

АЛЕКСАНДР РОССИЙСКИЙ

КНИГА,
МЕНЯЮЩАЯ
СОЗНАНИЕ

РЕВОЛЮЦИОННОЕ ОТКРЫТИЕ
В ПСИХОЛОГИИ



ДРУГОЙ
ВЗГЛЯД НА ЧЕЛОВЕКА

Звезда соцсети. Подарочное издание

Александр Российский

**Другой взгляд на человека.
Книга, меняющая сознание.
Революционное открытие
в мире психологии**

«Издательство АСТ»

2023

УДК 159.9
ББК 88.9

Российский А. Н.

Другой взгляд на человека. Книга, меняющая сознание.
Революционное открытие в мире психологии /
А. Н. Российский — «Издательство АСТ», 2023 — (Звезда
соцсети. Подарочное издание)

ISBN 978-5-17-158920-2

Тебе сейчас плохо только потому, что ты достоин большего, чем имеешь, и способен на большее, чем отдаешь этому миру. Проблема не в том, что ты какой-то кривой и проклятый, что все люди как люди – нормальные, а ты ни на что не способен. Наоборот! Это лишь говорит о том, что как раз таки твоя судьба не вписывается в банальную формулу жизни среднестатистического человека. Это лишь значит, что у тебя какой-то свой собственный, неизведанный путь. Я знаю, почему вам так нехорошо внутри себя, я знаю пошаговый выход из этой ситуации, ведь я уже прошел этот путь ранее. И то, о чем я вам расскажу, – дело моей жизни. Не является учебником по медицине. Все рекомендации должны быть согласованы с лечащим врачом. Сохранен издательский макет.

УДК 159.9

ББК 88.9

ISBN 978-5-17-158920-2

© Российский А. Н., 2023
© Издательство АСТ, 2023

Содержание

Предисловие	9
Введение	10
Часть первая. Начало	11
Глава 1. Разные	11
Глава 2. Случайность ли?	12
Глава 3. Бессознательное	13
Глава 4. Коллективное бессознательное	14
Глава 5. Кто я?	16
Глава 6. «Тонкокожий» человек	17
Часть вторая. Основы	22
Глава 1. С головы до ног	23
Конец ознакомительного фрагмента.	25

Александр Николаевич Российский Другой взгляд на человека. Книга, меняющая сознание. Революционное открытие в мире психологии

*Чтобы понять, как управлять своей жизнью, нужно как минимум
понять, кем ты управляешь.*

Александр Российский

© Российский А., 2023

© ООО «Издательство АСТ», 2024

Как разблокировать инстинкт
власти и сексуальности?

Почему ты **не уверен** в себе?

Чего ты не знаешь о сексе?

Как избавиться от постоянного
напряжения в теле?

Почему болит шея, поясница
и как это **исправить?**

Убираем **ЗАЖИМЫ** в теле —
уходит вся психосоматика,
или Повышаем самооценку
быстро и эффективно

Как убрать запрет на деньги?

Почему все «люди как люди»,
а ты «**ни на что не способен**»?

Почему ты находишься
в вечном поиске себя?

Как найти
предназначение в жизни

Как избавиться
от вечного стресса

В чем реальная **причина**
тревожности, депрессии
и панических атак

РЕВОЛЮЦИОННОЕ ОТКРЫТИЕ В МИРЕ ПСИХОЛОГИИ



КНИГА, МЕНЯЮЩАЯ СОЗНАНИЕ

ДРУГОЙ

ВЗГЛЯД НА ЧЕЛОВЕКА

АЛЕКСАНДР РОССИЙСКИЙ



Тебе сейчас плохо только потому, что ты достоин большего, чем имеешь, и способен на большее, чем отдаешь этому миру.

Проблема не в том, что ты какой-то кривой и проклятый, что все люди как люди – нормальные, а ты ни на что не способен.

Наоборот! Это лишь говорит о том, что как раз таки твоя судьба не вписывается в банальную формулу жизни среднестатистического человека. Это лишь значит, что у тебя какой-то свой собственный, неизведанный путь.

Я знаю, почему вам так нехорошо внутри себя, я знаю пошаговый выход из этой ситуации, ведь я уже прошел этот путь ранее.

И то, о чем я вам расскажу, – дело моей жизни.

Предисловие

«Измени себя», «измени свою жизнь» – эти лозунги превратились в такие заезженные клише, что лично мне даже немного стыдно их использовать. Как вообще можно изменить себя, если ты такой, какой есть? Ну продержишься ты день, неделю, месяц на силе воли, а потом в любом случае скатишься туда же, где и был. Насильно мил не будешь. Изменить себя очень сложно и ресурсозатратно. А вот **вернуть себя настоящего** – уже другой вопрос.

Под «ненастоящим» я имею в виду не какое-то притворство или лицемерие. Я имею в виду то, что твои мысли, твое поведение, да даже твоя внешность сейчас выбираются не тобой, а твоими запретами и ограничениями, записанными в процессе «воспитания». Причем эти блоки находятся даже не в твоей голове, а в твоём теле!

Поэтому мы не будем с вами ковыряться во всем этом ментальном болоте и преодолевать себя на силе воли. Я покажу вам другой путь, нечто совершенно новое. Это психология XXI века – «Другой взгляд на человека».

Вы узнаете простые и гениальные вещи о том, как наше поведение и наши мысли напрямую связаны с нашими же рефлексам в теле.

У вас буквально откроются глаза, и вы начнете задаваться вопросом: «Как я мог раньше этого не замечать и не понимать?»

