-да, каждый дракон имеет уязвимое место, воздействие на которое ослабляет его и в конце концов вызывает полную его трансформацию. И чтобы сделать первый шаг на пути к этому решающему сражению, нам необходимо вооружить себя знаниями.



# **Драконы первый и второй: высокомерие и самоуничижение**

И высокомерие, и самоуничижение основываются на ошибочной самооценке. Высокомерие склонно к завышению собственной значимости, а в основе самоуничижения, наоборот, лежит неосознанное стремление к ее принижению.

Как правило, человека высокомерного распознать довольно просто. Это он ходит, демонстративно выпятив грудь и, словно нарочно, высоко задрав нос. Это про него говорят, что он вот-вот лопнет от важности. Это при виде такого человека у окружающих возникает желание ткнуть пальцем ему в надутые щеки и выпустить из него лишний воздух, доведя его, так сказать, до размеров обычного человека.

С другой стороны, люди, страдающие самоуничижением, выглядят так, будто из них выкачали весь воздух. Они ходят с поникшими плечами, низко опущенной головой и согнувшись в три погибели. Окружающим хочется помочь им выпрямиться во весь рост, приподнять голову и расправить плечи.

Оба эти дракона – высокомерие и самоуничижение – влияют на наше дыхание. Они нарушают естественный ход дыхательного процесса: затрудняют вдох и выдох. Сложно набрать воздух в легкие, уже наполненные в достаточном количестве, – но отнюдь не кислородом.



Представьте себе для сравнения два баллона, в одном из которых давление избыточное, а в другом – недостаточное: и тот и другой будут испытывать нагрузку на стенки из-за разницы в давлении. При таком неполноценном дыхании мозг человека недополучает причитающуюся ему порцию кислорода, а при кислородном голодании оказывается не в состоянии функционировать нормально. Да и как он может порождать или воспринимать что-то новое, когда он просто-напросто голодает?

Вот почему оба эти чудовища относятся к классу драконов, затрудняющих дыхание. Когда с ними покончено, дыхание нормализуется.

Следует также упомянуть, что каждый из драконов этой

пары способен ненадолго принимать облик своего двойника-противоположности. Вот и люди, склонные к самоуничтожению, могут внезапно становиться надутыми и напыщенными, а человек обычно высокомерный после какой-либо унижительной для него процедуры может выглядеть поникшим и подавленным, словно из него выпустили весь воздух.

# **Драконы третий и четвертый: нетерпеливость и склонность к мученичеству**

И нетерпеливость, и мученичество основываются на ложных представлениях о времени и пространстве, прежде всего — об их ограниченности. Во власти дракона нетерпеливости люди испытывают страх перед недостатком времени. Они опасаются, что им не хватит времени, чтобы успеть куда-то или выполнить необходимую работу. Поэтому их естественной реакцией на эти страхи является стремление поскорее закончить работу, пока время еще не вышло.

В случае склонности к мученичеству человек опасается препятствий в виде обстоятельств, способных сложиться неблагоприятным образом. его не покидает чувство, что если бы не противодействие обстоятельств или окружающих его людей, у него была бы полная свобода действий и он сделал бы правильный шаг. Находясь в этих стесненных, как им кажется, обстоятельствах, при отсутствии свободы выбора, единственное — очевидно, считают они, — что им еще остается, это донимать окружающих своими жалобами и стенаниями, пока обстановка сама собой каким-то образом не изменится к лучшему.

В обоих случаях орудием драконов является страх пе-

ред недостаточной мобильностью или ограниченной свободой действий. Вот почему нетерпеливость и мученичество называются драконами ограничения действий, как высокомерие и самоуничтожение считаются драконами, затрудняющими дыхание.

Оба эти дракона также способны принимать облик своего двойника-противоположности. Люди нетерпеливые чувствуют себя мучительно в жестких временных рамках, а люди, склонные к мученичеству, неожиданно становятся в высшей степени взвинченными и нетерпеливыми.

## **Драконы пятый и шестой: жадность и склонность к саморазрушению**

Жадность и склонность к саморазрушению основываются на ошибочном представлении человека о самовыражении. Обе эти черты характера связаны с неспособностью контролировать свою манеру поведения и непомерный аппетит. Люди, имеющие склонность к саморазрушению, боятся потерять контроль над самим собой и над обстоятельствами. Стремясь управлять ситуацией – и в целом своей жизнью, – которая, как им кажется, совершенно не поддается их контролю, они предпринимают отчаянные усилия, чтобы этот контроль восстановить. Эти тщетные усилия и порождаемые ощущаемой безысходностью пагубные привычки, призванные притупить боль от разочарований, зачастую приводят человека к идее свести счеты с жизнью. Такая форма самовыражения ведет к концу всякого самовыражения.

При жадности сильнее всего проявляется страх перед недостаточностью вещей, способных принести счастье и чувство удовлетворения. Человеку кажется, что где-то его ждет больше любви, денег, власти и признания, чем он имеет дома. Он вступает в противоборство с драконом, который направляет его на бой с тенью, на бесконечные тщетные поиски того, чего найти он не может. Столь же болезненной для человека является и попытка умерить свои не получающие

удовлетворения запросы, отказаться от желаемого.

Поскольку оба эти дракона нарушают манеру нормально-го самовыражения человека, их называют драконами, искажающими самовыражение.

