

Станислав Хохель

СТУПЕНИ
СОЗНАНИЯ,
ИЛИ ПУТЬ
К УСПЕХУ

Издание шестое, исправленное
и дополненное



Киев • «ИД Лотос» • 2012

*Автор выражает глубокую
благодарность Мерле —
Людмиле Валентиновне
Литвиненко, чьи свет, энергия
и мысли вдохновили его
и легли в основу данной книги.*

*Автор благодарит
Елену Борисовну Давыденко,
чья поддержка помогла этой
книге увидеть свет, а также
всех своих клиентов, которые
многому его научили.*

Любимой

Содержание

Предисловие	• 6
Вступление	• 7
Ступень первая. Сложи свою цену	• 16
Ступень вторая. Мысли положительно	• 29
Ступень третья. Научись быть плохим	• 51
Ступень четвертая. Раскрепости сознание	• 74
Ступень пятая. Овладей энергией секса	• 97
Ступень шестая. Подружись с деньгами	• 128
Ступень седьмая. Выбери Трудность	• 170
Ступень восьмая. Осознай свои границы	• 188
Ступень девятая. Приручи манипулятора	• 223
Ступень десятая. Пойми Свои Чувства	• 265
Ступень одиннадцатая. Выгони Внутренних Демонов	• 286
Ступень двенадцатая. Поставь заслонки сознания	• 324
Ступень тринадцатая. Живи в радости	• 342
Ступень четырнадцатая. Научись любить	• 357
Ступень пятнадцатая. Сделай Мечту реальностью	• 395
От автора	• 400
ЧУДО СПАСЕНИЯ	• 405
ЧУДО БОГАТСТВА	• 411
ЧУДО СВОБОДЫ	• 419
ЧУДО ВОПЛОЩЕНИЯ	• 424
ЧУДО ИСЦЕЛЕНИЯ (Случай первый)	• 433

Предисловие

Вы читаете пятое издание психологического бестселлера Станислава Хохеля «Ступени Сознания», специально подготовленное для выхода в составе трёхтомника. Предыдущие издания этой книги были моментально раскуплены на просторах русскоязычных государств и регионов по всему миру — от Украины и Казахстана до Италии и США. Многие люди, которые ее прочли, продолжили работу над собой уже в личном контакте с ее автором.

Эта книга — ваш психолог-консультант по всем важнейшим для человека вопросам. Самым преданным своим читателям она уже помогла и продолжает помогать, как путеводитель по жизни. Не случайно, ознакомившись с ней, некоторые снова приобретают «Ступени сознания» уже в виде подарка своим друзьям и знакомым.

Главное достоинство книги заключается в том, что она рассматривает личное развитие человека в русле простого и принятого в нашем обиходе понятия человеческих качеств. Станислав представил работу над качествами в виде лестницы, в основание которой положены самые важные для человека ступеньки, а на вершину — те, что помогают сделать жизнь еще более радостной и изобильной.

Именно для того, чтобы сделать наше восхождение по лестнице развития личных качеств по возможности быстрым и приятным, и написана эта книга.

Вступление

Фактом является наличие у сознания видимых и наблюдаемых ступеней — конечно же, видимых и наблюдаемых у себя самого.

П. Успенский

В заглавие книги вынесены слова: «Путь к Успеху». Иногда путь к успеху называют работой над собой, личным ростом, расширением сознания, эволюцией и самоменеджментом — однако дело не в словах, а в смысле, который мы в него закладываем.

Что есть личный рост? Что такое вообще развитие человека?

Чтобы ответить на этот вопрос, мне пришлось написать целую книгу. Но почему стоило вообще задаваться этим вопросом?

Большинство людей уже привыкло и внутренне смирилось с фактом, что в мире существуют богатые и бедные, знаменитые и безвестные, счастливые и несчастные. Неудовлетворенные своей жизнью люди часто сетуют на несчастливую судьбу, несправедливые обстоятельства или (гораздо реже) на недостаточные личные качества — впрочем, не особо задумываясь над тем, как эти качества они могли бы в себе воспитать или развить хотя бы до минимально необходимого для внешнего успеха объема.

Однако существует и иная категория людей, для которых и предназначена эта книга.

Идея личного роста — для тех, кто уже понял, что все возможности счастливой жизни заключены в нас

самих — и я знаю, что вы, мой читатель, тоже принадлежите к этим людям. В этой книге я помогу вам глубже осознать значение саморазвития и всерьез им заняться.

Моя концепция Успеха тотальна — она включает в себя как внешние атрибуты успеха — финансовое благополучие, влияние и положение в обществе — так и внутренние, в которые входят крепкое здоровье, счастливая семья, взаимопонимание с детьми, близкими и друзьями, а также радость от того, что ты можешь этим обладать и это усовершенствовать. По мере умножения ваших достижений значение радости будет всё больше возрастать до тех пор, пока потребность переживать её постоянно не станет настолько сильной, что внешние достижения сами по себе уже не будут иметь прежнего значения. В какой-то момент вы научитесь жить в радости постоянно, и тогда всё, к чему вы будете прикасаться, будет нести на себе печать совершенства.