Вот помните фильм про Стива Джобса «Империя соблазнов»? Там была одна интересная сцена, когда Джобс по телефону пытался объяснить потенциальным инвесторам, какое гениальное изобретение у него на руках:

– Ну вы понимаете, это как телевизор и печатная машинка в одном, вы сможете «разговаривать» с компьютером. Это же изменит жизнь человечества, это же просто космос!

А в ответ на том конце провода:

– Телевизор с печатной машинкой? А зачем это нужно?

Сегодня я оказался перед вами в той же роли. У меня действительно есть кое-что гениальное. Другой вопрос – примешь ли ты это?

Введение

Весь мир – это сочетание противоположностей. Инь и ян, которые плавно перетекают друг в друга. В человеческой природе устроено все точно так же: внутреннее и внешнее, сознательное и бессознательное.

Поэтому, чтобы спуститься к маленькому – к самому человечку и его поведению, – нам необходимо начать с глобального: важно понять, **какое** вообще **положение** человек занимает в общей мозаике мира.

Я поделюсь своим видением этого вопроса. Оно приведет нас к логичной и стройной системе, которую я назвал «Другой взгляд на человека». В рамках этой концепции вы получите ответы на любые интересующие вопросы, начиная от глубоких и философских: «В чем смысл жизни?» – и заканчивая самыми обычными и житейскими: «Почему у меня нет денег?»

P. S.

Если ты до этого никогда не смотрел мои ролики на YouTube-канале «Мышечные зажимы и Психологические блоки» и не слышал о моей одноименной концепции, то все, что я буду говорить дальше, станет для тебя сумасшедшим открытием.

Если же ты немного разбираешься в теме, то после прочтения вся мозаика окончательно сложится.

Часть первая. Начало

Глава 1. Разные

Если взглянуть на вещи строго, без примеси «шизы» и религиозных красок, то можно сказать, что все мы, вне зависимости от цвета кожи, пола или нации, являемся людьми. Как нам кажется – людьми одинаковыми.

Мы просто привыкли так думать. Потому что если ты что-то испытал, то тебе кажется, что другой человек должен испытывать аналогичные ощущения в подобной ситуации. Но пойми, что так, как ты думаешь о жизни и чувствуешь жизнь, не обязательно думают и чувствуют все остальные. И вполне возможно, что даже желтый цвет для тебя и желтый для меня – это разные краски, разные ощущения. Ведь мы не можем объяснить словами степень и силу того, что мы чувствуем!

Конечно, у нас присутствует общая внешняя комплектация из двух рук, ног и головы, но мы все разные. И самое главное кроется в «начинке».

iPhone с виду мало чем может отличаться от китайского барахла. Тот же дисплей, батарея, камера, и даже внешний вид может быть закосом под «яблочный». Можно даже сказать, что и то и другое является телефоном. С обоих телефонов можно звонить и сидеть в интернете, но по факту это ведь вещи совершенно разного класса, принципиально разные возможности и предназначение.

А это всего лишь телефон – примитивная безжизненная вещь, не идущая ни в какое сравнение с такой сложной системой, как биоробот – человек.

С телефоном все обстоит гораздо проще: мы пользуемся этим и знаем, что это такое и для чего это устройство создано.

А для чего создан человек? Какой у него смысл и в чем его польза? Для чего он служит и кому принадлежит?

Вот какие вопросы прежде всего нужно задать себе. Ведь если найти на них ответы, то можно начать применять это «устройство» по назначению, а не просто хаотично барахтаться по жизни.

Это основа психологического благополучия – понимать, кто ты. И если вы не можете найти себя и по-настоящему осознать изнутри, кто вы и чего хотите, то постепенно эта глыба начинает невыносимо давить, заставляя прятаться за алкоголь, наркотики и прочие зависимости. И даже если не употреблять никаких «допингов», непонимание своего места и гнетущая внутренняя пустота все равно обеспечены.

И тогда вы начинаете слышать от людей вокруг упрёки по типу: «Да что тебе не живется?» – которые только злят и добивают еще больше.

«Не живется», потому что ты просто до конца не понимаешь и не осознаешь свое место в этой реальности. Потому как даже самому «прокачанному телефону» нелепо брать на себя слишком много. Ведь любым телефоном руководит какая-то сильная рука извне, и, грубо говоря, «Куда положат, там лежать и будешь». Осталось только найти эту руку...

Глава 2. Случайность ли?

Люди привыкли думать, что никакой руки нет, что они сами управляют своей жизнью. Частично это даже верно. Конечно, почистить зубы или нет, сходить в кинотеатр сегодня или завтра – тут ты, может быть, что-то и решаешь. Но если посмотреть вглубь вещей, то иллюзия самостоятельности тут же развеивается.

Просто задумайся, а с чего ты взял, что ты случайно стал тем, кем ты стал?

Я имею в виду, что у тебя есть своя собственная «начинка»: таланты, навыки, умения и способности, свойственные именно тебе. К примеру, рождаются два брата в одной семье от одного отца и матери. Первый – с тонкими пальцами, любит музыку и больше склонен к уединенности, а второй – с толстыми крепкими кулачками, балагур, который не может ни дня без другого человека и обожает работать по металлу.

Неужели ты считаешь, что это случайность? Почему тебе не приходит в голову другая параллель?

Обратимся за примером к братьям нашим меньшим – муравьям и пчелам. Они сразу же рождаются с определенными задатками для выполнения определенных ролей, с развитыми под эти роли особыми признаками и поведением.

Я не сравниваю напрямую человека с муравьем, а лишь говорю, что эта система «большого муравейника» давно известна. И человечество – это точно такой же «большой муравейник». Только в формате планеты Земля.