При этом склонность к саморазрушению способна приобретать черты жадности и зачастую проявляться в излишнем потреблении пищи и алкоголя, а жадность может довести человека до полного разрушения, особенно когда он, пренебрегая личной безопасностью, ищет предмет своих вожделений.

# Дракон седьмой: упрямство

Последним драконом является упрямство. В его основе лежит ошибочная вера в непогрешимость своего авторитета. Люди, терроризируемые этим драконом, вступают в противоречие со всеми, кто требует от них сделать то, на что они не чувствуют себя готовыми. Упрямство – их способ выторговать себе время, замедлить ход событий, чтобы получить отсрочку и приспособиться к восприятию предстоящих перемен. Эти люди в буквальном смысле слова боятся перемен и, пытаясь их предотвратить, говорят «нет», даже прекрасно осознавая, что следует сказать «да».



Из-за тенденции к замедлению действий



и выторговыванию для себя отсрочки этого дракона можно было бы классифицировать как тугодума, ожидающего результата проводимого им сравнительного анализа. Под воздействием дракона упрямства люди вынуждены тщательно взвешивать все «за» и «против», прежде чем принять какое-то решение. С одной стороны, подобный подход к делу кажется похвальным, но в том-то и беда, что в действительности упрямы мешают проведению объективного анализа и закрывают двери всему новому в тщетном стремлении оставить все на своих местах.

Как было сказано выше, дракон упрямства стоит в одиночестве и не имеет своего двойника-противоположности. Он стремится примкнуть к любому из остальных драконов. Так, упрямы в отстаивании своей точки зрения способны дойти до прямого саморазрушения. Это, например, те люди, которые отказываются оставлять свои дома даже под угрозой надвигающегося извержения вулкана, наводнения или крупного пожара.

# **Обличье драконов**

## **Драконы толстые и худые**

Это еще одни метафорические характеристики драконов, составляющих пары двойников-противоположностей. Одни чудовища склонны к полноте, а другие, наоборот, выглядят длинными и тощими. Каждый из них имеет телосложение, отвечающее его зловещим целям. Так, глаза трех драконов расположены по бокам их свирепых морд – этими драконами с широким полем зрения являются жадность, высокомерие и нетерпеливость. Глаза трех других чудовищ посажены очень близко. Эти худые драконы с узким полем зрения – саморазрушение, самоуничижение и мученичество.

## **Толстые драконы с широким полем зрения**

Драконы жадности, высокомерия и нетерпеливости толкают людей на поступки, направленные на подавление окружающих, на преодоление все новых и новых ступеней общественной лестницы. Жадность, высокомерие и нетерпение вынуждают людей развязывать войны, стремиться к покорению других народов, к захвату конкурирующих компаний,

к соблазнению чужих жен. Они настраивают на проявление экспансии.



Человек жадный всячески стремится к накоплению богатств и испытывает мучительное беспокойство, вызванное страхом потерять накопленное. Склонный к высокомерию вальяжно вступает в политическую борьбу, чтобы очень скоро быть выброшенным из рядов не менее рьяных противников в результате какого-нибудь унижительного политического скандала. А нетерпеливый главнокомандующий, не дожидаясь подхода дополнительных сил, бросает своих солдат в атаку и, понеся громадные потери, дает приказ к отступлению.

Если над вами довлеет дракон жадности, вы обречены ис-

касть удовлетворения своих желаний в окружающем вас мире. Мир напрямую подвергается воздействию ваших притязаний. если за плечами у вас маячит дракон высокомерия, вам суждено повсюду демонстрировать собственное превосходство. Высокомерие толкает вас на общественную арену. если вас берет за горло дракон нетерпения, вы вынуждены мчаться сломя голову, подгоняемые страхом нехватки времени. Нетерпеливость также оказывает прямое воздействие на окружающих вас людей и нередко нарушает все установившиеся, привычные связи.

Три этих толстых дракона несут разрушение всему, что их окружает. Когда они выходят на прогулку, земля сотрясается от боли, а после такого променада на лице у нее остаются широкие незаживающие раны. Эти чудовища очень приметны и стремятся привлечь к себе еще большее внимание, что и является частью их смертельно опасной стратегии, которую они способны замаскировать под смелость, напористость и предприимчивость. Человек очень поздно открывает для себя их истинную сущность – только когда он уже подвержен их пагубному влиянию.

## **Худые драконы с узким полем зрения**

В отличие от своих толстых собратьев, драконы саморазрушения, самоуничтожения и мученичества концентрируют свое внимание на очень узких областях человеческой дея-

тельности. Эти чудовища толкают человека на шаги, которые уводят его от общественной жизни.

Вредоносное воздействие, оказываемое людьми, имеющими склонность к саморазрушению, направлено прежде всего на них самих и часто доводит их до полной изоляции и даже до самоубийства. Зачастую они не живут достаточно долго для того, чтобы успеть причинить серьезный вред всему обществу. И тем не менее направленная на саморазрушение манера поведения человека оказывает трагическое влияние на его семью и, в первую очередь, на его собственную судьбу.



Люди, склонные к самоуничтожению, всеми силами стремятся избежать ситуаций, способных привести их назад, в общество людей; они стремятся к полной изоляции. Среди таких людей редко – если это вообще

возможно – найдешь Гитлера или Сталина.

Мученичество больше настраивает людей на жалобы и причитания, нежели на какие-то конструктивные действия, и, следовательно, быстро уводит их с общественной арены. Жертве собственного характера гораздо сладостнее обливаться горячими слезами на плече у измученного безуспешными поисками слов утешения супруга, нежели в переполненном чужими людьми офисе.



