



Вадим Зеланд

Принципы  
управления  
реальностью

**КЛИП-  
ТРАНСЕРФИНГ**



**КЛИБЕ**

Вадим  
Зеланд

Конец  
иллюзии  
стадной  
безопасности



**ВАДИМ ЗЕЛАНД  
КЛИП-ТРАНСЕРФИНГ  
КЛИБЕ**

.....



**Вадим Зеланд**  
**кЛИБЕ. Конец иллюзии**  
**стадной безопасности + Клип-**  
**трансерфинг. Принципы**  
**управления реальностью**  
Серия «Трансерфинг реальности»  
Серия «Трансерфинг  
реальности: Обратная связь»

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=69371533](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=69371533)*

*кЛИБЕ. Конец иллюзии стадной безопасности. Клип-трансерфинг.*

*Принципы управления реальностью: ИГ «Весь»; СПб.; 2023*

*ISBN 9795944500648*

### **Аннотация**

Сборник состоит из книг: кЛИБЕ. Конец иллюзии стадной безопасности, Клип-трансерфинг. Принципы управления реальностью.

Перед вами азбука по управлению реальностью от гуру трансерфинга Вадима Зеланда. В книге вы найдете информацию о

том, как изменить свою жизнь и отношение к ней – от постановки целей до пошагового алгоритма исполнения желаний.

Часто случается, что наше хобби, любовные отношения, бизнес-проект доводят до мыслей вроде «Это не мое», «Это не то, что мне нужно», «Я устал», «Где счастье?». Или даже до апатии, полной потери вкуса к жизни. В книге «КЛИБЕ. Конец иллюзии стадной безопасности» вы узнаете, как поступить в таких ситуациях, как изменить вектор жизни, фокусировку мыслей. Здесь мало теории, но много практики, фактов. Зеланд не только дает ответы на злободневные вопросы читателей, но и делится рецептами здоровой пищи, рассказывает о влиянии социальных сетей на психику современного индивидуума.

Обнаружить скрытые возможности и открыть новые горизонты помогут универсальные ключи – клипы, которые представляют собой краткие формулировки основных принципов трансерфинга.

Автор философской концепции уверен, что достаточно выйти за рамки алгоритма, чтобы система начала работать иначе. Когда действия и мышления не будут подчиняться общим правилам, границы дозволенного попросту исчезнут, а мечты начнут исполняться.

Практическое применение ключей и ежедневное повторение основных принципов откроют путь к изменению сознания и действительности. Достаточно повторять знания, чтобы поймать «волну удачи», сконцентрировать внимание на позитиве и обрести долгожданное счастье.

# Содержание

|   |    |
|---|----|
| кЛИБЕ. Конец иллюзии стадной безопасности | 8  |
| Предисловие                               | 8  |
| Поиск цели                                | 11 |
| Ставим цель                               | 11 |
| Выходим из строя                          | 19 |
| Вы – самодостаточны – всегда              | 26 |
| Сложные вопросы, простые ответы           | 34 |
| Цель найти свою Цель                      | 44 |
| У всякой проблемы есть решение            | 52 |
| Цель и миссия                             | 59 |
| Смотримся в зеркало                       | 63 |
| Конец ознакомительного фрагмента.         | 65 |

**Вадим Зеланд  
кЛИБЕ. Конец  
иллюзии стадной  
безопасности. Клип-  
трансерфинг. Принципы  
управления реальностью**

© ОАО «Издательская группа «Весь», 2022







*Дорогой Читатель!*

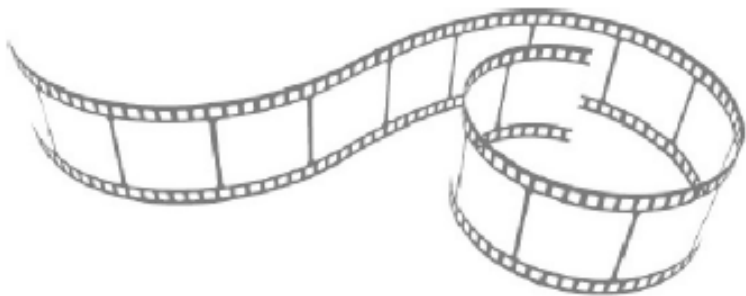
Искренне признателен, что Вы взяли в руки книгу нашего издательства.

Наш замечательный коллектив с большим вниманием выбирает и готовит рукописи. Они вдохновляют человека на заботливое отношение к своей жизни, жизни близких и нашей любимой Родины. Наша духовная культура берёт начало в глубине тысячелетий. Её основа — свобода, любовь и сострадание. Суровые климатические условия и большие пространства России рождают смелых людей с чуткой душой — это идеал русского человека. Будем рады, если наши книги помогут Вам стать таким человеком и укрепят Ваши добродетели.

Мы верим, что духовное стремление является прочным основанием для полноценной жизни и способно проявиться в любой области человеческой деятельности. Это может быть семья и воспитание детей, наука и культура, искусство и религиозная деятельность, предпринимательство и государственное управление. Возрождайте свет души в себе, поддерживайте его в других. Именно это усилие создаёт новые возможности, вдохновляет нас на заботу о ближних, способствуют росту как личного, так и общественного благополучия.

# кЛИБЕ. Конец иллюзии стадной безопасности

## Предисловие



В последнее время наблюдается одна тревожная тенденция: люди устали, еще не начав жить. Я это вижу по статистике суицидов и депрессии, превратившейся уже в пандемию. А также по растерянным письмам читателей, особенно молодых, которые находятся в общем для всех затруднительном положении: не знают, что делать со своей жизнью.

Трансерфинг как метод управления реальностью уже многим помог решить проблемы и обустроиться. Но многие же

испытывают затруднения, как применить принципы Трансерфинга в конкретных ситуациях. В предыдущих книгах достаточно полно изложена вся теория. Здесь рассматриваются чисто прикладные вопросы – как использовать принципы – на основе реальных примеров из писем.

**В этих письмах – целые жизни, трагедии, безвыходные положения. Людей волнуют одни и те же проблемы: здоровье, отсутствие перспектив, нереализованность. Но все проблемы решаемы. Выход всегда есть. Парадокс в том, что искать его не надо – он сам объявится. Как это делается, вы узнаете.**



Некоторые письма достаточно большие, но я намеренно не стал их сокращать, потому что, читая их, вы сами многое поймете и многому научитесь. Мои ответы будут лаконичны и по существу – что нужно делать в конкретной ситуации. Каждый наверняка найдет здесь решения каких-то своих вопросов.

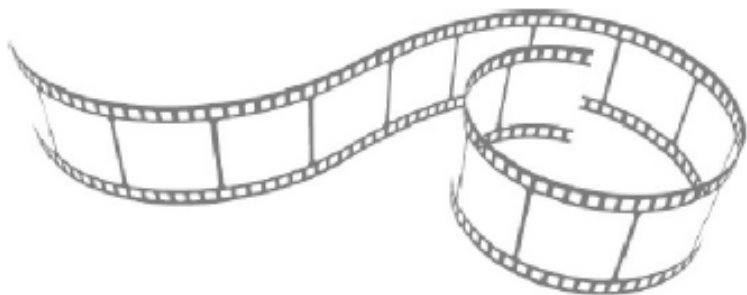
Вы также узнаете, что такое чувство стадной безопасности и куда оно ведет. В сущности, проблемы у всех одни и те же по той причине, что человечество, даже с учетом претен-

зий на высокий уровень развития, остается подобным стаду низкоорганизованных существ. При этом у каждого возникает иллюзия, что если все бредут куда-то вместе, то это и безопасно, и правильно.

В действительности человечество бредет *в никуда*. А иллюзия *стадной безопасности* вовсе не гарантирует саму безопасность. Так ли это на самом деле, вы сможете оценить сами, прочитав третью и четвертую части книги, «Новая реальность» и «Новый Аркаим».

Книга не претендует на спасение человечества, но дает ответ на вопрос, что со всем этим делать отдельному индивиду. КЛИБЕ – это реальный способ выйти из стада, осмотреться, найти свой уникальный путь и начать ему следовать, успешно и независимо от общего потока. Что все это значит, станет ясно из дальнейшего изложения.

# Поиск цели



## Ставим цель

*«Вы не представляете, насколько легче мне стало жить после знакомства с Трансерфингом! Как же я счастлива быть одной из тех, кто понял суть этих книг! Никогда не думала, что можно работать с удовольствием, без каких-либо нагрузок, получать при этом высокую зарплату, да еще иметь кучу свободного времени. Это что-то невероятное!*

*У меня возник вопрос, касающийся моей цели. Цель свою я нашла еще в 13 лет. Она связана с Америкой. Я была совсем юной, и мне казалось, что все в этой жизни возможно. И несмотря на то, что выглядит это маловероятным,*

я знала, что я это получу. Меня это вдохновляло, я была полна энтузиазма, с твердым знанием того, что моя мечта осуществится.

Я знала, что первым шагом является изучение английского, что я с удовольствием и начала делать. Но общество, окружавшее меня, было иным, и, к сожалению, я попала под его влияние. Старшие внушали мне, что жизнь жестока и несправедлива, что надо бороться и что все везде решают деньги. Если у тебя нет денег, то ты ничего не добьешься.

Шли годы, и чем старше я становилась, тем меньше верила в реальность своих целей. Я уже не верила в реальность счастливого будущего и отказалась от своей цели. Не знаю почему, но меня все равно тянула Америка, и я все продолжала учить английский. Хотя не знала, для чего я это делаю. В итоге к 19 годам я вообще не знала, чего я хочу от жизни.