Человек не управляет своей жизнью, потому что *жизнью управляют глубинные мотивации и желания этого человека. А эти исходные мотивации, склонности и предрасположенности уже с рождения были заложены в каждом из нас.*

Другими словами, ребенок рождается и начинает играть в конструктор, не потому что ему родители купили Lego, а потому что, даже если бы ему не купили ничего, то малыш из «говна и палок» лепил бы «избушку». Просто не надо мешать, а личность маленького человека сама разархивируется. Это автоматический механизм, который можно только либо ускорять, либо тормозить. Важно понять, что если у ребенка нет тяги к конструктору и он постоянно хочет мазюкать и рисовать, то вот его роль. Пусть рисует.

Но сейчас разговор о вас, а не о воспитании ребенка. Мы, так же как муравьи, рождаемся со своими задатками, ролями и задачами. Человек же предпочитает горделиво называть это «предназначением» – будто бы мир рухнет, если он облажается и не исполнит свое предназначение. Мне это слово очень не нравится по причине своей напыщенности. Уж лучше хотя бы «призвание».

Поэтому будем говорить, что *у каждого человека есть свои склонности и задачи, которые проявляются в тяге и интересе к тем или иным вещам в жизни.* И все это происходит в формате «большого муравейника» – планеты Земля.

Глава 3. Бессознательное

Не хочу вас расстраивать, но человек не управляет своей жизнью. Да что там жизнью – даже своим поведением. Поведением человека управляет его бессознательное. Это обосновано и подтверждено 100 лет назад.

В доказательство можно привести элементарный пример: если ввести человека в состояние гипноза и внести установку о том, что сегодня будет дождь, то он поверит в это целиком и полностью. Человек забудет о самом факте гипноза, но останется уверен в том, что сегодня будет дождь. И его действия будут направлены на подготовку к этому событию: человек оденется потеплее, возьмет зонтик «на всякий случай» и так далее.

Сознательно этот человек ничего не понимает, но бессознательное за него уже все решило. Как говорил Карл Юнг, *«до тех пор, пока вы не разберетесь в своем бессознательном, оно будет управлять вашей жизнью, а вы будете называть его судьбой»*.

Я бы сказал, что это уже не новость. В современном мире многие люди достаточно хорошо понимают, что именно бессознательное руководит нашим поведением. Но даже если задать такому понимающему человеку вопрос: *«А где находится это самое подсознание?»* – то вы не получите ответа, потому что классическая концепция на сегодняшний день не дает верного решения.

Возможно, кто-то по логике вещей попытается предположить, что подсознание находится где-то «под сознанием» – в глубине, под коркой головного мозга. Что ж, хорошая версия, но мимо. Самое интересное, что там действительно находится бессознательное, но только не наше личное, а коллективное.

Глава 4. Коллективное бессознательное

Для того чтобы вам легче было понять явление коллективного бессознательного, его суть и роль как для вас, так и для всего человечества в целом, приведу наглядный пример из жизни насекомых.

Каждый из вас сталкивался с муравейником. Вокруг него то и дело носятся сотни маленьких муравьев. У них даже нет разума, но они все до единого четко знают свои роли и обязанности.

А все потому, что нет отдельного муравья. Есть единый муравейник как единый организм. Муравьи со стороны выглядят отдельными существами, но по факту они являются «клетками муравейника». Так же, как и люди являются «клетками человечества».

Другими словами, каждый человек нужен коллективному бессознательному примерно так же, как каждая клетка твоего тела нужна твоему организму. Принцип и взаимосвязь такие же: *клетка получает ресурсы – клетка выполняет свою работу – клетка передает информацию*.

Абсолютно то же самое делает и человек в масштабе всего человечества:

- получает ресурсы (таланты, глубинные индивидуальные характеристики);
- выполняет свою работу (реализует свое призвание на благо социума и всего человечества);
- передает информацию (в единую метафизическую базу коллективного бессознательного).

Все клетки в организме хоть условно и одинаковые, но по факту разные. Они выполняют разные функции, разные роли в общем устройстве, и если они это делают правильно, то организм находится в гармонии, здоровье и балансе. Клетка процветает – и организм в целом процветает.

Если клетка не играет по правилам общей системы, ее называют больной. Ничего хорошего из этого не получается. Ситуация с человеком – аналогичная.

Но в чем заключается главный парадокс?

Человек не признает свое зависимое положение в глобальном вопросе «человеческого муравейника»! Он не признает наличие коллективного бессознательного.

Человек не хочет служить высшей цели, чему-то «большому», но в то же время пресмыкается перед тем, с кем должен быть минимум на равных – перед другим человеком, начальником, более сильной личностью и так далее.

Таким образом, у человека идет базовый перекося между внутренним «Я» – **его внутренним, духовным миром** – и внешним «Я» – **его личностью в социуме**.

В разрезе внутреннего мира (можете назвать это душой или глубинной психикой) человек есть частичка большой игры, он частичка мира. И жить ему следует по законам этого мира и тех сил, которые его создали.

А это значит жить согласно своим талантам, желаниям и воле. Потому что не использовать их – значит идти наперекор высшим силам, создавшим его.

В нашем мире ничего не дается просто так. Если даны клыки хищнику, то дана и дичь, если дан талант человеку, то дано и желание к реализации этого таланта.

По большому счету **не ты выбираешь – тебя выбирают**, пойми. Телефон в данном случае – это ты. И таланты – это только тот софт, который был предустановлен создателем. Благодаря инструментам, полученным с рождения в виде талантов и тяги к чему-либо, ты и должен выполнять задачу, для которой был призван. Это и есть твоя роль в нашем «людском муравейнике».