Если вас терзает дракон саморазрушения, рано или поздно вам неизбежно грозит трагический финал: ведь внимание чудовища, как и его губительное воздействие, направлено только на вас.

Если вас взял под свою опеку дракон самоуничтожения, при длительном попустительстве вам

придется распрощаться с собственной личностью: очень скоро вы почувствуете себя неспособным нести ответственность даже за свою судьбу.

Если в вас вонзились когти дракона мученичества, весь окружающий мир очень скоро начинает расплываться в застилающих ваши глаза слезах и сокращается до крохотного мирка, наполненного только вашими собственными, как правило, надуманными проблемами.

Хотя эти худосочные драконы и не обладают столь впечатляющей внешностью, как их толстые собратья, причиняемый ими человеку вред ничуть не меньше. На самом деле их яд еще опаснее, а мелкий хищник, как известно, всегда проворнее существа более крупного и быстрее сумеет выбрать момент для нанесения удара. Вот почему ни в коем случае не следует недооценивать этих худых драконов с близко посаженными хитрыми глазками. В действительности их внешность призвана усыпить бдительность человека, обмануть его, выбить у него из рук оружие. Вы еще увидите, что они способны причинить несколько не меньше страданий, чем чудовище с более внушительной фигурой.

## **В меру упитанный дракон**

Дракон упрямства также способен обмануть вашу бдительность, поскольку на первый взгляд кажется, будто его нельзя отнести ни к категории толстых чудовищ, ни к кате-

гории худых. Не позволяйте ему обвести вас вокруг пальца: вам еще предстоит узнать, как он опасен. А поскольку в драконе упрямства присутствуют элементы каждого из остальных чудовищ, он способен приобретать облик как дракона толстого, так и худого.



# **Лучшие и худшие черты в каждом из драконов**

У каждого дракона есть свой положительный и отрицательный полюс. Когда дракон выпускает из ноздрей языки душающего дыма и пламени, когда когти его вонзаются вам в горло, а барабанные перепонки лопаются от его душераздирающего трубного рева, чудовище предстает перед нами в своем самом устрашающем виде. В негативном полюсе дракон находится, когда мы полностью подчинены его власти.

Но стоит лишь начать сражение с чудовищем, как нам предоставляется возможность увидеть его положительный полюс. Дракон чувствует, что утрачивает свою власть над нами, и пытается пойти на компромисс. Он делает вид, будто отступает, но как только ему удастся рассеять наше внимание, он тут же вонзает в нас когти с новой силой.

Позитивный полюс открывает перед нами весьма сложные перспективы. Когда мы знакомимся с положительным аспектом поведения чудовища, наши отношения переходят в стадию постоянной динамической напряженности, при которой ни мы, ни дракон не находимся один у другого под полным контролем. Дальнейшие отношения между нами могут развиваться в обоих направлениях. Даже само по себе достижение позитивного полюса не означает для нас полного освобождения от когтей дракона, хотя и представляет со-

бой трудно переоценимый по значению шаг к прогрессу. Это действительно шаг к свободе. И тем не менее вам ни на секунду нельзя оставаться на месте, пока борьба не окончена, иначе вас тут же отбросят назад когти следующего чудовища, битва с которым еще продолжается. Она будет состоять в постепенном взятии вами всех положительных и отрицательных полюсов каждого дракона.

## **Лучшие и худшие черты дракона высокомерия**

Негативным полюсом дракона высокомерия является тщеславие.

Диктатор без всякого стыда и совести кичится своим богатством на глазах обнищавшего народа. Кинозвезда беззащитно отчитывает занятых в съемке актеров и технический персонал. Здесь все ясно: дракон крепко держит их в своих лапах.

Положительным полюсом дракона высокомерия является гордость.

Гордость творца: директор кинокартины испытывает гордость по поводу своего последнего фильма и в художественной среде не может говорить ни о чем другом. Распирает ли его дракон высокомерия или он испытывает естественный подъем от сознания мастерски выполненной работы?

Гордость победителя: известная теннисистка выкладыва-

ет трофеи перед своими друзьями. Демонстрирует ли она награды, чтобы поднять собственную значимость в глазах приятелей, или испытывает естественный прилив энтузиазма, видя, каких успехов ей удалось добиться?

## **Лучшие и худшие черты дракона самоуничтожения**

Отрицательным полюсом дракона самоуничтожения является полное отсутствие чувства собственного достоинства.

Растрепанный, с понуро опущенной головой, распространяющий отвратительный запах бродяга, шаркающей походкой пробирающийся по задворкам городских окраин. Получивший неудовлетворительную отметку студент колледжа, которому не хватает смелости спросить у профессора, как ему улучшить знания и пересдать экзамен. Здесь дракон одерживает явную победу.

Положительным полюсом дракона самоуничтожения является скромность.

Кулинар, мастер своего дела, отказывается покрыть изысканными украшениями испеченный им торт. Простая ли скромность тут причиной или большее значение имеет маячащий у него за спиной дракон? Автор выдающегося рассказа остается анонимным. Из-за боязни успеха или из-за необъяснимого стремления к одиночеству и уединению?

## **Лучшие и худшие черты дракона нетерпеливости**

Отрицательным полюсом дракона нетерпеливости является несдержанность – эти отвратительные вспышки раздражения, отдаляющие от человека друзей и знакомых и оставляющие его в полном одиночестве.