У тех же, кто не работает над собой, успех никогда не приходит, а если и приходит — то либо не приносит им счастья, либо оказывается односторонним, иллюзорным и недолговечным.

Таким образом, даже если вы родились в благополучной и богатой семье с неограниченными возможностями для образования, это еще не означает, что вы достигли успеха. Ведь в этом случае вам предстоит еще выстроить своё счастье — а оно приходит лишь к тем, кто в достаточной степени работает над своими личными качествами.

Успешный человек — это прежде всего человек, постоянно развивающийся. Поскольку успешный человек всегда идёт впереди большинства, он не похож на людей, которые его окружают. Любая состоявшаяся личность имеет ярко выраженную индивидуальность и свой собственный неповторимый стиль счастливой жизни, в то время как люди, не преуспевшие или добившиеся исключительно внешних атрибутов успеха, несут на себе в большей степени отпечаток массового сознания.

Каждый из нас может назвать тысячу различий между успешными и неуспешными людьми и будет по-своему прав. Я назову фундаментальное отличие, которое порождает все остальные — это отличие в *мышлении* этих двух категорий людей, которое и приводит к различию в их качествах.

Для удобства читателя я буду называть неработающих над собой людей Рабами Успеха (поскольку к успешной и радостной жизни стремятся все, однако далеко не каждый может её создать), а стремящихся себя развить — Творцами Успеха.

Для сопоставительного анализа категорий мышления, которыми пользуются Творцы и Рабы Успеха, мы сведем их в одну таблицу. В первый столбик мы поместим категории мышления, которыми пользуются Рабы Успеха, во второй — категории мышления, свойственные Творцам, а в третий — качества, которые нужно в себе выработать для того, чтобы перейти из первой категории во вторую.

Итак, таблица.

Категории мышления Раба Успеха	Категории мышления Творца Успеха	Качество, необходимое для движения к успеху
Общество	Моя индивидуальность	Самосознание
Суждение	Действие	Оптимизм
Оценка	Самооценка	Дерзость
Стереотипы	Спонтанность	Находчивость
Привязанность	Жизненная сила	Активность
Накопление	Вложение	Щедрость
Удовольствие	Трудность	Трудолюбие
Правила	Жизненная территория	Независимость
Манипуляции	Удовольствие от общения	Открытость
Имидж	Самочувствие	Самопознание
Подавление	Самовыражение	Искренность
Избегание	Вызов	Внимательность
Зависимость	Радость	Жизнерадостность
Конкуренция	Любовь	Сотрудничество
Прошлое	Будущее	Целеустремленность

Чтобы прийти к успеху и счастью необходимо пройти пятнадцать ступеней сознания — т. е., наработать пятнадцать личных качеств и научиться отслеживать свои мысли по пятнадцати критериям, представленным в этой таблице. Когда вы окончательно преодолеете пятнадцать признаков рабского мышления и замените их привычкой мыслить творчески и свободно, вы создадите в своей жизни всё, что только сможете себе представить.

Расположение этих качеств в определённом порядке не случайно — ведь не выработав в себе предыдущего качества, вам будет очень трудно перейти к последующему. Впрочем, если вы считаете, что определённые качества у вас уже есть, вы можете начинать работу с любого нужного вам качества.

Система личного роста, ориентированная на развитие человеческих качеств и описанная в этой книге, уже применялась на практике многими людьми, проходившими через консультативную и тренинговую работу со мной или Мерлой — моим соавтором и коллегой (узнать подробнее о консультациях и тренингах можно на сайте www.hohel.kiev.ua). Люди, опробовавшие эту систему на себе и находившиеся в постоянном контакте с нами, уже достигли той степени успешности, которая вначале казалась им недостижимой — примеры многих из них я привожу в этой книге (разумеется, не называя имен или изменяя их). С нами работали и простые люди, и преуспевающие бизнесмены, и звёзды эстрады и спорта — система подходила всем, кто искал и чувствовал, что может найти то, что ему нужно, у нас. Их качества, подобно мышцам тела, сначала нарабатывались на ежедневных, вроде бы ничего не значащих мелочах и лишь затем демонстрировали свой великолепный блеск на гребне заслуженного и выношенного изнутри преуспеяния.

Описанные в книге Ступени — всего лишь комплексный тренажер, на котором можно взрастить посредственного культуриста или будущего чемпиона. Его можно

отполировать до блеска собственным потом и кожей ладоней — а можно подходить лишь изредка, для удовлетворения собственного любопытства. Его можно усовершенствовать и приспособить под свои данные — а можно поставить в угол пылиться и забыть о нем, отработав всего пару упражнений; впрочем, даже в этом случае однажды проделанная вами работа даст свои результаты.

Инструкция для пользования тренажером, который представляет из себя следующая часть нашей книги, очень проста. Характер Творца Успеха состоит из пятнадцати уже известных нам качеств — Мышц Успеха, примеры развития которых приведены в каждой Ступени. Возможно, кому-то они покажутся слишком простыми — но разве не с простой гантели начинали свой путь Жаботинский и Шварцнеггер? Значение имеет не гантель, а желание и устремленность к цели — и если таковые уже имеются, достаточно ощутить в руках этот вес и начать выполнять соответствующие упражнения.