Но не путай с главным: **ты подчиняешься только силам сверху нас – не тем людям, которые вокруг тебя.** Соответственно, в разрезе внешнего мира, для социума, человек, наоборот, должен являться самостоятельной независимой единицей – «не сотвори себе кумира».

Получается, что здесь правила игры противоположные. *Здесь свою правду, свой талант необходимо доносить, проявлять, защищать.* Это своего рода естественный отбор, для того чтобы только правда самых сильных и избранных людей доминировала в мире. Сильных не физически, а идейно. Иначе, если бы правду было так легко донести, то мир уже давно был бы разрушен. Ведь любой дурак и недалекий персонаж мог бы увести человечество черт-те куда.

Данная тема, конечно, очень глубокая, и еще сильнее углубляться в нее мы не станем. Сейчас нам просто жизненно важно осознать: проблема большинства людей заключается в том, что вы не знаете либо путаете два явления.

Индивидуальное бессознательное человека – ваше подсознание, которое искривлено зажимами в теле, блоками и ограничениями, в результате которых вы прогибаетесь под социум и отдаете свои идеи и свои мечты.

Коллективное бессознательное человечества, которое ставит перед тобой высшую цель – привнести в мир новый опыт и реализоваться, согласно твоим же талантам и задачам.

В этом непонимании заключается ключевая причина всей неудовлетворенности в жизни, поисков себя и внутренней пустоты. Ведь когда отправная точка перекошена, то человек просто не понимает, в какую сторону двигаться. Он теряется в этой жизни, а отношения с миром и другими людьми развиваются в неправильной системе координат.

Глава 5. Кто я?

Мы с вами поняли, что для решения задач «глобального муравейника» нужны разные «муравьи» на разные роли. Несмотря на то что все «клетки организма» похожи – две руки, две ноги, голова, – они призваны решать разные задачи.

Но остался главный вопрос: «А какой «клеткой человечества» являешься ты?»

У меня существует тест из трех пунктов, для того чтобы это определить. Прочтите их внимательно, прочувствуйте и задумайтесь.

1. Вам знакомо чувство, когда ощущаешь себя чужим?

Под «чужим» я имею в виду не пришельцев из фильма, а ощущение, когда смотришь вокруг себя – на людей, друзей, знакомых – и думаешь: «*Что я тут вообще делаю?*» Когда смотришь вокруг, а все люди как люди – они радуются своим маленьким вещам, их жизнь ясна и понятна: этот – таксист, этот – юрист, этот – IT-шник, и такое ощущение, что ты один не можешь найти свое место в этом мире.

2. Вам знакомо чувство вечного поиска, когда даже непонятно чего, но совершенно точно чего-то не хватает?

Ощущая эту пустоту внутри, ты все ищешь и ищешь ответы в таких областях саморазвития, как чакры, правильное питание, ретриты, йога. Пытаешься все менять, читать, медитировать, изучать, но ты понимаешь внутри себя, что «*это не то*».

3. У вас есть такое ощущение, что вы будто застряли в каком-то непонятном состоянии?

Ты не можешь найти себя и реализовать свой потенциал. Но даже не потому, что не способен или не тянешь. А потому, что тупо не можешь понять, чего ты по-настоящему хочешь.

Если вам все это откликается, если вы задаете себе такие же вопросы, то вы на 100 % тот, кого я называю «тонкокожий» человек. И вам крупно повезло, что вы здесь, потому что я, пожалуй, единственный человек в русскоязычном сегменте, который поднимает эту тему. Такому вас нигде не научат.

Глава 6. «Тонкокожий» человек

В начале книги я уже упоминал, что все мы разные и по-разному устроены. Есть как минимум две принципиально отличающиеся друг от друга группы людей.

Их отличия обусловлены тем, что у одной группы *чувствительность нервной системы на несколько порядков выше*, начиная от органов чувств и заканчивая ощущениями от жизни. Это работает как в положительную, так и в негативную сторону.

Завышенная чувствительность «тонкокожего» человека сказывается на его психологическом восприятии. Его восприятие психологической боли и душевного дискомфорта также отличается от нормы. Там, где обычный человек может переключиться и «закрыть глаза», у «тонкокожего» сделать это не получится.

Как следствие, у «тонкокожих» образуется обособленный, индивидуальный образ жизни. Образуется пропасть между ними и обществом. В результате такой человек чувствует себя изнутри иным, «чужим», потому что он непохож на людей вокруг.

Помимо «тонкокожих» существует вторая группа – «толстокожие». О них мы поговорим чуть попозже.

«Тонкокожий» человек – человек, которому от природы дана высшая степень эмпатии. Другими словами – умение глубоко чувствовать психологическое состояние другого человека, сопереживать ему и так далее. Обратной стороной этого качества является то, что человек очень остро чувствует всю боль и напряжение не только другого человека, но и свою собственную.

Вот представьте, что вы вышли на улицу, а ваше обоняние усилили в 10 раз и теперь вы чувствуете запахи в 10 раз сильнее. И вот ты видишь цветочек на дереве, приюхиваешься и ощущаешь прекрасный запах. Но в то же самое время до тебя доносятся и запах из урны, и выхлопные газы автомобиля, и несвежий «аромат» гражданина напротив. Я думаю, вы понимаете аналогию.

«Тонкокожий» человек обладает очень высокой эмпатией. И благодаря этому он великолепно чувствует состояние других людей. Но в то же самое время он, как любое сверхточное устройство, очень хрупок. Его нервная система очень легко выходит из строя под действием стресса и перегрузки.