Водитель, не желающий пропустить переходящего дорогу инвалида и с визгом проносящийся в своем автомобиле перед самым носом у перепуганного старика. Учительница музыки, истеричными воплями реагирующая на неловкие прикосновения к клавишам фортепиано неумелых пальцев своего ученика. Дракон злорадно ухмыляется.

Положительным полюсом дракона нетерпеливости является отвага – акт проявления свободолюбивой натуры.

Путешественник, отвергающий долгий путь по берегу в обход озера и бросающийся в холодную воду, чтобы плыть напрямик. Просто ли это глупый маневр или блестящее решение проблемы? Не желающий больше дожидаться письменного ответа книготорговый маклер заказывает билет до Нью-Йорка, чтобы лично увидеться с клиентом. Пустая ли это затея нетерпеливого транжиры-коммивояжера или проявление деловой хватки решительного, прочно стоящего на ногах бизнесмена?

## **Лучшие и худшие черты дракона мученичества**

Отрицательным полюсом дракона мученичества является стремление к мучительству своих близких – жалобами и проявлением недовольства, порождающими у них ощущение вины за собственные промахи и неудачи.

Владелец двух прогоревших предприятий выстраивает на песке своих иллюзий еще один безжизненный замок, заранее обреченный на участь своих предшественников, и обвиняет в постигшей его очередной неудаче жену, детей, налоговые органы, компаньонов и даже неблагоприятные метеорологические условия. Оставившая двух своих прежних мужей-алкоголиков женщина пытается в третий раз выйти замуж за имеющего склонность к употреблению наркотиков человека и тут же начинает нещадно распекать его за пагубную привычку. Дракон радостно потирает лапы в предвкушении очередной трагедии.

Позитивным полюсом дракона мученичества является самоотверженность.

Она отказывается от учебы в медицинском институте, чтобы заработать деньги, необходимые ее мужу для окончания юридического факультета. Любовь это или пища для последующих бесконечных укоров и сожалений? Он отправляет детей в престижный частный колледж и работает на двух

работах, чтобы оплатить их обучение. Беззаветное ли это самопожертвование и проявление отеческой любви или безотчетный поиск повода для последующего эмоционального шантажа? Дракон не оставляет надежды заполучить в свои лапы очередную жертву.

## **Лучшие и худшие черты дракона жадности**

Отрицательным полюсом дракона жадности является ненасытность – граничащее с безумием стремление к обещающим наивысшее наслаждение удовольствиям и неспособность получить от них удовлетворение.

Страдающий от обжорства гурман растрчивает доставшееся ему наследство в безумной гонке за все новыми будоражащими его воображение деликатесами. Обиравая всех, кого только можно, скряга считает каждую копейку, накапливая богатство и не видя никаких иных радостей в жизни. Дракон торжествует.

Положительным полюсом дракона жадности является вкус к радостям жизни, стремление к тому, что может доставить удовольствие.

Вспомните людей, коллекционирующих машины, произведения искусства, любовников, стремящихся заполучить в свои руки все, что только видят их глаза. Простое ли здесь стремление к радостям жизни или дракон жадности толкает

этих людей на не знающие предела поиски удовольствий?

## **Лучшие и худшие черты дракона саморазрушения**

Отрицательным полюсом дракона саморазрушения является склонность к самоубийству – манера поведения, приводящая человека либо к быстрой смерти от пули, выпущенной в висок, либо к медленной – от наркотиков и постепенного прожигания жизни.

Искатель приключений, проглотивший пригоршню таблеток и запивший их полудюжиной банок пива, садится за руль, чтобы с ветерком прокатиться по трассе. Чем закончится такое путешествие?

Положительным полюсом дракона саморазрушения является самопожертвование.

Солдат добровольно вызывается выполнить поручение, связанное со смертельным риском, в расчете на то, что отдаст жизнь не напрасно. Молодой десятиборец сходит с дистанции и дает возможность выиграть забег одному из своих соперников. Альтруизм это или действия, направленные против себя самого? Не стоят ли за ними происки дракона?

## **Лучшие и худшие черты дракона упрямства**

Отрицательным полюсом дракона упрямства является его высшая степень – глупое упрямство, закрывающее перед человеком возможность сотрудничества и общения с окружающими.

На переговорах упрямый директор компании отказывается пойти на определенные уступки, и его неоправданное упорство разрушает намечающиеся перспективы дальнейшего плодотворного сотрудничества. А разве не ослиное упрямство толкает политиканов разрешать конфликтные ситуации силой оружия?

Положительным полюсом дракона упрямства является решительность и настойчивость.

Под ураганным огнем полководец принимает решение стоять до конца и не сдаваться. Проявление ли это беззаветной храбрости или признак отсутствия здравого смысла? Молодой спортсмен, едва вышедший на беговую дорожку после сильного растяжения сухожилий, решает принять участие в серьезных соревнованиях. Гонит ли его дракон упрямства или это проявление независимости характера настоящего борца?

Следующая схема представляет вам полную классификацию драконов.