Была возможность поступить в университет, но я не пошла, я не хотела. Родственники советовали мне пойти туда, попробовать – я их слушала, но нигде долго не задерживалась. Я забыла про свою душу и очень переживала о том, что подумают обо мне люди.

Я не родилась в богатой семье, сколько помню своих родителей, они всегда боролись с долгами. Работе и угождению другим людям уделяли больше времени, чем детям. Я рано начала работать и до этого времени считала, что надо пахать, чтобы хорошо зарабатывать. Мне было жаль моих

родителей, и всю свою энергию я отдавала на то, чтобы работать и помогать им.

Я родилась и выросла в Киргизии. Почти два года назад мы переехали в Россию в поисках лучшей жизни. И вот тут-то все изменилось. Я как будто проснулась после долгой спячки. Здесь я не знала никого, и никому не надо было угрождать. Я иду по улице, и никто меня не знает, и всем плевать, кто я, что я, как я одета, с кем я иду и т. д.

И вот, перестав думать о чужом мнении, я начала думать о себе. У меня появились те же чувства, что и в 13 лет. И я поняла, что все-таки хочу свою цель, хочу жить той жизнью, о которой так давно мечтала. И я как будто расцвела. Появился смысл жизни. Это так здорово!

Но на тот момент я не знала о равновесных силах и придавала этому излишне важное значение. Запланировала все даты и не желала мириться с другим ходом событий. Хотелось всего быстрее. И конечно же, все получалось не так, как я планировала.

После ваших книг я решила успокоиться и плыть по течению. Просто так в Америку не попадешь. У меня там есть знакомый, который может мне помочь. Мы с ним ведем переписку, но каких-то точных решений он мне не говорит, все как-то поверхностно.

В общем, я тут болтаю, а о самом главном не говорю. Мне 20 лет. Два месяца назад устроилась преподавателем английского языка. Это временно, я просто сдаю себя в

*аренду. Никакого труда мне это не составляет. Но получается так, что с этой работой я отдаляюсь от своей цели.*

*Я знаю также, что нынешняя жизнь – не моя. Мне нравится, но это, наверное, в сравнении с тем, как я жила раньше, все кажется лучше. Но если я продолжу такую жизнь, я очень скоро разочаруюсь в ней. Я знаю точно, что это МОЯ ЦЕЛЬ. Ничего другого я от жизни не хочу. Я знаю, что вместе с целью я получу все, что желаю в этой жизни. Но я не знаю, почему сейчас мои мысли далеки от цели. Я не знаю, какие шаги мне предпринять. Это такая тупость!!!*

*Столько лет я стремлюсь к своей цели, а не могу сделать даже первые шаги. Неужели, если что-то где-то не получается либо затягивается, я должна воспринимать это как знак того, что надо отказаться? Но я не хочу! Я хочу свою цель. Я хочу жизнь ту, которая в моих слайдах, понимаете? А она сильно отличается от нынешней. В общем, не знаю я».*

Ну, во-первых, вы ничего не можете знать точно: как вы говорите, что Америка – ваша цель, и все тут. Вы молоды, а значит, склонны к идеализации. Дабы уберечь себя от возможных разочарований, следует обращаться со своими целями прагматично, с трезвой головой. Другими словами, цель должна определяться в единстве души и разума. Обычно бывает так, что разум не слышит души. Но бывает и наоборот, когда восторженная душа не желает слушать резонные доводы разума. Вам нужно снизить важность и собрать побольше

информации о вашей цели.

Во-вторых, вы не знаете, какие шаги вам делать. Ну так что из того? Вам это и не дано знать. Ваше дело – заниматься прокруткой целевого слайда – картины, где ваша цель достигнута. И *держат глаза и уши открытыми*, чтобы не пропустить двери – возможности, позволяющие вашу цель реализовать. У каждого свои двери. Не закливайте внимание на чужой опыт и чужие советы. Принимайте их к сведению, но знайте, что у вас свой, уникальный путь осуществления вашей мечты.

*«У меня выстроилась определенная стратегия движения к моей цели: слайд погружения в атмосферу того, что я хочу иметь (расширение зоны комфорта), визуализация процесса и, конечно же, амальгама. Но вот сложность состоит в том, что у меня много целей. Есть одна самая глобальная (душа и разум ликуют от счастья), и есть текущие (машина, собственный дом, путешествия). Вот я запуталась. Так к какой же цели надо стремиться: к той самой (глобальной) или для начала мечтать о чем-то более реальном?»*

Можете ставить себе несколько целей, если они не противоречат друг другу, и работать с ними параллельно. Отдельные слайды (дом, машина, работа, путешествия) можно объединить в одну киноленту и крутить ее постоянно, система-

тически.

*«Мой вопрос такой: а может ли целью жизни быть „лидерство“? Пока не могу найти свою деятельность, но я хочу быть свободным. А по-моему, свобода – это свой бизнес. Но пока нет никаких идей. А когда визуализирую себя лидером, то мое сердце радуется».*

Да, может. Только от абстрактной цели, «лидерство вообще», надо переходить к конкретике – «лидерство в чем», когда определитесь, в чем именно.

*«Единственная проблема – не могу определиться с целью, понять, чем хочу заниматься, найти свою стезю. Мне многое нравится делать, но я никак не могу выбрать и понять, как это применить в жизни. Читаешь главу „Ваши цели“, и кажется, так легко определиться, но не получается.*

*Комфортная жизнь – этого, естественно, хочется, но какое мое любимое дело, не знаю. Я получила образование по специальности „сервис и туризм“, английский язык с отличием, то есть по профессии мне подходит любая работа в сфере услуг, отдыха, развлечений и туризма. С детства мечтала путешествовать, но это же не работа, а отдых. И работники сферы туризма не катаются по свету, как оказалось позже, а сидят в офисе и продают путевки.*

*Еще я с детства мечтала, наверное как многие девочки,*

стать актрисой. Но когда заканчивала школу, мой дядя из Москвы хорошо со мной поговорил, сказал, что я вряд ли поступлю на актрису (конкурсы большие), а если и поступлю, то вряд ли получу признание. И еще там все „через постель делается“, так что нечего вообще туда соваться. Все родственники, мама и папа с этим согласились: типа нашелся кто-то, кто „вправил мозги“.

Училась в музыкальной школе, на нескольких инструментах, и в постановке детской сказки участвовала. И всегда любила рисовать и читать, даже стихи писала, „про любовь“... Мне уже не нравится моя профессия, хотела снова поступать в институт по специальности „психолог“, но не знаю, как применить это образование. Тем более мне кажется, что нужно уметь использовать то, что уже есть в резерве.

Как понять, что нужно, как найти свою цель? Я заметила, что у многих моих ровесников (23–27 лет) такая же проблема, никто не знает, чего хочет. В том числе мой муж, его брат, мои подруги, с которыми я вместе училась. Вроде бы до студенчества знали, чего хотим и как построить свою жизнь, сами профессию выбирали, никто насильно не тащил в вуз, а теперь выучились – и сидим дома.

На чужого дядю работать не хотим, а на свой бизнес деньги нужны, причем немалые. Даже если бы были деньги, думаем, какой бизнес хотим, – выбрать не можем. Все кажется скучным и неинтересным. Как будто наши цели кто-

*то себе прикарманил.*

*Вот представители старшего поколения почему-то четко знали, что нужно делать, кем быть. А молодежь в основном не знает. Мой муж вообще не видит необходимости иметь цель, он говорит, не важно, где и кем работать, лишь бы денег платили побольше. Говорит, что такую работу можно найти только по знакомству».*

Ошибка в том, что слушаете других, отчего буквально глухнете. Слушайте себя. Переориентируйте вектор внимания с поиска чужих ответов на поиск своих собственных. Просто имейте отвагу перестать слушать умных дядь и начните внимать голосу своего сердца. Терять вам нечего. Как видите, от чужих советов никакого толку нет. Путь вашего сердца – в ваших наклонностях, в том, что вам приносит радость и удовлетворение.

*«Я много раз менял желания и цели, и делал это лишь с тем, чтобы найти ту, Свою, Единую, Главную, Целостную жизнь. Но сейчас я уже почти полтора года нахожусь в депрессии. Потерял вкус к жизни. КАК НАЙТИ СЕБЯ?»*

В апокрифах древних христиан сказано: «Кто нашел себя – мир не достоин его». Понимаете, насколько грандиозна такая задача? Ваша проблема не уникальна и решается далеко не сразу и не так просто. Наблюдайте над окружающим ми-

ром, над собой внимательно. Но для начала необходимо, насколько возможно, сократить потребление техногенной пищи и информации, что является первопричиной эпидемии депрессии, охватившей уже весь мир. Четкие и простые рекомендации о поиске своей цели смотрите в книге «Взлом техногенной системы», здесь повторять уже сказанное много раз нет смысла.

*«У меня к вам личный вопрос: а какова ваша Цель жизни?»*

О своих целях я не распространяюсь и вам не советую всем рассказывать направо и налево, какие у вас цели. Есть много причин, по которым лучше делать, чем говорить.

## **Выходим из строя**

*«Не могу понять, чем мне стоит заняться, как себя реализовать. У меня есть свое дело, оно не доставляет мне дискомфорта, но и нет уверенности, что это мое. Дело не развивается и не приносит материального достатка, что постоянно беспокоит меня, ведь надо на что-то жить. Поэтому в данный момент я даже не знаю, к чему стремиться, отпустил ситуацию и плыву по течению».*

Попробуйте заняться собственным делом не так, как это

делают все остальные. Вам надо выйти из общего строя, тогда обязательно возникнет что-то новое и интересное.