В нашем мире все так устроено: чем более утонченное, тем более хрупкое.

Помните, я вам уже приводил в пример мобильные телефоны в начале книги? Есть «орехокол» Nokia 3310, который урони хоть 10 раз с пятого этажа – ему ничего не будет. Но ты даже не выйдешь с него в интернет, не говоря уже о чем-то более сложном.

А есть iPhone 14, который обладает невероятными возможностями и способностями, но при этом очень хрупок. И стоит его только уронить, как он моментально разбивается и выходит из строя.

С нашими «тонкокожими» людьми ситуация аналогичная: они крайне способные, но очень утонченные и ломкие.

«Толстокожий» человек более устойчив к стрессам, психически стабильнее и более приземлен по жизни. У него нет этих душевных терзаний, бесконечных поисков себя и своего места в мире. Он более поверхностный в хорошем смысле этого слова: «не загоняется». У него бытовые и социальные вещи доминируют над нематериальными, духовными.

«Толстокожий», не понимая «тонкокожего», часто говорит ему: «*Ну чего тебе не живется?*» «Толстокожий» человек – это опора общества, и у него есть свои таланты, он четкий и надежный механизм, но не способен на те проявления, которые даны «тонкокожему».

И да, друзья, прошу понимать меня правильно. Я не говорю, что «тонкокожие» люди лучше или хуже «толстокожих». У каждого из них есть свои преимущества и недостатки. К примеру, в любом типе творчества просто физически не может быть «толстокожего» человека. Творчество, идеи, эмоции, красота, романтизм – все эти тонкие материи априори относятся к «тонкокожим».

Причем к творчеству относятся не только стихи, картины или песни. Творчество может быть абсолютно разным, даже физическим трудом. Блогер – это творчество. Рекламный креативщик – это творчество. Да даже кузнец, который делает индивидуальные заборы для загородных домов, – это творчество.

Творчество – это не про «высшее общество и богему». Творить – это значит вносить в каждый день своей жизни частичку души, частичку таланта, частичку знаний, частичку собственной инициативы, а не быть бездушным зомби.

Ведь творчество – это от слов «творец», «творить». Это то самое, о чем мы уже говорили ранее в этой книге, – реализация своего внутреннего «я» во внешнем мире – в социуме. Это тот самый мостик, который «тонкокожие» и должны строить.

Это наша главная роль как «тонкокожих», наша главная задача, и если ты ее не выполняешь, то скатываешься в пустоту, тоску и депрессию, которая тебе всего лишь указывает: «Ты пошел не туда, друг».

Достаточно просто взять вновь правильный курс в жизни, и пустота мгновенно исчезнет в тот же день. Это очень важное и приятное осознание. Вникни глубоко в суть моих слов.

Тебе сейчас плохо только потому, что ты достоин большего, чем имеешь сейчас, и способен на большее, чем отдаешь этому миру.

Проблема не в том, что ты какой-то кривой и проклятый, что все люди как люди – нормальные, а ты ни на что не способен.

Наоборот! Это лишь говорит о том, что как раз таки твоя судьба не вписывается в банальную формулу жизни среднестатистического человека. Это значит, что у тебя какой-то свой собственный, неизведанный путь.

У тебя впереди какое-то свое громкое и грандиозное открытие, как моя гениальная концепция «Другой взгляд на человека», с которой я вас познакомлю далее. И естественно, я шел к этим знаниям и открытиям через тернии. В свое время я не понимал, «зачем я такой нужен?», «для чего я живу?», «почему люди вокруг счастливы, а у меня пусто, и я даже не знаю, что есть мое?».

Как оказалось, просто **не было** еще в мире того, чем я хотел бы заниматься. Я создал это сам, с нуля! Точнее, я должен был создать это для коллективного бессознательного. В этом и была моя миссия, как бы пафосно это ни звучало.

Все пути, все дорожки моей жизни, все, чему я научился, одновременно «сплелось» в один клубок. И хоть я не фаталист, но не разглядеть в этом какую-то высшую руку невозможно. Просто не бывает таких случайных совпадений без умысла.

Я не верю, что сам по себе человек способен на что-то великое. Максимум, что человек может сделать самостоятельно, так это сложить «2+2». А все остальное через него просто пропускается, как через качественный приемник пропускается волна радиостанции.

И даже эта книга не исключение. Я просто пишу ее под условную диктовку музы. Эта музыка ощущается как поток. Стоит ее только перекрыть, как я не буду в состоянии даже хорошей странички выдать.

Понимаешь, ты, может, сейчас и не знаешь, «кто ты» и «для чего ты нужен», но это ведь как долгий путь: вот представь дорогу в 1000 км – длинное путешествие, через горы, моря

и болота. И к примеру, на данный период ты прошел только половину. Конечно, ты еще не знаешь, что там в конце. Тебе не видно и неясно, для чего это вообще все нужно. Столько страданий, боли и «грязи» на пути, а как должно быть по итогу – непонятно, так как ты еще не дошел до той самой конечной точки. А не дошел, потому что ты пока не научился «плавать», чтобы переплыть «свое море». Ты еще не в состоянии быстро и четко «карабкаться по горам» и обходить «болота говна».

Постепенно все эти навыки и обязательные этапы твоей жизни соединятся в одно, и ты увидишь, что все это было не напрасно и имело один большой, глобальный смысл.

После этого ты быстро поднимешься, словно на лифте, на другой «этаж жизни», где все хорошо и где ты четко понимаешь, «для чего ты нужен». Обретешь внутренний покой и целостность. Ты начнешь помогать людям, а они – любить тебя. Там будет и финансовое благополучие для того образа жизни, который ты любишь и который позволяет тебе развиваться.