---

---

### Драконы, затрудняющие дыхание

---

---

#### С широким полем зрения:

- + гордость  
ВЫСОКОМЕРИЕ
- тщеславие

#### С узким полем зрения:

- + скромность  
САМОУНИЧИЖЕНИЕ
- отсутствие чувства  
собственного достоинства

---

---

### Драконы ограничения действия

---

---

#### С широким полем зрения:

- + отвага  
НЕТЕРПЕЛИВОСТЬ
- несдержанность

#### С узким полем зрения:

- + самоотверженность  
МУЧЕНИЧЕСТВО
- стремление к мучительству

---

---

### Драконы, искажающие самовыражение

---

---

#### С широким полем зрения:

- + вкус к радостям жизни  
ЖАДНОСТЬ
- ненасытность

#### С узким полем зрения:

- + самопожертвование  
САМОРАЗРУШЕНИЕ
- склонность  
к самоубийству

---

---

### Дракон уподобления

---

---

#### С широким или узким полем зрения:

- + решительность  
УПРЯМСТВО
  - глупое упрямство
-

# **Глава 2**

## **Степени зрелости**

Мало того, что семеро драконов имеют различную внешность и весьма специфичные отношения в своем тайном, скрытом от посторонних глаз ордене, каждый из людей обладает собственной реакцией на осаждающее его чудовище. К примеру, человек, терроризируемый драконом нетерпеливости, в тестовой ситуации поведет себя совершенно иначе, нежели его страдающий тем же недугом сосед. Нетерпеливый отец способен отшлепать своего кажущегося ему излишне медлительным ребенка. Другой, не менее несдержанный родитель, может проявить к своим детям бóльшую доброту, зато по отношению к самому себе способен подчас продемонстрировать настоящую жестокость.

В игре задействованы мириады сил, влияющих на реакцию человека, которого оседлал тот или иной дракон. Думаю, вы не можете даже себе представить, насколько их много. Тем не менее наиболее важным фактором, определяющим воздействие на нас того или иного дракона, является уровень зрелости личности человека.

# Уровни зрелости

Несомненно, манера поведения разных людей отражает и разный уровень их зрелости. Мы привыкли ожидать от человека поведения, соответствующего его возрасту и уровню зрелости, то есть вправе рассчитывать на то, что человек сорока лет поведет себя именно как сорокалетний мужчина, а не как двухлетний ребенок. Однако уже с первого взгляда на ежедневные телевизионные новости мы убеждаемся, что это далеко не так. Не только взрослые склонны демонстрировать поведение двухлетнего ребенка, но даже целые народы. Детская фраза «Я с тобой не играю, потому что ты дразнишься» превращается у них в «Торговые санкции вследствие провала в области дипломатических отношений».

Действительность постоянно убеждает нас в том, что очень многие взрослые поступают как подростки. Они остановились на более низком уровне развития, чем того требует их возраст. Они просто обманывают нас своей внешностью, так как выяснили, как в общественной жизни сойти за взрослых, продолжая оставаться на уровне подростка.

Предлагаю вам еще один перечень утверждений, похожий на тот, с которым вы уже ознакомились, но, возможно, несколько более спорный: он поможет вам определить уровень зрелости, которому соответствуют ваши повседневные действия. Как и в прошлый раз, отметьте утверждения,

наиболее отвечающие вашему мнению. Постарайтесь быть максимально честным и объективным. Перечни утверждений представлены в смешанном порядке специально, чтобы помочь вам отвечать с максимальной объективностью.

# Уровень А

Комфортнее всего я чувствую себя среди похожих на меня людей.

Люди незнакомые, и тем более иностранцы, вызывают у меня ощущение неудобства, неловкости.

Что действительно необходимо этой стране, так это побольше порядка и строгости законов.

Никогда не следует забывать о вирусах и болезнетворных микробах; они проникают повсюду.

Я все тщательно мою и вытираю. Слишком чисто не бывает.

Людям следует знать свое место.

Старый конь борозды не испортит.

Я делаю так, как советует мой врач. Докторам лучше знать.

Я обычно поступаю так, как мне говорят.

Если не соблюдать заповедей, Господь обязательно накажет.

Я верю в добро и зло, в правду и неправду. Искушение дьявола или сатаны действительно имеет большую силу.

Мне нравятся старые добрые традиции и старинные украшения.

Мне не нравятся незнакомые и заграничные продукты.

Хороша она или нет, мне нравится моя страна.

Животные разносят столько микробов!

Я всегда говорю: сэкономишь на подзатыльниках – испортишь ребенка.

Лишняя осторожность никогда не повредит.

Не следует особенно доверять людям незнакомым.

Лучше держаться людей своего круга.

## Уровень Б

Я чувствую себя обязанным помогать несчастным и обездоленным.

По большей части жизнь – очень сложная штука.

Сердце мое открыто для людей.

Я хочу лучше себя узнать.

Мне нравится узнавать людей и то, почему они поступают так, а не иначе.

Я часто прихожу в замешательство и ищу ответы на мучающие меня вопросы.

Меня интересуют различные религии мира. В каждой из них есть частица правды.

Я люблю пробовать новые блюда.

Я верю, что по большому счету все мы – братья и сестры в этом мире.

Я еще не пришел к ясному понимаю собственного предназначения в этой жизни.

Когда у меня возникают проблемы, я всегда обращаюсь к окружающим за помощью.

У меня бывали моменты, когда я подумывал, уж не сошел ли я с ума?

Я часто имел дело с людьми, которые меня не понимали.

Я люблю животных. Иногда они кажутся мне большими друзьями, чем люди.

Я считаю, что у животных есть свои права.

Я считаю, что окружающая среда должна быть защищена от безжалостного разграбления.

Я бы с радостью присоединился к маршу протеста за то, что считаю правильным и справедливым.