*«Я музыкант, узнаваемый в своих кругах и имеющий среднюю аудиторию из хороших слушателей. Но не в этом суть. Меня терзает все время одна и та же мысль, что я иду не по Пути Своему. Меня очень сильно вдохновляет один зарубежный музыкант. Я пытаюсь выстраивать похожие ритмы и добиваться такой же стилистики звучания, какой добивается он. И вот тут-то я ловлю себя на мысли, что копирую этого зарубежного музыканта. Что маятник уводит меня от моей Цели. Хотя все мне говорят, что я весьма талантлив и что у меня отлично выходит. Да и сам я, сочиняя музыку, испытываю невероятное удовольствие. Может ли быть такое, что человек, пытаясь быть на кого-то похожим, копируя кого-то, стремится именно к Своей Цели?»*

Быть похожим, копировать чужой опыт можно лишь до определенного предела. Например, чтобы составить себе представление, каких вершин можно добиться, каким можно стать, какие шедевры создавать. А главное – обратить внимание, *каким непохожим, своеобразным, отличным от других можно быть*. Потому что все звезды именно тем и замечательны, что отличны. Когда составили себе такое представление – круто разворачивайтесь, выходите из строя и следуй-

те своим путем.

Луи Армстронг говорил: «Есть множество копий Моны Лизы, но ежедневно тысячи людей выстраиваются в очередь, чтобы посмотреть оригинал».

*«Определилась цель: я хочу открыть свой книжный магазин. А теперь вопрос: если я пока не вижу большинства деталей обстановки, все мутно как-то, как в давно не протираемом зеркале, так ли важно в целевом слайде эти детали видеть? Мне, конечно, мешает разум, нашептывая, что это невозможно осуществить без средств. Кроме того, встречая подобные магазины в городе, я впадаю в уныние, что очень много конкурентов. Даже отсутствие материальных средств мне доставляет меньше переживаний. Как перестать бояться конкурентов, еще не начав даже конкурировать с ними?»*

Целевой слайд желательно рисовать в деталях. Создавать в мыслях свой виртуальный магазин и ходить по нему, расставляя все по местам, поправляя книги на полках, принимать посетителей, продавать им книги и так далее. Если не можете это делать визуально, пишите на бумаге, ведите проект своего магазина, разрабатывайте его, не ленитесь.

Что касается конкурентов, здесь все намного проще. Люди в большинстве своем спят и все делают однообразно, одинаково, слизывая друг у друга клише и шаблоны. А вы

проснитесь, походите по магазинам, посмотрите, как все организовано, в чем недостатки, что вам не нравится, что бы вы сделали по-другому, и – сделайте, ПО-СВОЕМУ. Сначала виртуально, а потом, когда двери откроются, – представится возможность сделать реально.

Лично я всегда с изумлением смотрю, как рядом стоят по нескольку торговых палаток, в которых все одинаково: и ассортимент, и обслуживание, и антураж, и способы подачи товара. Иногда наблюдаю, как буквально в ста метрах друг от друга стоят два супермаркета – из разных сетей, но абсолютно идентичные, отличающиеся разве что названиями. И поражаюсь, неужели у людей не хватает хоть капли фантазии сделать хоть что-то свое, уникальное, отличное от рядом стоящего конкурента? Неужели все настолько погружены в сон?

Наверное, так и есть. Будь один из двух владельцев супермаркетов проснувшимся, он бы все сделал иначе, не так, как у остальных спящих, и успешно переманил бы к себе всех покупателей в округе. Вот и вы сделайте все не так, иначе, все по-своему, *для людей*, интересно, необычно – так, чтобы в ваш магазин заходили и ахали. И тогда никакие спящие конкуренты вам не страшны.

*«Я всю свою жизнь занимаюсь вокалом и четко знаю, что хочу быть певицей мирового уровня. У меня уже есть скромные результаты: я записала пару песен с известными*

*продюсерами из Лондона, и все мне говорят, что я должна петь, что у меня действительно талант. Но чтобы продолжить сотрудничество с ними, нужны немалые деньги, поэтому получается как: деньги есть – работаем, нет – ждем, пока я их заработаю. Постоянно получают какие-то перерывы, которые все портят. А время все идет и идет».*

Надо не деньги или продюсеров искать, а сделать так, чтобы продюсеры выстроились в очередь, чтобы сотрудничать с вами. Для этого поставьте себе цель – «я певица с мировым именем», вставьте в свой «проектор» соответствующую ленту и крутите постоянно, целенаправленно, выделяя для этого специальное время, а также и в любое время в фоновом режиме. Ну и, конечно, переставляйте ноги на пути к своей цели – пойте так, как никто другой, чтобы не быть похожей, выделиться, выйти из общего строя. Вас обязательно заметят, и двери откроются.

*«Почему я ухожу из науки?! Сначала будет кусок биографии. Закончила университет (биология), защитила диссертацию. Долго жила с верой в завтрашний день. Начало работы всегда надежда – это интересно, и, кажется, много можно сделать! После нескольких месяцев работы начинаешь понимать, что постановка задачи невнятна и ты исследуешь частность, которая не имеет никакого отношения к общим закономерностям. И думаешь: вот напишу ди-*

плом и найду более „умную“ тему. Потом то же самое случается при работе над диссертацией. Сколько на это потрачено временица – по 10–12 часов в день проводила на работе.

Что придумывается дальше: едем за границу – там денег много, там наука настоящая! Ну, первый год продержалась на вере и энтузиазме. А потом начало „плющить“. Полезли в голову БОЛЬШИЕ вопросы: что я исследую, зачем и почему? И самый большой вопрос был: а я что, одна такая умная, вижу, что абсолютное большинство занимается фигней?

Вот, например, есть построенное здание из кирпичиков – выбираем кирпичик и начинаем в нем ковыряться, – а здесь дырочка! Да, она овальной формы, да, в ней жучок живет, а здесь пятнышко! (Ну почти как притча про слона!) В результате накопилось большое количество информационного шума – читаешь статью, а она ни о чем (о дырочке в кирпиче).

Долго я боролась с самой собой, сначала думала: ну английский у меня плохой, не понимаю, о чем статья, затем: ну, наверное, просто не понимаю, статья-то умными людьми писана, а я просто еще не доросла до понимания!

Лет пятнадцать я вот так жила. А потом как-то надоело себя под стол запинывать. Разрешила себе иметь свое собственное мнение – и стало еще труднее. Но это другая проблема, из серии „А умище-то куда девать?“: быть или считать себя умнее других или же иметь другое мнение –

*это как-то меня сильно напрягает.*

*НУ ЭТО ОЧЕВИДНО! Не могут другие тоже не видеть этого! А потом осознала, что все это понимают, но находят различные оправдания: надо защитить диплом, диссертацию. Да, ты изучаешь этот маленький кирпичик, но ты мелкая сошка, а делать выводы – это удел больших дядь. И это твой скромный вклад в общее дело.*

*Ну, понятно, что большинство людей это делают, потому что имеют должность – работу и зарплату, и надо кормить семью. А выходить за рамки дозволенного опасно: система выкинет за борт. Ты не можешь дать отрицательную рецензию на 70 % статей, потому что тебе просто не будут давать рецензировать. Ты должен публиковаться любой ценой (вот откуда куча ненужных публикаций), иначе не получишь грант. Трясина засасывает. И многие это понимают, но не осознают.*

*Да, кто-то работает вне этой системы, я это знаю точно. Меня эта система не принимает совсем. Я не умею делать карьеру. Я знаю, что мой босс не хочет слышать, что его идея была неверна и эксперимент показал это. И нужна другая идея. Если молчишь и делаешь – год бессмысленных экспериментов. Если не молчишь – тоже оказываешься в проигрыше. Я пробовала и то и другое, и даже золотая середина не помогает, когда мягко внушаешь свою идею, пока шеф не начинает думать, что это его собственная. И вообще эта мышинная возня требует много энергии и отвле-*

*кает от основной цели.*

*А основная цель у меня не работает! Я не попала в то место, где люди работают по интересам, а не по карьерной лестнице лезут вверх. Надо сказать, те, кто действительно делает науку, успешны с первых шагов – сразу попадают в нужное место, где можно себя реализовать. Я же, если честно, была гонима с первой попытки устроиться на диплом (позже преподаватель призналась, что у нее установка от профессора – брать только исполнителей, а идей у него самого достаточно)».*

Вы очень хорошо написали про исследование «кирпичика». Все именно так и есть. Для того чтобы чего-то добиться, нужно выйти из строя и отправиться своим путем. По-видимому, вы это поняли. Пока будете возиться с «кирпичиком», ничего выдающегося не откроете. Пройденный путь был, конечно, не зря. Если теперь вы зададитесь целью сделать открытие и будете систематически крутить соответствующий слайд, откроются двери и укажут, куда двигаться дальше.

## **Вы – самодостаточны – всегда**

Письмо длинное, но стоит того, чтобы привести его здесь полностью.

*«История моя такая. Как-то не складывается у меня*

личная жизнь. И никого я не виню в этом, кроме себя самой. Особенно сейчас, когда прочла Ваши книги, благодаря которым развенчались все мои сомнения и нашлись ответы на многочисленные вопросы.

Боже, как же интересно, даже увлекательно разбирать все ошибки и подарки судьбы в прошлом после прочтения книг о Трансерфинге. Вот уж поистине, что выбираем – то и получаем. Но я избавлю вас от прошлых историй своей личной жизни, потому как вы правильно заметили – на то она и личная.