Главное, что ты сейчас должен понять и запомнить, – это то, кто ты по-настоящему такой. И никогда не предавать себя – ни под давлением, ни под соблазнами. Ты «тонкокожий»!

«Тонкокожий» погибает, когда каждый день все одно и то же, когда приходится жить в роли бездушной машины и выполнять одинаковые задачи, одинаковые алгоритмы, пусть даже за большие деньги.

И не помогут тебе никакие мотивации, никакие «игрушки» без главного – ощущения счастья. А счастье – оно внутри тебя, а не снаружи. Именно то счастье, которое заполняет пустоту и дает понимание своего места в этом мире.

Просто осознай, что ты не можешь решать «толстокожие» задачи, будучи «тонкокожим» человеком. Это как быть балериной или баскетболистом: нужны только определенные параметры тела, иначе будет не езда, а ерзанье. Ты можешь предпринимать любые попытки, но с ростом 150 см ты не станешь звездой НБА.

Приведу такой грубый и примитивный пример. Если ты «тонкокожий», то ты можешь быть: артистом, креативщиком артиста, дизайнером, одевающим артиста, вдохновителем и музой артиста, фанатом, создавшим сообщество или фан-клуб, а также человеком, который расслабляет артиста различными услугами, ароматерапией и другими «тонкокожими» штучками.

Но ты не можешь быть: «толстокожим» продюсером, который нужен на этапе грубого продвижения творчества в шоу-бизнесе, юристом, который борется на этапах защиты авторских прав, бухгалтером или финансовым директором – все эти бездушные алгоритмы не для «тонкокожей» психики.

Другие люди получают от этого кайф, потому что они для этого рождены. Они «толстокожие», у них психика по-другому работает. Им в этих сферах хорошо, а тебе будет плохо, вне зависимости от корпорации, регалий, должности и так далее.

Морской рыбе всегда будет плохо в пресной воде и наоборот.

Как примерно 1–2 процента людей на земле – прирожденные охотники, воины по духу, которые рождены для сражений, как питбуль рожден для боев, как хаски рожден для бега на севере. Это их нутро. Но твое нутро совершенно другое и просит другого, так не обижай себя.

Надеюсь, теперь вы поняли, что мы одна команда, просто у каждого из нас своя роль. И самую большую ошибку в жизни вы можете допустить тогда, когда, являясь «тонкокожим» человеком, вы полезете в «толстокожий» мир.

Это одна из самых распространенных причин всех тяжелых психологических состояний человека: когда он играет «не в свою игру».

Чаще всего это происходит из-за установок, напрямую связанных с родителями: «Сначала отучись на серьезного человека, а дальше делай что хочешь», «Я не хотел(а) их расстраивать», «А что люди подумают» и так далее.

И сидят эти программы даже не в вашей голове, а в вашем теле в виде **зажимов, блоков и напряжений**. Об этом у меня есть более 100 роликов на YouTube-канале «Мышечные зажимы и Психологические блоки».

Но многие «тонкокожие» люди не знают этого, они еще не видели моих роликов, не читали мою книгу. Им об этом никто не рассказывал: ни в школе, ни дома, ни во дворе, поэтому они живут «вслепую». И из-за этого режима жизни «на ощупь» большинство безумно талантливых людей сбивается с пути.

Проблемы человека начинаются тогда, когда он, будучи «тонкокожим», предает себя и начинает тянуть «толстокожую лямку». И в этом вина не только родителей, хотя зачастую именно они являются главным источником манипуляций по типу «фотограф – это разве профессия?», тем самым заставляя человека свернуть не на свой путь, но это также вина и всего сегодняшнего мира. И заключается она в том, что социум не признает наличие «тонкокожих» людей. Социум давит на «тонкокожих», постоянно упрекая их: «ты слабак», «ты лентяй», «что с тобой не так», «почему тебе не живется», «почему у тебя двойка/тройка», «что ты разлегся?» и так далее.

Неужели не понятно, что человек лежит сутками не потому, что он лентяй, а потому что ему плохо? Может быть, с виду это и выглядит как лень, но это просто пассивный протест «тонкокожего» против всего того мракобесия, которое творится. И в этой кровати он хочет забыться, а не лениться.

Просто у кого-то есть силы плыть против течения, а кто-то уже отчаялся и отпустил руль – «лишь бы меня не трогали». И он уже просто по инерции, по привычке посещает какую-то учебу или работу, но это вообще не его жизнь.

И вообще, какая может быть лень?

Там, где человеку в кайф, там, где он рад жизни, там априори не может быть лени! Лень появляется только там, где **«надо» постоянно ставится вместо «хочу»**. Так, а кому надо? Дяде, тете или тому же социуму, который так и давит?

«Тонкокожесть» выставляют как дефект, как болезнь, как отклонение. И это катастрофическая ошибка, потому что именно «тонкокожие» люди в наступающее время способны значительно улучшить жизнь всего человечества, так как эпоха грубой силы и грубого труда прошла. На смену приходит новое время: время идей, время гениальных ходов, время творческих решений мироустройства.

Мы сейчас живем уже в совершенно другом мире, компьютеризированном мире, мире высоких технологий и возможностей. И чем раньше мы примем «тонкокожих» людей, тем быстрее и легче все человечество расцветет.