Иногда я смущаюсь и чувствую, что меня не понимают.

Мне кажется, что в мире слишком много несправедливости и мне следует содействовать ее исправлению.



# Уровень В

Я очень суеверен.

Я – это одно, а окружающий мир – совсем другое.

В мире так много нового, неожиданного, поражающего воображение.

Мои родственники, клан, компания, банда являются всем на свете. Без них я просто не мог бы жить.

В жизни все так запутано; я даже часто не понимаю, что к чему.

Я зачастую чувствую себя потеряннным, и мне нужен человек, способный научить, что нужно делать.

Я сторонник естественного отбора: побеждает сильнейший, а чтобы выжить в этом мире, нужен хороший пистолет.

Насколько я понимаю, каждый должен поступать в жизни так, как ему нравится.

Иногда пытки просто необходимы.

Каждый в этом мире – сам за себя.

Если кто-то стоит у тебя на пути, избавься от него.

Соблюдающий правила игры – наивный простак.

Я все время выгляжу несколько испуганным или настороженным.

Есть несколько этнических групп, которые и затевают все эти беспорядки. Их нужно каким-то образом держать в узде.

Только запугиванием и можно по-настоящему добиться

того, чего хочешь.

# Уровень Г

Занимайся своим делом и не вмешивайся в мои.

Природа – наш главный учитель.

Душе нужны неоткрытые земли.

Я верю, что между людьми существует глубокая духовная связь.

Я не могу причинить другому боль, не причиняя себе.

В конце концов, все проблемы по большому счету будут решены.

Духу закона я верю больше, чем букве.

Свободное от работы время я посвящаю реализации своих интересов.

Окружающие иногда считают мои поступки эксцентричными. У меня есть собственные представления, идущие вразрез с общепринятыми.

Я хочу быть таким, какой я есть.

Иногда я замечаю, что у меня очень развита интуиция; возможно, даже слишком развита.

Прежде чем съесть сыр и хлеб, я обрезаю у них корочку.

Окружающие считают меня добрым и сострадательным.

Я ощущаю в себе глубокую духовность, которую нет необходимости связывать с религией.

Я ощущаю глубокую связь с природой и животными.

Болезнетворные микробы не очень меня беспокоят. Я

считаю, что в большинстве случаев эмоции и собственные настроения являются источниками болезней.

Внешность не так уж важна. В жизни гораздо большее значение имеют внутренние качества человека.

Я без труда нахожу общий язык с людьми разных общественных слоев.

Мне нравится кухня и обычаи большинства стран мира.

Я не верю, что мир можно сохранить с помощью оружия.

Мне нравятся хорошенько поработать и затем отдохнуть с друзьями.

Проявление жизни гораздо многообразнее того, что мы наблюдаем.

У меня философский подход к жизни.

Я бы отдал все свое состояние, чтобы сохранить леса, озера и животных.

Что может сравниться со временем, проведенным в семье и с друзьями?

# Уровень Д

Жизнь – это соревнование. И ты должен быть впереди того, кто бежит по соседней дорожке.

Мне нравится упорно поработать, чтобы опередить других.

Главное в жизни – это успех.

Я способен постоянно думать о том, как извлечь пользу из той или иной вещи или события.

Люди слишком много о себе думают. Лучше бы столько же работали.

Вокруг столько лентяев, которым никогда не добиться успеха в жизни.

Глупец быстро расстаётся с деньгами. Ну что ж: он и заслуживает то, что имеет.

Я верю в прогресс. Любое коммерческое начинание должно быть по достоинству вознаграждено.

Людям следует дать свободу в разработке природных ресурсов.

Свободное предпринимательство – это как раз то, что нужно. Никто не имеет права вмешиваться в чужие дела.

Мне в голову приходят отличные идеи. Людям следует быть похожими на меня.

Те, кто обращаются к психотерапевту, просто сумасшедшие. Я не из их числа.

Важно уметь себя правильно преподнести. Это уже само по себе – половина дела.

Первое впечатление наиболее важное. Вы с самого начала должны сделать решительный шаг к успеху.

Одежда делает и мужчину, и женщину.

Неудачники не вызывают у меня сочувствия.

Выживает сильнейший. Победитель остается, проигравший выходит из игры.

Главная задача каждого – поддерживать репутацию сильного человека.

Простаков вокруг хоть пруд пруди.

В бизнесе побеждает жесткая политика. Я не уважаю тех, кто проявляет мягкотелость.

Придет день, когда мы завоюем природу полностью. Мы подчиним себе даже погоду.

Если вы собираетесь посетить врача, выбирайте самого высокооплачиваемого и требуйте, чтобы все было сделано как надо.

# Уровни зрелости: результаты теста

Перечни утверждений соответствуют следующим уровням зрелости:

- **Уровень А: делающий свои первые шаги малыш.**
- **Уровень Б: юноша.**
- **Уровень В: грудной младенец.**
- **Уровень Г: взрослый человек.**
- **Уровень Д: подросток.**

Далее вам будут предложены практические указания, рекомендованы практические шаги, сделав которые можно перейти с уровня грудного младенца на уровень человека взрослого. Эти шаги иллюстрируют манеру поведения малыша, подростка и юноши на каждом основном этапе жизни – ступени зрелости. Здесь же вы найдете описание манеры поведения взрослого человека, остановившегося в своем развитии на том уровне, о котором идет речь, – посмотрите, как выглядит кажущийся взрослым человек, поведение которого отвечает уровню развития малыша, юноши или подростка.