Однако речь пойдет о... любви, о нынешней ситуации, в которой я оказалась. В самом конце 2008 года, когда повсюду бушевал мировой кризис, меня сократили. Избыточный потенциал моих страданий был настолько велик, что равновесные силы „выбросили“ меня на тот берег, где я, наконец, после мучительных бессонных поисков получила свою новую долгожданную работу. Работа оказалась для меня интересной, абсолютно новой, хотя в карьерном плане это был очевидный шаг назад.

Стоит отметить, что на тот момент я состояла в гражданском браке почти 10 лет. Я никогда не любила своего гражданского мужа неистово, искренне, по-настоящему. Это был неравный союз во всех отношениях. Но мы жили тихо, дружно, как все, как говорится. Ночами на протяжении последних трех лет я постоянно видела один и тот же сон. Со мной был другой мужчина. Во сне я была с ним

счастлива. Утром просыпалась со слезами на глазах и мыслями, что этому, наверное, не суждено сбыться, что такое счастье может быть только во сне.

И вот спустя несколько месяцев я встретила на работе другого человека, в которого безумно влюбилась. Это только потом, по истечении времени, я вспомнила про сны и содрогнулась. Наша история любви не начиналась просто и легко. Это было настоящее безумие и тяжелое испытание для нас обоих.

Дело в том, что мой возлюбленный оказался женатым человеком, да еще с двумя детьми. Теперь я понимаю, что вначале я любила его, безусловно, без малейшей претензии на что-либо, даже взаимность. И только после вашей книги я поняла, что это был чистой воды Фрейлинг, когда ты искренне отдаешь, не претендуя на взаимность.

Да, это была настоящая безусловная любовь. Любовь, когда проходит первая страсть, а остаются чувства, сильные, искренние. После нескольких неудачных союзов, в которых тоже были страсть и чувства, но которые потом проходили, мне как будто открыли глаза и сказали: смотри, а ведь в любви можно прожить всю жизнь!

Это был замечательный человек. Образован, умен, рассудителен, добрый, обаятельный, с большим чувством юмора – мой мужчина из сна. О таком я могла только мечтать. По характеру мы оказались двумя большими полярностями: я эмоциональная – он спокойный, я взрывная – он выдержан,

я амбициозна – он скромнен. Зато какой это был союз противоположностей! Кроме того, у нас нашлась масса общих интересов, познаний, тем для разговора. Мы разговаривали, и спорили сутками, и были счастливы.

Шло время, и наши отношения стали набирать силу. Вскоре Фрейлинг сработал, и он был уже не в состоянии скрывать своих чувств. Пожалуй, такие ощущения, когда и ты, и тебя так сильно любят, напоминают катание на огромных качелях в детстве – нечто похожее на бесконечное счастье.

Так прошло два года с момента нашей встречи. Мне исполнилось 35. И вот тут моя безусловность стала сдавать позиции. Я понимала, что эти отношения делают меня насколько счастливой, настолько и несчастной. Я не могла больше делить любимого с другой. Да еще я очень давно мечтала иметь детей. После длительных переговоров решили быть вместе. Но решали долго, мучительно изобретали способы, как минимально причинить боль близким нам людям и при этом быть счастливыми самим.

Когда я читала ваши главы про маятники, вспомнила тот момент, где равновесные силы тебя раскручивают и выкидывают далеко, беспомощного и жалкого, лежать на земле. Именно это я испытала, когда он вдруг отвернулся от меня, совсем, после одного моего поступка.

С гражданским мужем на тот момент я уже рассталась, отношения наши были закончены. Со своими мысля-

ми и переживаниями я осталась совсем одна. Именно тогда я пришла к вашей книге. Но спустя несколько месяцев меня ждал еще более жестокий удар. Я не выдержала долгой разлуки и позвонила любимому. На том конце провода был совершенно другой человек, чужой, которого я никогда не знала. Он холодно упрекал меня в содеянном, обвинял во всех своих бедах, жалел свою жену и т. д. Я была не только выброшена, но и раздавлена. Я положила трубку, и мир на какое-то время исчез. Попробовала взять себя в руки. Делать хоть что-нибудь, только не умирать.

Я дочитала ваши книги, определила для себя четкую цель, по достижении которой моя жизнь превратится в праздник. От потенциалов я, как мне кажется, избавилась. Я работаю со слайдом (хотя у меня их минимум два, но к одной цели), прокручиваю звенья трансерфной цепочки, трогаю все руками и наслаждаюсь ощущениями в своем скором празднике жизни.

Пути и средства достижения цели мне пока неизвестны, я не знаю, что я должна сделать конкретно, чтобы достичь своей цели, при мысли от которой мои душа и разум вместе в ладоши хлопают и ручки потирают, и даже наворачиваются слезы счастья. Потому я чем-то постоянно занимаюсь: спокойно, без фанатизма ищу более перспективную работу, хожу в театр, клубы, читаю художественную литературу, эзотерику, занимаюсь здоровьем и спортом, стараюсь правильно питаться (серьезно заинте-

ресовалась живым питанием), начала активно заниматься своей внешностью.

Но проблема в том, что мои мысли произвольно (бесконтрольно) постоянно возвращают меня в те прошлые воспоминания, и именно к тому человеку, как бы я этому ни противилась. Проанализировав за долгие месяцы разлуки все „за“ и „против“, я поняла, что хочу отпустить его из своей жизни, а вслед за ним и все обиды, чувство вины, сожаления и прочие маятники. Я больше не качаюсь с ними.

И вот когда передо мной уже столько времени чистый, светлый путь с очищенным внешним намерением и я уже одной ногой твердо на нем стою, мои мысли нет-нет да возвращают меня в прошлое. Это мучает меня. Возможно, вы скажете, что нужно меньше слушать обиженный разум, соблюдать принцип координации намерения, плыть по течению, не хлопать руками по воде... Но я запуталась, наверное. Хотя прошло уже столько времени, проделано столько работы над собой и своими мыслями.

Подскажите, как со стороны вам кажется, делаю ли я что-нибудь не так? Очевидны ли вам мои ошибки, которых я, возможно, не научилась пока видеть? Или же я иду верной, правильной дорогой, как считаю и сама, но не выработала еще привычку терпеливо относиться ко времени и что зеркало моего мира отражается в реальности с задержкой?»

Вы все понимаете и делаете правильно. С женатым мужчиной всегда трудно. Ему может быть удобно иметь семью и любовницу, но, когда вы ставите его перед выбором – либо то, либо другое, вся его пылкость может тут же угаснуть. И ваш какой-то «поступок» – всего лишь предлог, а не ваши неверные действия.

**Если для угасания любви достаточно одного лишь предлога, то и любви никакой не было и жалеть не о чем. На будущее урок – не надо связывать свою собственную цель с другими людьми.**

Создание семьи может быть целью, но нельзя ставить свое счастье в зависимость от чужих желаний и поступков. Вы – самодостаточны. Вы сами – образ перед зеркалом. Окружающие люди – в большей степени отражение. Разобраться в сплетении взаимоотношений трудно. Но старайтесь по возможности следовать принципу: отталкиваться от образа, начинать с себя, искать свое счастье и свои цели в себе, опираясь на свою уникальность, личность. Что вы сейчас и делаете, и правильно. Счастье, новое, уже скоро придет.

*«Вопрос заключается в следующем: как работать с визуализацией, если конечной целью является создание семьи? В данный момент нет даже молодого человека. Проблема в том, что я понятия не имею, как эта цель должна реализовываться или как пара просто найдется. С другими целями*

*(работа, бизнес) все проще, а вот с этим уже не знаю, что делать».*

Начать с поиска подходящего партнера. Привлечь человека в свой мир можно с помощью техники слайдов. Необходимо систематически крутить слайд, в котором вы представляете свою жизнь с некой абстрактной личностью – вашим идеалом. В определенный момент откроется дверь – появится Он (Она). Дальше – дело за вами.

Следует понимать, что недостаточно лишь крутить слайды, сидя взаперти, и просто ждать, что рыцарь влезет в окно или принцесса принесет пиццу. Разумеется, надо бывать в обществе, где есть шанс встретиться с половинкой.

Если же с обществом проблемы или вы недостаточно коммуникабельны, чтобы свободно общаться, можно воспользоваться другой техникой (не пренебрегая и слайдом, конечно).

Представляйте себя светящимся существом, от которого исходит внутренний свет обаяния и любви (если хотите, можно еще добавить «секса» или «силы»). Ходите с этим намерением и *светитесь*. Проговаривайте про себя почаще следующую мыслеформу.

*Я очень обаятельная личность. От меня исходит  
внутренний свет обаяния и любви. Люди это  
чувствуют и испытывают ко мне симпатию.  
Им приятно со мной общаться. Им комфортно*

*находиться в моем поле. Люди тянутся ко мне. Я очень обаятельная личность. Я излучаю свет любви и радости. Я светящееся существо.*

Мыслеформу можно также использовать совместно с техникой «*стакан воды*», которая описана в книге «Апокрифический Трансерфинг». Через некоторое время вы обратите внимание, что люди начинают тянуться к вам, как мотыльки. Людей вообще привлекают обаятельные и радостные личности, от которых к тому же исходит некое метафизическое *сияние*.

## **Сложные вопросы, простые ответы**

*«Как выбрать свою стезю, когда питаешь глубокое равнодушие ко всему, с чем встречаешься в жизни? Меня не вдохновляют ни красочные приманки маятников, ни реальные цели, ибо когда я задаю себе вопрос „зачем мне все это?“, то не получаю для себя внятного ответа. Мне ничего глобального не хочется, ни материальных благ, ни власти, ни знаний – ничего».*

Цель определяется в противоречии. Если вы довольны жизнью, тогда просто наслаждайтесь ей. Если так не получается, значит чего-то не хватает. Тогда надо задаться целью отыскать то, что превратит жизнь в праздник. Поиск собственно цели – такая же цель. На это может уйти вся жизнь.