И теперь, когда вы уже полностью поняли и осознали, кто вы по-настоящему такие и кем являются эти загадочные «тонкокожие» люди, нам пора уже в рамках этой книги переходить к главному – что с этим делать? *Как починить себя? Как восстановиться и стать счастливым?*

Эта книга даст вам понимание и ответы на все эти вопросы. Потому что данный источник знаний специально создан для вас, мои «тонкокожие» друзья. Я знаю причину того, почему вам так нехорошо внутри себя, я знаю пошаговый выход из этой ситуации, ведь я уже прошел этот путь ранее. И то, о чем я вам рассказываю здесь, – дело моей жизни.

Я помог уже тысячам людей выбраться из этого состояния и стать счастливыми, успешными и беззажимными людьми.

Во второй части мы пойдем «вглубь» человека. *Кто такой человек и как он работает? Откуда берутся ваши мысли, желания, поступки? Что такое инстинкты власти и сексуальности? Как они связаны с вашей психикой?*

Также вы узнаете, как разблокировать эти инстинкты на максимум.

Впереди у вас еще очень много моментов, когда вы будете благодарить жизнь за то, что она вас привела к этой книге.

А к вам, «тонкокожие» друзья, мы еще вернемся в четвертой части, но уже подготовленными, прокачанными новыми знаниями.

Часть вторая. Основы

Сейчас перед вами будет открываться целый новый мир. Знания, которые вы получите, являются частью моей авторской концепции «Другой взгляд на человека».

Главной мыслью является то, что **все ваши мысли и поступки зависят напрямую от таких явлений, как зажимы в теле.**

Другими словами, **ваши детские травмы, комплексы, проблемы в отношениях, обиды на родителей, тревожность, хронический стресс и практически все известные проблемы человека** находятся не в голове, а в теле. Эти определенные сбои – блоки и зажимы – оказывают прямое влияние на ваше поведение, а также на то, как вы ощущаете этот мир и какие решения вы принимаете.

Если вы найдете в себе смелость взглянуть на привычные вещи по-новому, с моего ракурса, то вы обретете самый главный трофей в этом мире – **себя счастливого, свободного и настоящего.**

Я начну без раскочки. Сперва вас чуть-чуть загружу умными словами типа «иннервация», «аксоны», но вы не пугайтесь, мы все подробно разжуем так, что поймет даже ребенок.

Поскольку мы тут с вами серьезные люди, то я хочу, чтобы вы идеально разбирались в теме и не были подвержены манипуляциям со стороны горе-специалистов от медицины и гуру от эзотерики.

У них у всех есть одна общая «особенность», благодаря которой они умудряются выдавать себя за умных и компетентных людей. Эта «особенность» заключается в том, что они любят прятать свое неглубокое понимание темы за сложными терминами и умными словами. Ведь в нашем обществе как принято: если говорить умные вещи с умным видом, то так за умного и сойдешь, хоть ты при этом неси белиберду и полную ересь.

Вот я хочу, чтобы у вас был иммунитет и противоядие от таких персонажей, поэтому я буду, наряду с детальным разжевыванием, давать вам также и официальную версию термина – общепринятую в официальных научных кругах.

Такой подход, как я считаю, дает наивысшие результаты и вообще характеризует топ-уровень человека, который вам доносит информацию. Ведь еще Арнольд Эрет¹ 100 лет назад говорил: «То, что нельзя объяснить простыми словами, – чушь, как бы научно это ни звучало».

И я с этим абсолютно согласен, потому что гениально – это не когда все сложно, а когда все просто.

¹ Арнольд Эрет (1866–1922 гг.) – немецкий ученый, педагог, автор книг по диетологии, натуропатии, оздоровлению. В 31 год ему поставили диагноз «нефрит», а самые уважаемые европейские доктора признали заболевание неизлечимым. Спустя несколько лет экспериментов с питанием он вылечился сам – благодаря голоданию. – *Прим. ред.*

Глава 1. С головы до ног

Человек – это биоробот, работающий на биоэлектричестве, так называемой биоэнергетике. Для каждого поступка, мысли, движения и даже желания человеку необходимо затратить эту самую биоэнергию.

Все тело человека, от кончиков пальцев до головного мозга, пронизывают «электрические проводки». Эти «проводки» называются **нервы**.

Посмотрите на картинку (рис. 1). Вы видите, что эти проводки полностью повторяют контур человеческого тела, и это неслучайно. Потому что если бы у человека не было бы этой «паутины проводов», то он бы превратился примерно в то, чем является современный автомобиль без электроники – просто в обездвиженный хлам.