Знание степеней зрелости создает основу для лучшего понимания того, как действуют драконы и какое обличие они принимают на людях. Эти степени зрелости кажутся очевидными, но на самом деле они лишь выглядят ясными и понятными. В противном случае о них была бы уже написана целая гора литературы.

Кроме того, часть информации, приведенной в этой главе, весьма полемична. Возможно, потому, что феномен степеней зрелости ускользнул от внимания основной массы психологов. Поразмыслите над предлагаемым вам материалом и сравните, соответствует ли он вашему жизненному опыту. В последующих главах эта информация будет соотнесена с характером каждого из драконов.



# Семь основных принципов зрелости

Грудной малыш – это изумительное подвижное крошечное существо, развитие которого идет семимильными шагами одновременно во множестве направлений. Однако, говоря практическим языком, из-за выдвигаемых природой физических ограничений он обладает очень низкой мобильностью и, как следствие, весьма приблизительным представлением обо всем, что лежит вне пределов его досягаемости. У продолжающего развиваться малыша, становящегося подростком, а затем и юношей, сфера деятельности расширяется неизмеримо. Повзрослев, в каждой области он демонстрирует бесконечно большие способности по сравнению с теми, которыми он обладал, будучи грудным младенцем.

Я изложил здесь семь основных принципов, соответствующих процессу созревания человеческой личности. Конечно, попытка как-то оценить уровень зрелости человека сродни прогулке по минному полю. Поэтому не забывайте, что здесь представлены лишь основные принципы, которые при определенных обстоятельствах способны сильно меняться. Помните, что быть человеком взрослым вовсе не означает быть зрелой личностью. Как, впрочем, и быть юношей вовсе не означает иметь незрелый характер.

**Принцип первый.** Основная тенденция созревания направлена на приобретение личного опыта и расширение спо-

собностей для усвоения и анализа предлагаемых жизнью событий и ситуаций.

**Принцип второй.** По мере созревания человек приобретает все большую способность разрешать конфликтные ситуации мирным и безболезненным путем.

**Принцип третий.** По мере созревания человек демонстрирует все большую независимость мыслей и суждений.

**Принцип четвертый.** По мере созревания человек испытывает все возрастающее чувство доброты и сострадания ко всему живому.

**Принцип пятый.** По мере созревания человека растет его вера в собственные силы и ясность осознания стоящих перед ним задач.

**Принцип шестой.** По мере созревания человека растет осознание им права окружающих на свободу самовыражения и личное счастье.

**Принцип седьмой.** По мере созревания человек испытывает все меньше страха перед неизвестным.

Этот перечень основных принципов зрелости может показаться очень коротким, зато он применим для подавляющего большинства жизненных ситуаций. Далее вашему вниманию предлагаются основные стадии человеческого развития. Хочу подчеркнуть, что они здесь только намечены. Эти стадии развития человека представляют собой возрастные отрезки времени, каждый из которых в свою очередь состоит из многочисленных подуровней, в настоящей книге не при-

ВОДЯЩИХСЯ.

# Стадии человеческого развития

Семь стадий человеческого развития таковы:

- **Первая: грудной младенец.**
- **Вторая: делающий свои первые шаги малыш.**
- **Третья: подросток.**
- **Четвертая: юноша.**
- **Пятая: взрослый человек.**
- **Шестая: почтенный старец.**
- **Седьмая: учитель.**

# Первая стадия: грудной младенец

## Характеристики

**Возраст:** от рождения до шести месяцев.

**Мировоззрение:** «я» и «не я»; «не я» может выглядеть дружелюбно или враждебно.

**Способности:** беспомощность. Нуждается в полной заботе и внимании родителей.

**Мысли и эмоции:** ощущение связи с космосом; отсутствие абстрактного мышления; деятельность руководствуется примитивными эмоциями. Плач, крик, смех, бормотание.

**Акцентирование внимания:** стремление выжить. Требование пищи, тепла, заботы и безопасности.

**Деятельность:** исследование себя и «не себя», находящегося в непосредственной близости.

**Ценности:** никаких.

**Отношения и связи:** с окружающими и доступными для манипулирования предметами. Досексуальные. Пережевывание всего, что попадает в рот.

# Взрослый человек, остановившийся на стадии развития младенца

**Мировоззрение:** «я» и «не я»; «не я» может выглядеть дружелюбно или враждебно.

Человек, часто воспринимающий «не себя» как нечто таинственное в себе опасность и пугающее, может быть чрезвычайно опасен. У него развивается тенденция к нападению и уничтожению всего, чего он не понимает. Подобным образом он склонен поступать и из чувства простого любопытства.

**Способности:** отсутствие критического анализа. Такие люди нуждаются в указаниях и руководстве. Зачастую предпочитают тюремное заключение жизни в приводящем их в замешательство внешнем мире. Действия и поступки отличаются беспомощностью.

**Мысли и эмоции:** эти выросшие младенцы обычно не знают, почему они поступают так, а не иначе. На вопрос судьи: «Почему вы убили эту семью?» или «Почему вы обокрали этот склад?» они чаще всего отвечают: «Не знаю. Просто так». Абстрактное мышление отсутствует. Мышление грубое и конкретное. Действиями управляют примитивные эмоции: гнев, желание и страх. Такие люди ищут удовольствия и избегают боли.