Но может быть и так, что она найдется уже завтра. У всех по-разному.

*«Никак не могу приучить себя думать о позитиве, не могу часто думать о слайде, практически всегда сплю наяву. Пытаюсь радоваться, когда не хочется, но в душе нерадостно, ведь сам себя не обманешь. Вопрос: продолжать ли мне радоваться, даже когда внутри грустно? Это даст какие-то результаты?»*

Нет, результатов не даст. Самообманом действительно заниматься не стоит. Надо найти себе цель, тогда и апатия пройдет.

Данный ответ простой, но исчерпывающий. Основная причина апатии – бесцельное существование.

*«Я программист, и я НАМЕРЕН начать создавать трехмерные графические приложения. Изучаю спецлитературу, практикуюсь, но есть проблема: все мои попытки начать создавать трехмерные приложения заканчиваются неудачей. Я просто не понимаю, как все это работает. Мне очень трудно дается трехмерная графика, воюю с ней уже второй год. Буквально час назад отложил в сторону очередную купленную книгу по программированию трехмерных приложений из-за непонимания материала».*

Цель должна определяться в единстве души и разума. Возможно, вы не душой стремитесь к этой цели, а только разумом. Ваш разум чувствует себя ущемленным в том, что не владеет этой дисциплиной. Точно так же люди, у которых нет голоса, очень любят петь. Если цель дается с большим трудом, следует задуматься, действительно ли это ваше. Подумайте над своей целью беспристрастно.

*«Не могли бы вы рассказать о психологических изменениях, которые происходят с человеком на живом питании? Правильно ли я понимаю, что подсознательные блоки, установки, негативные убеждения отваливаются сами собой? Ведь общеизвестно, что для того, чтобы убрать многочисленный мусор из подсознания, требуется большая и кропотливая работа над собой, а в ряде случаев даже помощь психотерапевта. Потому что убеждения очень тяжело перепрограммировать. Например, сознательно я могу хотеть стать богатым, но подсознательно ненавижу богатых, деньги, считая, что это все не духовно и т. д. В общем, действительно ли мозги „прочищаются“ на живом питании?»*

Прочищается сознание, в смысле просветляется, становится ясным, мысли становятся ясными, вы начинаете видеть и понимать то, что другие не видят и не понимают. Но вот с тараканами в голове другая история. Тут все индивиду-

ально. Есть немало «злых сыроедов», которые переполнены негативом. Для очистки от негатива лучше всего поставить себе цель и смотреть только вперед, в свое будущее, не оглядываясь назад, и на окружающих в том числе. По дороге вся шелуха и отвалится.

*«Мы с любимым хотим выиграть большой приз в лотерею. Понимаю, звучит странно, но почему-то нам эта мысль не дает покоя очень давно. И уже выигрывали небольшую сумму. Почему так? Не знаю. Вот так вот. Появилось, и живем уже в том, новом мире, в новом доме. Но последнее время начинают одолевать странные сомнения: „это не мой путь“? Или мешает очередное „это невозможно“?»*

Я бы не стал ограничивать выбор внешнего намерения только лотереей. У внешнего намерения есть много других способов вас осчастливить. Ваше дело – сделать заказ, чего вы хотите от жизни, и сосредоточиться на нем. А как этот заказ будет выполнен – это уже предоставьте на выбор внешнего намерения.

*«Я прям в растерянности нахожусь. Не могли бы вы объяснить такое „явление“ – я весь последний год жила с одной конкретной мечтой-целью, ежедневно визуализируя, весь год находилась на позитиве, знала всегда, что этого хочу и это именно то, что мне нужно. Все мои действия бы-*

ли направлены на ее воплощение, и были видны результаты. Но дело в том, что она у меня неожиданно исчезла. Я перестала ее „видеть“, хотеть, мне стала она безразлична! Что это может означать? Мне так обидно терять мою мечту, ведь она определяла мою жизнь, заряжала меня желанием развиваться, двигаться дальше! Я не понимаю, что произошло. Как будто потеряла смысл в жизни».

Возможно, это не ваша цель. Бывают ложные цели, навязанные маятниками. Душа наивная, ее легко обмануть. Цель должна определяться в единстве души и разума. Однако все не зря. Скорее всего, вы прошли определенный этап, который надо было пройти. Все еще впереди.

«Как же тогда определять, что твоя цель истинна? Ничего, кроме единства души и разума, все это время я не испытывала, поверьте. Но это как-то „жестоко“ – весь год вести свою жизнь и планы к одной цели, мечте, буквально летая на крыльях, а через год тебе „говорят“: это не твоя цель. Я сейчас пытаюсь просто даже помечтать, представить какое-то будущее, а ничего не вижу, только серый фон и пустоту. Ладно, я даже не говорю сейчас про потерянную мечту, но я вообще ничего не вижу, даже мечтать не могу. Хожу потерянная, никаких стремлений, пусто. Конечно, понимаю, что „все к лучшему“, но как-то это...»

У меня самого было много раз то же самое, что и у вас. Повторяю, все это ступеньки, которые надо пройти, чтобы добраться до цели, о которой вы сейчас, возможно, и не подозреваете.

*«Мои близкие и друзья продолжают спать наяву и совершенно не понимают меня. В принципах Трансерфинга я убедилась на мелочах, но крупных результатов пока нет. Достижение такой цели, как приобретение своей квартиры, мне дается с трудом, потому что все вокруг считают это на данном этапе чем-то нереальным, и, несмотря на то что я уже длительное время каждый день занимаюсь визуализацией, никаких изменений пока не происходит. Особенно сложно, когда тебе говорят: „Это большая проблема, в ближайшее время можешь даже пока и не думать о собственной квартире, кредит тебе не дадут, зарплата у тебя маленькая, как ты себе это представляешь?“ Сразу начинает казаться, что они правы, ведь никаких изменений не происходит. Самый главный вопрос: как сохранять уверенность в своей правоте, когда все вокруг тебя не понимают и считают твои методы глупыми, неэффективными, бессмысленными, а доказать свою правоту нечем, потому что заметных результатов нет».*

Не нужно делиться своими мыслями с теми, кто вас не поймет, особенно по поводу своей мечты. Так вы обрекаете себя на борьбу не только со своими сомнениями, но и с со-

мнениями окружающих. Мечта реализуется не сразу (а кто говорил, что все будет сразу?). Возможно, сначала будет более скромный подарок, потому что для шикарного подарка требуется время. Надо иметь терпение.

*«Никак не пойму, чего я в жизни хочу. У меня столько желаний и целей! Мне кажется, я могу всё! Но надо ведь выбрать одну свою единственную цель и двигаться к ней, а я постоянно меняю свои цели. Как мне быть, как найти ту единственную цель?»*

Сделайте элементарную вещь. Приведите в порядок свои желания. Напишите на листке бумаги все свои желания и цели, а затем расставьте приоритеты. Нужно выбрать главную цель и уделить ей особое внимание. Если это ваша стезя, все остальное приложится. Если пока невозможно определить основную цель, двигайтесь одновременно к нескольким целям, при условии, что они друг другу не мешают.

*«У меня нет конкретной цели, в том смысле, что моя душа хочет заниматься своим делом, ни от кого не зависит, но вот чем конкретно, не знаю. Как в таком случае крутить целевой слайд? Что там должно быть? Просто как я занимаюсь каким-нибудь делом, без конкретики?»*

Если не можете пока определить цель, крутите слайд

праздника жизни, как он вам представляется. Тогда откроются двери (возможности), как этот праздник реализовать. У каждого ведь свои представления о празднике.

*«Скоро у нас серьезные соревнования по тайскому боксу. Почти все свои бои я проигрываю (наверное, из-за высокой важности, очень волнуюсь перед боем). Не знаю, на что рассчитывает мой тренер, если я всегда проигрываю. Мне это уже надоело. Бросать не хочу, так как есть надежда, что все изменится к лучшему. Что мне делать? Еще хочу узнать, как стать фаворитом этого маятника. Пойти своим путем? Я опять не понимаю, как это. Существует одна техника – и все, никаких других путей».*

Вам нужно либо оставить бокс, если это не ваша стезя, либо найти в нем свою индивидуальность. Вы пишете, что техника одна, но это узкий взгляд. Всегда и во всем можно найти свой стиль, выйти из строя. В спорте тому много примеров. Если вы понаблюдаете, то поймете, что звезды – не такие, как все, они все делают по-своему. Звезды всегда выходили из строя и шли своим путем. Как именно – это уже каждый решает для себя сам.

*«Я почему-то хочу, искренне хочу сделать татуировку. Много читал про это. Что это не совсем хорошая вообще мысль. Но душой хочу, действительно хочу. Но много чи-*

*тал, что люди, сделавшие это, жалеют потом. Как в таких случаях поступать? Как без колебаний делать выбор, при котором душа поет, а разум говорит нет?»*

Если присутствуют колебания, значит не ваша вещь/цель/дверь. Когда найдете свое, колебаний не будет. Учитесь слушать голос сердца.

*«Я намерен иметь дом на берегу моря, но в данный момент живу с родителями и прежде всего хотел бы жить один в своей квартире. Что мне визуализировать: сначала свою квартиру, а когда будет квартира, переходить к визуализации дома на берегу моря? То есть работать с конечным слайдом или добиваться цели поэтапно?»*

На начальном этапе лучше визуализировать сразу конечную цель. По пути к этой цели реальность успеет подбросить промежуточные варианты, более подходящие на данном этапе.