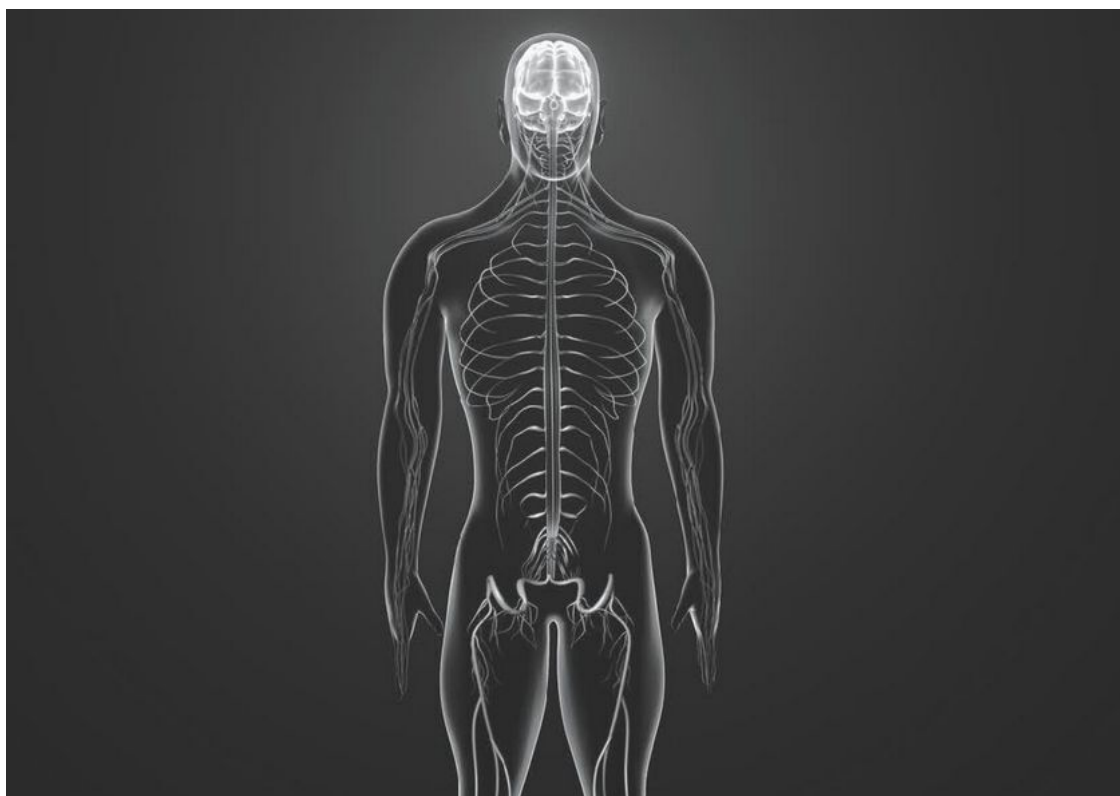


Рисунок 1. *Нервная система человека – те самые «биоэнергетические проводки», по которым протекает биоэнергия*

То есть в каком-то смысле, когда говорят, что в человеке есть жизнь, то имеют в виду именно вот эту биоэнергию, которая струится по нашему телу. Чем ее больше, тем мы активнее, веселее, здоровее и тем ярче у нас горят глаза. Соответственно, если какие-то сбои и проблемы, то мы тухнем и чахнем как физически, так и морально.

В научных кругах и медицине протекание этой биоэнергии называется процессом **иннервации**.

Пока все понятно. Идем дальше. Посмотрите на картинку ниже (рис. 2).

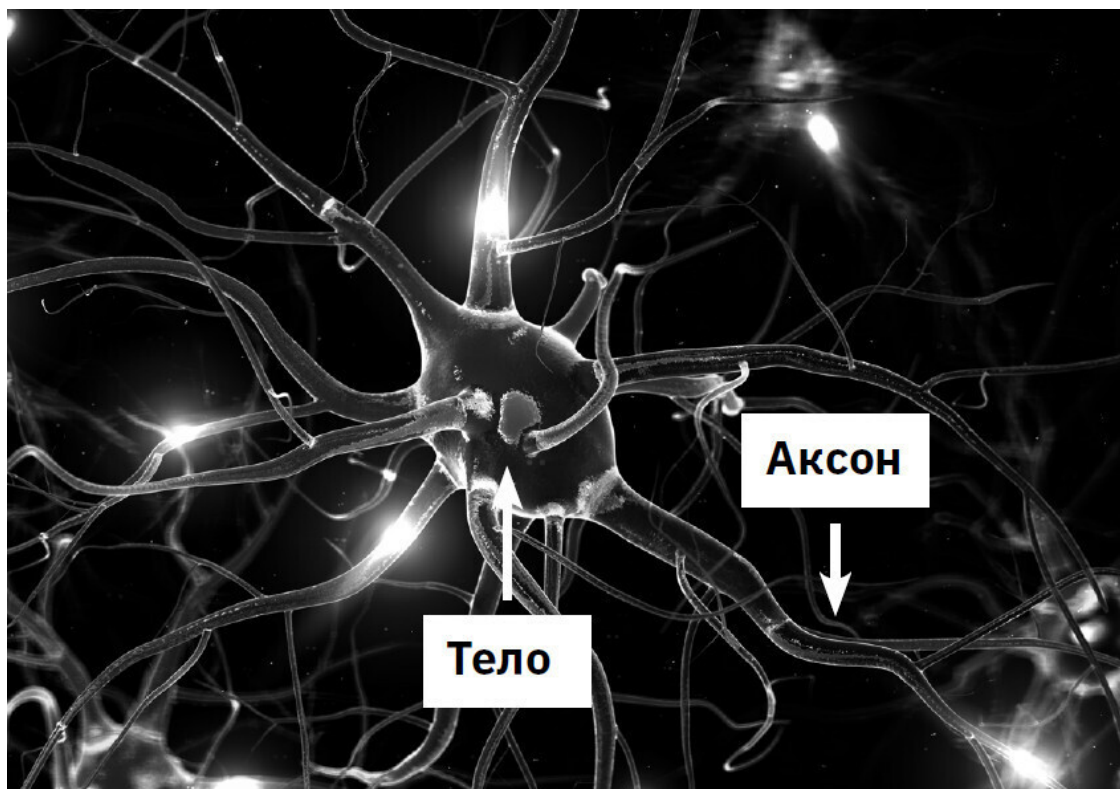


Рисунок 2. *Строение нейрона с акцентом на хвостик – аксон*

Мы видим здесь (см. рис. 2), как выглядит **нейрон**. Это очень-очень умная клетка нервной системы. Их насчитывается более 100 миллиардов в нашем организме. Эти клетки обрабатывают, хранят и передают информацию при помощи электрических и химических сигналов. То есть при помощи той самой биоэнергетики (*иннервации*)

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.