**Акцентирование внимания:** выжить — прежде всего. Эти люди едят потому, что это необходимо для жизни. «Мне

– первому» – основной лозунг во всем.

**Деятельность:** простая жизнь на задворках общества. Выполнение простой, чаще всего рутинной работы. Без руководства подобные люди часто попадают в затруднительное положение. При отсутствии надлежащего контроля проявляют преступные наклонности.

**Ценности:** никаких.

Что будет, если убить и расчленить человека? На подобный вопрос такой человек нередко ответит: «Давайте посмотрим. Может быть, интересно будет даже попробовать его на вкус».

Как младенец сует в рот и пробует все, что попадает ему в руки, так в подобной ситуации действует и каннибал.

В духовном плане взрослые младенцы зачастую оказываются вовлеченными в основанные на суеверном страхе действия, такие как черная магия и поклонение дьяволу или сатанизм. Смерть очаровывает их, часто они убивают животных и даже людей из одного только любопытства. Они известны своими пытками людей и животных. Это вызывает у них интерес.

**Отношения:** обеспечивающие возможность выживания. Сексуальная близость основана только на половом влечении. Эти люди воспринимают окружающих исключительно как средство для достижения собственных целей. При общении отводят взгляд. Искренних привязанностей не испытывают.

**Примеры:** члены так называемых эскадронов смерти;

каннибалы, палачи и преступники с психическими отклонениями; поклонники сатанинских культов с человеческими жертвоприношениями; отставшие в развитии, примитивные члены общества, люди с виду безвредные и вполне лояльные.

**Примеры стран со значительным процентом взрослых младенцев среди общего числа населения:** Сальвадор, Гватемала, Новая Гвинея, Перу, Румыния, Сомали, Уганда, Кампучия. Это далеко не полный список.

Имейте в виду, что данный перечень отражает условия, сохраняющиеся в мире в настоящее время. Условия жизни постепенно меняются, и вместе с ними возрастает уровень зрелости населения перечисленных стран, народы которых составляют несопоставимое меньшинство по сравнению со всем населением земного шара.

Общая численность указанных народов не превышает одной двадцатой населения планеты.



# Вторая стадия: делающий свои первые шаги малыш

Хотя эта стадия также может быть разбита на множество определенных, отражающих ее развитие ступеней, следующие категории относятся только к основным внешним признакам ребенка данного возраста.

## Характеристики

**Возраст:** от шести месяцев до четырех лет.

**Мировоззрение:** «я» и «другие мои»; параллельно идет игра «Я отделен от мамы, но завишу от нее».

**Способности:** делающий первые шаги малыш способен исследовать все окружающее его в непосредственной близости. Нуждается в постоянном руководстве и поддержке людей взрослых. Любит манипулировать предметами, чтобы выяснить силу авторитета родителей.

**Мысли и эмоции:** малыш может распознавать элементарные противопоставления, такие как «да» и «нет», «хорошее» и «плохое», «черное» и «белое». Абстрактное мышление не развито. Например, понятие смерти не привязано к реальности. Эмоции сильные, ярко выраженные.

**Акцентирование внимания:** проверка собственной независимости и авторитета каждого из окружающих, изуче-

ние правил поведения и их апробация.

**Деятельность:** копируя отца и мать, малыш учится говорить, подражая им, играет во взрослых. Повторяет и тестирует правила и нормы, внушаемые родителями. «Плита горячая, не трогай, обожжешься!» – услышал, проверил, запомнил. В домашней обстановке ищет комфорта и безопасности.

**Ценности:** представление о ценности как таковой отсутствует; воспринимается лишь ценность, определяемая матерью или отцом. «Мальчишки плохие. Девочки хорошие (и наоборот)». «Быть белым хорошо, негром – плохо». «Мальчишки не плачут». «Девочек нужно защищать».

**Отношения:** игры на плоскости с ровесниками. Малыши постоянно отслеживают действия окружающих их авторитетов, копируя соблюдение ими норм и правил поведения. Авторитеты всегда правы, потому что именно от них исходят проявление любви, одобрение и наказание. Восприятие окружающего досексуальное.

## **Взрослый человек, остановившийся на стадии развития делающего свои первые шаги малыша**

**Мировоззрение:** «я» и «другие мои». Люди взрослые, остановившиеся на этой ступени развития, хотят быть на кого-то похожими. Они желают иметь такую же машину, но-

сшить такую же одежду и есть ту же пищу, что и их соседи. Они стремятся быть благопристойными членами своего сообщества. Им нравится безопасность, доставляемая знакомой пищей и похожим на них самих окружением. Они боятся того, кто отличается от них, и, как следствие, являются плохими путешественниками.

Такие люди слепо привержены традициям и предубеждены против внушающих опасение «других», выглядящих и поступающих «не так». Оказавшись вне привычного окружения, они испытывают замешательство, забывают о своих правилах и нормах поведения и зачастую поступают совершенно непредсказуемым образом. Вспомните действия голландских колонизаторов в Индонезии и Южной Африке, испанцев и португальцев, колонизирующих Америку, англичан в Индии и некоторых американских солдат во Вьетнаме.

**Способности:** взрослые малыши способны тщательно придерживаться полученных инструкций. Они добросовестно следуют букве закона, но не понимают его сути. Они предпочитают свое сообщество и испытывают безотчетный страх перед огромным внешним миром. Они способны выполнять привычные задания, но избегают всего, что требует независимого, нетрадиционного мышления.

# 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.