*«В свое время ваши книги помогли мне многое понять, но я много читал и других авторов. Парадокс в том, что чем больше узнавал, тем больше запутывался. Сейчас в отчаянии, потерял веру в Силу, в себя. Полный застой, куча долгов – одним словом, глубокий „анабиоз“. Очень прошу, помогите выбраться, найти свою дорогу. Чувствую себя живым трупом».*

Нужно уже перестать читать чужие книги, поставить себе цель и двигаться к ней. Постановка цели (не важно какой, если пока не можете отыскать Свою) и движение снимают проблемы. Думать, как решить проблемы, – бесполезно. Требуется именно *движение, вектор*, тогда все решается само собой. Но где взять энергию и намерение, чтобы начать действовать?

**В самом действии. Намерение генерируется в движении.**

Современному среднему человеку ничего не хочется, все лень, нет желания работать, все откладывается на потом, не видно выхода из создавшегося положения. Большинство людей живет в чужой реальности, в которую их поместили и с которой они смирились. А информационное болото – телевидение, интернет, сети – засасывает еще глубже: человек смотрит чужое кино, а со своей жизнью не может ничего поделать.

Так вот, состояние энергетического застоя (апатии) порождается именно пассивной ролью *приемника, потребителя, функционера*. У создателей, созидателей, трансляторов, как это всегда бывает, энергия бьет через край. Они создают свой мир. И действуют в активном режиме, а потому и энергии всегда хватает.

**Апатия и депрессивное состояние устраняются действием. Когда вы начинаете действовать,**

**включается поток намерения, подобно магнитной индукции.**

Энергия течет через вас свободным мощным потоком. Вы как чистая, быстрая, мощная горная река. Вы способны свернуть горы. *Требуется лишь переключиться в этот активный режим трансляции и начать действовать.*

## **Цель найти свою Цель**

*«Последнее время я чувствую усталость. Моя жизнь меня не радует, работа бесит, достижения не удовлетворяют, здоровье пошатнулось, сильно. А мне всего лишь 30 лет. Я не знаю, куда иду. Я не замужем, детей нет, снимаю комнату в квартире, зарплата небольшая (мне папа помогает финансово до сих пор). Щитовидка бешеная у меня, операцию хотят делать, а это значит, что после этого всю жизнь придется гормоны принимать.*

*Есть у меня молодой человек... ну, как есть... он живет в другой стране, мне моей зарплаты даже на билет туда и обратно не хватит. И ему всего лишь 21 год, то есть у нас разница в возрасте 9 лет. Уже 9 месяцев по интернету общаемся, а встретиться никак не можем.*

*Я знакома с вашими книгами. „Трансерфинг реальности“ – это вообще моя настольная книга. Когда совсем плохо, я слушаю ее с любого места, и мне становится легче. Но у меня такое чувство, что я завязла в какой-то паутине. Я*

не на своем месте, не на своем пути. Все цели, к которым я стремилась, оказались ложными.

Да, я окончила консерваторию, окончила магистратуру, работаю в университете и в театре подрабатываю аккомпаниатором (я пианист). Но это все не то. Я не испытываю радости от своей работы. Я превратилась в ленивую сучку. Когда подхожу к инструменту, у меня подкатывает к горлу. И я понимаю, что так больше не может продолжаться.

Еще в детстве, помню, когда у всех были каникулы, меня заставляли заниматься на пианино, даже когда мы с родителями ездили в отпуск, мама всегда находила какой-нибудь задрипанный советский клуб, где было пианино, и я ходила туда заниматься, и я помню, как я плакала постоянно от обиды на все это.

У меня нехватка свободной энергии. Пыталась перейти на живое питание, и мне эта идея вполне понравилась – да, чувствуешь себя лучше и легче. Теперь хочу попробовать зеленые коктейли из книги Бутенко.

У меня нет стимула, мне страшно что-то начинать заново. Страх перед неудачей. Я поступила полтора года назад в магистратуру, и не от большой любви к науке, а лишь для того, чтобы что-то поменять. Я окончила ее, и ничего не менялось. Все это было впустую. Топчусь на одном месте с желанием что-то поменять и страхом перемен одновременно. Я знаю, что желания не исполняются, а мечты не сбываются, что все это надо перевести в намерение, но

*мое намерение недоразвито, видимо.*

*Я понимаю свою ограниченность и стереотипность мышления. Мне трудно поверить в то, что в меня может влюбиться 21-летний молодой человек. Мне трудно поверить в то, что у нас с ним может что-то получиться, может, поэтому мы с ним никак не можем встретиться.*

*Тем не менее я знаю, что мой мир любит меня. Чувствую это. Вы знаете, я не всегда такая бука. У меня не всегда все плохо, в моей жизни есть и хорошие моменты. Но сейчас я получила очередную рассылку Трансерфинга, посмотрела на все письма этих людей и просто села, решила отбросить свой оптимизм, реализм и пессимизм и написать то, что есть у меня на данный момент.*

*Вы извините за то, что я на вас все вот так вылила, но мне не нужна жалость или очередной ликбез „Как нужно жить“. Я знаю, что вы мне этого не предложите, потому и решила именно вам все написать. Моя самая большая проблема состоит в том, что я сама не знаю, чего хочу и к чему мне стремиться. Моя душа не дает мне подсказок, а мой реактивный мозг и эго не могут найти правильного пути. Помогите мне».*

*Ваш ум и не сможет ничего выдумать, не стоит на него надеяться. Вам надо поставить себе цель и начать движение к ней. Чтобы узнать (не придумать, а именно узнать) свою новую цель, необходимо отправить себя в путь, как Ивануш-*

ку-дурочка за клубочком. Данный принцип подробнее описан в книге «Взлом техногенной системы».

Путь – это путешествие, в географическом или информационном плане. Вы можете путешествовать как по Земле, так и в сфере поиска новых знаний, открытий, впечатлений. Ведь вам нужно найти свою цель? Значит, необходимо расширить свой кругозор, впустить в себя новую информацию, узнать то, чего раньше не знали, увидеть то, о чем не подозревали.

**Перед тем как отправиться в путь, следует дать себе установку: я ищу свою цель. Не вычисляю каким-то логическим способом, не выдумываю, а именно узнаю, когда она сама покажется. Повторяю, вы не можете ее определить умом, а можете только увидеть.**

Но для этого надо вырваться из того круга, в который вы сами себя заключили такими установками, как: «моей зарплаты и на билет не хватит», «не верю, что кто-то может меня полюбить», «все к чему стремилась, оказалось ложным» и так далее.

В жизни ничего не бывает зря. Например, у вас есть такое сокровище, как умение играть на пианино. Вам кажется, что оно вам не нужно, но лишь потому, что вы засиделись в пределах своего круга. Это умение можно использовать во множестве разных направлений, стилей и, опять же, с разными целями. Так вот, для того чтобы найти, увидеть новое при-

менение старым способностям, нужно отправиться в путь. Любой, но с целью – повстречать свою новую цель.

*«У меня замечательная семья: любимый и любящий муж, прекрасные дети (две дочки). Я имею высшее психологическое образование, в скором времени стану кандидатом психологических наук. В общем, казалось бы, жизнь удалась. Все отлично. Чего еще желать?»*

*Но вот последние года два, а может, три, я пребываю в состоянии душевного страдания (уже даже собиралась идти к психотерапевту и начинать принимать антидепрессанты). „Бьется птица в груди беспокойная и ничем мне не может помочь“.*

*Мне кажется, что семья, дом, дети – это лишь часть меня (хотя очень многим женщинам для полного счастья всего этого вполне хватает). А есть еще одна часть, не реализованная, не нашедшая выход, но страстно желающая этот выход найти, вырваться на свободу.*

*Муж говорит, что я очень хорошо реализовалась как жена, как мать, как хозяйка, что это и есть главная реализация, истинное предназначение женщины. Но мне этого недостаточно. Меня не покидает ощущение, что для того, чтобы я почувствовала себя полноценно счастливым человеком, мне нужна самореализация и той, второй половины меня.*

*Восемь лет после окончания университета я работала*

преподавателем в вузе, мне казалось, что это мой единственный и желанный жизненный путь. Но почему-то я постоянно ощущала дискомфорт. Писала кандидатскую диссертацию. Правда, одному Богу известно, сколько усилий мне стоило преодолевать невероятное количество постоянно возникающих, бесконечных препятствий разного рода на этом пути, пока я, наконец, не поняла, что это не мое и не нужно мне.

Настал момент, когда я поняла, что это не мой жизненный путь. Я уволилась из университета. Это было очень болезненное решение, поскольку рушились все жизненные планы, а впереди – только неизвестность! Я как будто все время шла прямой дорогой, где мне все было ясно и понятно, а сейчас повернула за поворот – и то, что я там увидела, – это незнакомый мне мир, в котором я совершенно не ориентируюсь. Я абсолютно растерялась.

После знакомства с идеями Трансерфинга мне стало гораздо легче дышать, но состояние душевной тоски все же не покидает меня. Я не могу найти себя. Это состояние уже невыносимо для меня. Я очень устала. Я практически выбилась из сил. Я очень хорошо поняла, что так, как я жила, – я жила неправильно, так я не хочу. Но вот как жить дальше – не знаю!

Вернее, знаю. Это я уже поняла. Я хочу найти дело своей жизни, такое дело, которому я бы отдала себя, которое доставляло бы мне удовольствие, дало возможность самой

*зарабатывать деньги, и главное – наконец ощутить состояние полноценного счастья. Не знаю, возможно ли такое вообще, но, судя по идеям Трансерфинга, возможно. И я в это верю! Но вся проблема в том, что я не знаю – что это за „дело“.*

*Последние три года все пробовала, искала себя. Создавала дизайн-студию, руководила рекламным агентством, возникали идеи открыть салон красоты и купить землю под автостоянку, занималась благотворительным фондом, сейчас почти готова „ввязаться“ в сетевой бизнес. Но все не то, все не так! Я задаю себе один тот же вопрос: „Где я? Где мое?“ И не могу найти на него ответ. Возможно, это странно. Как правило, люди всегда хорошо знают, чего они хотят, к чему стремятся. Может, я какая-то ненормальная?»*

Напротив, такая ситуация характерна для многих, и люди, как правило, не знают, чего они хотят. В ситуации, когда полная неизвестность и непонятность, нужно поставить себе цель найти свою цель. Нужно взять на вооружение мыслеформу: «Я ищу и нахожу свою цель, которая превратит мою жизнь в праздник». Проговаривайте эту мыслеформу почаще, но не механически, а осознанно, ловя при этом ассоциации, идеи, ощущения. Что-то должно прийти в голову, осесть.

Но и не сидите сложа руки, не занимайтесь думаньем.

Придумать вы ничего не сможете. Решение всегда приходит в пути, в действии. Отправляйтесь в путь, просто так, за каким-нибудь клубочком. В путешествие, в поиск информации, которая вас чем-то интересует, пробуйте какую-нибудь деятельность или наблюдайте за чужой деятельностью. Когда у вас в голове целевая мыслеформа, а вы в пути, в движении – рано или поздно обязательно что-то отыщется, найдется. Не унывайте. Вспомните «Песню о веселом ветре».

*А ну-ка песню нам пропой, веселый ветер,  
Веселый ветер, веселый ветер.  
Моря и горы ты обшарил все на свете  
И все на свете песенки слышал.  
Спой нам, ветер, про дикие горы,  
Про глубокие тайны морей.  
Про птичьи разговоры,  
Про синие просторы,  
Про смелых и больших людей.  
Кто привык за победу бороться,  
С нами вместе пускай запоет.  
Кто весел – тот смеется,  
Кто хочет – тот добьется,  
Кто ищет – тот всегда найдет.*

*В. Лебедев-Кумач*

Эти слова ничего не объясняют, но несут в себе смысл, который можно только почувствовать.

## У всякой проблемы есть решение

*«Два года назад мне попала на глаза книга „Трансерфинг за 78 дней“, я долго ею спасалась от стрессов и подавленных состояний, просто слушая. В этом году решила изучить эту тему детально и прочитала книги. Мне очень подходит по духу эта теория, она резонирует со мной. Дело в том, что я уже давно поняла, что управляю реальностью и могу абсолютно всё! Иногда мне не приходится даже сильно задумываться над реализацией мысли. Некоторые даже не очень подробно возникшие в моей голове картинки реализуются.*

*Но сейчас я подошла к точке, не вижу смысла просыпаться и ставить цели, пока не совсем ясно мое предназначение. С одной стороны, я понимаю, что мне нужна семья, и еще хочется родить мальчика. Надо будет потратить много времени на рождение и воспитание детей, а также изменить свои установки относительно роли женщины в семье и роли мужчины. С другой стороны, я понимаю, что семья и дети – это не самоцель, и есть что-то большее для меня.*

*Я по натуре лидер, и мой избранник тоже, а эти два типа не уживаются вместе, кто-то должен принять ведомую позицию. Он хочет видеть во мне женщину, которая воспитывает детей, посвящает себя дому и мужу, имеет небольшое хобби, и все. Муж, в свою очередь, обеспечивает семью и*

*заботится о нас, но у него есть предел мечтаний, а у меня предела нет.*

*Я понимаю, что во мне борются противоречия: Я – женщина и Я – деятель. Мне страшно, что я буду сидеть дома с детьми, воспитывать их, возиться, – скука. А как же приключения, достижения и покорение вершин? Как же жизнь, наполненная радостью и изучением границ своих возможностей?*

*Сейчас я поставила свою жизнь на паузу, чтобы подумать, в каком направлении дальше двигаться. Мне очень страшно, что мои истинные желания сильно разойдутся с тем человеком, которого я выбрала. Но я не могу отказаться и от поиска своей цели в жизни. Пробовала много разных деятельностей, результат всех – скука и бросание. Картинка, как я занимаюсь детьми и домом, тоже вызывает скуку, будто жизнь проходит мимо меня. В чем смысл предназначения для женщины с точки зрения Трансерфинга? В каком направлении следует думать женщинам с жизненной позицией мужчины?»*

Скорее всего, вы сильно преувеличиваете, опасаясь, что семья и дети помешают вашей самореализации. Если понаблюдаете, можете заметить, есть немало известных женщин, добившихся большого успеха, и которые к тому же по несколько детей имеют. На всякую проблему найдется решение, те же няни к примеру. Была бы устремленность к цели.

*«В рассылке прочитала, что не я одна обнимаюсь с вашей книгой „Взлом техногенной системы“. Купив ее, не расставалась с ней, пока не прочла до конца (все мои родные не понимали, как я могу везде носить такую большую книгу). А после прочтения стала прижимать ее к груди и чувствую, как от нее идет Сила, что она помогает. Она лежит на видном месте и вся в моих цветных закладках, и даже иногда хватается взгляда, чтобы опомниться и очнуться или чтобы вспомнить о себе, целях и так далее.*

*Пользуюсь ею, даже принимая ванны, которые вы рекомендовали по Залманову (в основном читаю установки для этой же ванны). Курс уже на 23-й ванне, и я чувствую реальное прояснение в своем сознании! Я даже с первых ванн смогла формулировать свою цель четче. А буквально вчера внесла корректировку, убрав напрягающую часть цели, и ощутила такой подъем, что даже сложно описать словами!*

*Воспользовавшись также вашими картами „ТАРО пространства вариантов“, я четко поняла и ощутила на себе, что такое „чужая цель“. Она была не вся чужая, но хватило и части, чтобы угнетать и удерживать. Ощутила внутри, как будто сняла с себя ношу, и тут же словно меня что-то подняло выше, как на волну.*

*Этот подъем вызывает внутри меня ощущение счастья, несмотря на то что моя цель очень далеко от меня на дан-*

*ном этапе моей жизни и для ее достижения мне предстоит решить очень длинный список задач. Но теперь я понимаю, что такое быть счастливой даже на пути к цели».*

Действительно, книга дает ответы намного оперативнее, чем автор, у которого и так гора писем. Нужно лишь взять эту книгу и вдумчиво прочитать, держа в голове свои вопросы и цели. Книга живо отзовется. Ведь она – живая сущность и рада помочь вам, если и вы к ней бережно и внимательно относитесь.

*«В моей жизни все пока идет стабильно, окончила 1-й курс института, мама работает на хорошей работе. Но грядут перемены: мы решили оставить город. Приехали из Украины двое старых знакомых с золотыми руками, строят нам дом. Мама хочет переехать уже зимой по окончании строительства. Она выходит замуж за одного из них (они великолепно подходят друг другу, общие интересы, цели, планируют участок, дом, сад, разумеется, любят природу). К тому же он столяр, сам из деревни, поэтому и косят, и рубить, и копать в огороде – профи.*

*Так вот в чем дело: мама оставляет хорошую работу (это ее право, я ни в коем случае не виню), НО мне нужно платить за институт, как-то существовать, так как на ноги полностью не встала.*

*Устроилась работать, на почту, но зарплаты там хва-*

тит разве что на еду и оплату жилья. А учебу придется бросить. Жить в системе не хочу (перепробовала много видов работы, перспектива пахать на дядю всю жизнь не привлекает), но нужно доучиться, мне кажется. Тем более все дают своим стереотипным мышлением: „Ка-а-ак? Бросаешь учебу? А что ты будешь делать в деревне? На что жить? А как без интернета?“

Мама говорит: „Езжай с нами, зачем тебе это высшее зомбообразование, тем более ты работать и жить в городе не хочешь. Там не дают истинно нужных знаний (например, арийско-ведических, как правильно жить в семье, воспитывать детей и т. п.)“. Даже если и окончу институт, все равно не факт, что будет хорошая работа.

Хожу на курсы шитья, ведь очень важно что-то уметь делать руками, планктоном все могут быть. Но не хватает времени либо на работу, либо на учебу, либо на шитье. Сама я точно пока себя обеспечить полностью не могу, нужно на ноги встать, но ПЕРЕМЕНЫ...

У меня несколько путей.

1. Переехать жить в деревню, оставив все (у меня есть еще среднее специальное образование). Но, поговорив на почте с коллегами, выяснила, что без „вышки“ не берут на многие должности, поэтому, собственно, они и на почте). Если решу вернуться в город (вдруг я на стену полезу от разгребания заснеженной дороги, растапливания печи, поедания маринованных корней), то меня ожидает работа

*продавца-консультанта. У мамы и ее мужа будет своя семья, родится ребенок, может быть, – и чего я там, как собаке пятая нога, иди иван-чай собирай или медитируй. Хорошо, но где там муж в поле найдется?*

*2. Остаться в городе, жить на нищенскую зарплату и учиться шить, клянчить деньги у мамы из поселения (нехорошо, хоть она и говорит, что поможет, не оставит). Друзья практически все „отвалились“, не о чем с ними говорить, кино и кафе меня не интересуют.*

*3. Доучиваться, но не работать – тогда знания будут, а денег нет. Институт и почта – это примитивизм, шить мне необходимо – НЕ вариант».*

Вы смотрите разумом. А надо смотреть сердцем. Выберите путь, у которого есть сердце. Не бойтесь выбрать путь, у которого, как вам кажется, мало шансов на успех. Главное, чтобы этот путь вам нравился. Средства и способы реализации найдутся сами. В пути, в процессе. Ваше дело – устремиться вперед, к цели. Препятствия сами упадут. Ваш разум просто не знает, каким образом это возможно. Смотрите сердцем.

*«У меня проблема с жильем, необычная. Как только я поселяюсь в квартире, соседи начинают делать капитальный ремонт. Мало того, где бы я ни жила, на моем этаже обязательно соседствует алкоголик или наркоман. Звонки*

*в любое время суток, занимания денег на бутылку, оскорбления в случаях отказа. Уже несколько лет в моей квартире не прекращается грохот перфоратора. Сделали ремонты все вокруг меня, со всех сторон, сверху донизу. Теперь идут ремонты в выкупленных помещениях под офис.*

*Я читала, что вы рекомендуете все раздражители пропускать, чтобы не раскачивать их маятники. Пропускать звук перфоратора невозможно, сами понимаете. Получается, идет по жизни какое-то преследование моего спокойствия. Вы представить себе не можете, как я измучилась. Жаловаться бесполезно. Договариваться – тоже».*

Необходимо перестроиться на другую линию жизни, где вы живете в тишине и спокойствии. Но как это сделать? Если проникнуться любовью к соседям или игнорировать их окружение не удастся, значит лучший выход – *поставить себе цель иметь свой дом* и полностью сосредоточить внимание на этой цели.

**Всегда, в любых обстоятельствах полезно помнить один хороший принцип Трансерфинга: если ситуация неразрешима, нужно поставить себе цель и двигаться к ней. Не имеет даже большого значения, какую именно цель. Важен сам факт устремления вашего внимания и намерения. Решения найдутся, а проблемы самоустроятся в движении.**

## Цель и миссия

*«Моя цель простая, в принципе. Хочу быть финансово независимым, мало работать, а лучшие вообще этого не делать. Иметь всякие там атрибуты богатой жизни: большой дом, пару машин, путешествовать и иметь двух детей. Возможно, банально, но мое. Вопрос заключается в том, правильно ли я делаю. Кручу целевые слайды, живу в них. Как живу в своем доме, езжу на машине, как лежу на пляже под пальмами или сижу на краю бассейна на Кипре где-нибудь. Не растекся ли я по слайдам?»*

Нужна не только цель, где вы что-то получаете, но и дверь – ваша миссия. Миссия – это то, что вы отдаете. Невозможно только получать. Надо найти такую цель, которая была бы одновременно и дверью в ваше благополучие.

*«Должна ли своя цель быть очищена от денежного вопроса вообще? И возможно ли вообще не думать о деньгах? Если я правильно понимаю, следует задать себе вопрос: „Чем бы ты занимался, если денег у тебя было бы столько, что и за всю жизнь не потратишь?“ Просто для меня, наверное, как и для многих, деньги являются главным сковывающим фактором, не дающим отыскать свое предназначение. Иногда думаешь и не знаешь, чего же я вообще хочу, если деньги –*

*это не цель».*

Денег столько, «что за всю жизнь не потратить», не бывает. Не потратить – это по вашим нынешним меркам. Чем больше денег, тем выше запросы, так что денег всегда не хватает. Миллиардерам – в особенности. Им требуется очень много денег, чтобы сохранить, не растерять свои миллиарды.

Так что в любом случае цель ставить нужно, но и о деньгах не забывать. О деньгах не как средстве добыть чего-то, а как отдаче за то, что вы делаете, какую миссию выполняете. Можно сказать:

Цель – это то, что мы получаем.

Миссия – это то, что мы отдаем.

Но! Сначала мы что-то отдаем, а лишь потом получаем. Если встать перед зеркалом, станет ясно, что отражение не двинется навстречу, пока сам не сделаешь первый шаг. Поэтому *мы сначала отдаем, а потом получаем.*

Цель и Миссию разделить и различить трудно. Цель и Миссия вместе – это Стезя, на которой человек успешно реализует себя в этой жизни. Если вы на своей Стезе и делаете все эксклюзивно и по высшему классу, отдача будет соответственно высокой. Отсюда вывод: надо все стремиться делать по высшему классу.

*«Все эти годы я мечтал стать обеспеченным человеком и около года назад начал активно заниматься продвижени-*

ем MLM. Под конец набрал кредитов на себя и жену на два миллиона, вложилась полностью, а потом все обвалилось, и остался долг перед банком. Ежемесячный процент оказался офигенным – 70 тыс./мес. Причем я не имел стабильного заработка.

Платил с перебоями проценты (сам удивляюсь, откуда брались деньги). Применяю различные методы Трансерфинга – каждый день читаю мыслеформы над стаканом воды, дом обвешал бумажками с мыслеформами, слушаю книги регулярно, но меня почему-то не хватает на визуализацию себя в комфорте и роскоши».

Сначала надо любым способом вылезти из индуцированного перехода, куда вас забросило. Когда освободитесь, тогда и сможете представить себя обеспеченным человеком. Только для того чтобы получать, надо что-то отдавать, выполнять свою миссию. Пирамиды – это из разряда «как получать, ничего не давая». Вам нужно искать свою миссию.

«Я певица, переехала в США два года назад. Как мне кажется, всю жизнь мечтала стать известной певицей, как Мадонна, но в последнее время ловлю себя на мысли, что мне не столько нравится петь, сколько атрибуты всего этого, такие как деньги, слава (доказать всем, что я СМОГЛА). Но в то же время который раз убеждаюсь, что мир шоу-бизнеса жесток, что я слишком чувствительна к любой критике

*и грубости, могу просто не выдержать.*

*Вот оставил мне кто-то комментарий на канале: „Ты совсем не умеешь петь!“ И настроение портится на целый день. Разве можно добиться успеха в шоу-бизнесе, не умея ходить по трупам и отвечать жестко на грубости? Или это клише?*

*И вот я прочитала письмо одной женщины в вашей книге, которая хочет просто превратить свою жизнь в праздник. И не хочет ничего делать. При мысли о жизни-празднике мне стало радостно, и подумалось: может быть, не стоит мне лезть в жестокий мир шоу-бизнеса и пытаться что-то кому-то доказывать, а стоит просто превратить свою жизнь в праздник?*

*Путешествия, шоппинг, рестораны. И заодно все мои враги обзавидуются (это как бонус, уже не цель). А там глядишь, может, и смогу все-таки стать знаменитостью. Может ли это быть целью (быть девушкой-праздником), если Бог дал мне прекрасный голос и талант в музыке и красивую внешность».*

Да, вполне достойная и интересная цель: «Я девушка-праздник». С одним немаловажным дополнением: «Я – приносящая праздник». Праздник в себе, внутри – невозможен. Он как спичка, сгорит и погаснет. Вы не сможете долго праздновать, находясь в запаянной колбе. Должно быть движение – изнутри наружу и обратно. Вы несете праздник, да-

рите радость людям, и они вам благодарны и радуются, и вы радуетесь вместе с ними.

Так вы реализуете свою миссию, а не просто наслаждаетесь жизнью. Наслаждения не возьмутся просто так, ниоткуда. А если и возьмутся, то быстро сторят. Ваша жизнь происходит во взаимодействии с зеркалом мира: вы что-то даете, и вы получаете. Если вы что-то дарите, то и на вас сыплются подарки. Таков принцип.

## Смотримся в зеркало

*«Дело в том, что меня волнует и всегда волновала проблема отношений, любовь. Иногда это даже просто превращается в увлекательную игру, цель под названием – найди свою любовь.*

*Но это очень сложная игра. Когда ты влюблен, очень сложно снижать важность и все контролировать, разум как будто одурманивается и становится неуправляем. Я очень многое могу силой намерения, я знаю, и все это получаю, но я не ставлю себе хороших нормальных целей. Нет чтобы мечтать о хорошей машине, об отдыхе или о материальных благах, о которых, в принципе, я мечтаю, и они сбываются, но не ТАК мечтаю, как о любви.*

*Я почему-то каждый раз ставлю себе цель построить хорошие нормальные отношения, и каждый раз что-то идет не так, или я не тех людей выбираю... Но у меня как*

навязчивая идея, я не могу быть одна, мне всегда нужно кому-то любить и кому-то дарить любовь.

Сейчас такая ситуация: я влюблена, сильно, так сильно, что, когда его нет, мне хочется умереть... Я не знаю, как бороться с этим, весь мир не мил, ничего не хочется, никого другого не хочется. Мне вот 30 лет, а я как девчонка влюблена, даже стыдно становится.

Но все бы ничего, он сказал, что не нужны ему серьезные отношения, встречаемся время от времени, а чтоб серьезно, он не хочет, хотя я вижу, что тянет его ко мне, и даже чувствую, что боится влипнуть, поэтому порой избегает и отталкивает меня.

Но как мне его растормошить? Я все делаю по Трансерфингу, дарю ему любовь, ничего не требую взамен, все делаю для него, хочу, чтобы он был счастлив, помогаю ему, если надо, в чем-то, дарю подарки, сделанные своими руками (я сама рисую и делаю поделки), добрая и ласковая с ним.

И вроде даже начало налаживаться, он стал чаще появляться, стал более лояльным и добрым, но потом что-то снова пошло не так, возможно, я переборщила с чем-то, пыталась спровоцировать в нем ревность, или, может, моя важность зашкалила...

Потому что, когда я была на позитивной волне, все было хорошо и я была уверена, он меня полюбит, но стоило мне соскочить с волны, пошатнуться, как все пошло кувырком, и он снова пропал и снова избегает меня.

# 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.