Вес — это очередная глава, или Ступень. Ощутить вес в руках означает прочесть главу, посвященную очередному Качеству и соотнести ее с фактами собственной жизни. Выполнение Упражнений Практикумов, приведенных в конце каждой Ступени — это не просто их прочтение, а следование им — ведь никто еще не стал чемпионом, читая на диване книжки по атлетизму. А Вы хотите стать чемпионом — Творцом своего Успеха?

Тогда начнем тренировку.

Рекомендации по работе с книгой

Поскольку вторая часть этой книги является практической, я должен дать несколько рекомендаций, следуя которым вы сможете получить от работы над собой с помощью

прочтения Ступеней и выполнения Практикумов наибольший эффект.

1. Читайте не более одной Ступени за один раз.

2. Если книга легко воспринимается и возбуждает ваш интерес, можете прочесть ее «одним духом» — но в этом случае придется вернуться ко второму чтению для последующей практической работы и на этот раз уже последовать моей первой рекомендации — иначе вы не сможете последовать и всем остальным. Не отказывайте себе в желании перечитать любую из этих Ступеней еще раз, когда бы это желание у вас не возникло.

3. Пытайтесь «прочувствовать» информацию, а не просто «заглотить» ее. Для этого максимально соотносите написанное с обстоятельствами вашей жизни. Старайтесь читать медленно, больше думать в перерывах между чтением. Информация, данная в этой книге, очень насыщена и требует размышления. Если вы не будете следовать предыдущим рекомендациям, может наступить пресыщение информацией по личному развитию и ее отторжение.

4. Если следуя первым двум рекомендациям, вы почувствовали, что прочтенная Ступень — уже пройденный вами этап — переходите к чтению следующей, бегло выполнив упражнения Практикума, которые в этом случае будут иметь для вас скорее тестирующий, чем развивающий характер. Если что-то из написанного в Ступени или Практикумах вас задело — остановитесь на выполнении упражнений Практикума данной Ступени и некоторое время их практикуйте.

5. Наибольший эффект от выполнения упражнений Практикумов возникает, если вы не переходите к чтению следующей Ступени, пока не повторите описанные в текущем Практикуме упражнения хотя бы 3–5 раз в течение нескольких дней. Иногда для достижения результата может потребоваться неделя или даже месяц.

6. Выполняйте все рекомендации по повторению упражнений из предыдущих Практикумов, если в ходе

работы с текущим Практикумом вы почувствовали затруднения. Критерием для определения такого затруднения может быть возникновение дискомфорта или эмоциональной нестабильности.

7. Если, несмотря на выполнение всех рекомендаций данной книги, ваши ощущения не изменяются, обратитесь к психологу или психотерапевту. Это можно сделать также в том случае, если у вас не хватает терпения или времени выполнять упражнения данной книги регулярно — с психологом вы в любом случае достигнете результатов гораздо быстрее. Если Вы доверите проведение такой консультации мне в ходе личной встречи с Вами или по телефону — я буду рад это сделать. Мои контактные данные находятся на моём сайте www.hohel.kiev.ua

СТУПЕНИ СОЗНАНИЯ, ИЛИ ПУТЬ К УСПЕХУ

Нам никто и никогда не говорил о том, что такое занятие, как жизнь, требует умения. Многие наши неприятности происходят от того, что технике и искусству жизни мы обучаемся на уровне случайностей: при общении с друзьями, в компаниях происходит обмен жизненным опытом. И каковы наши знания — так и строится наша жизнь. В основном мы все плывём по течению — а нужно быть активным творцом своей жизни.

Мерла

Ступень первая. СЛОЖИ СВОЮ ЦЕНУ

Путь — пустой сосуд. Но в применении он неисчерпаем.

Лао-цзы

Великие — хотят; все остальные только хотят хотеть.

Гете

..... ДЕВИЗ СТУПЕНИ

Не заботься

об общественном
мнении

Думай чаще

о том, что ты хочешь

Развивай в себе

качество самосознания

Первое правило движения к успеху, одновременно необходимое нам для формирования качества самосознания, звучит так: «В первую очередь думай о том, чего хочешь ты сам и лишь затем о том, чего хотят от тебя другие.»

Сложить себе цену означает понять, чего ты стоишь в жизни. Еще до того, как цена человека складывается из его успехов, он слагает себе ее сам из желания этих успехов достичь. Но достигнуть великих целей невозможно, не научившись уважать свои малые потребности.

Наши исполненные и воплощенные в жизнь желания — мышцы наших Качеств. Однако прежде, чем человек

подходит к главным целям своей жизни, он наращивает эти мышцы на желаниях менее масштабных, подобно чемпиону, который начинает путь к толчку 100-килограммовой штанги с упражнений с килограммовыми гантелями.

Могут ли рассчитывать на удовлетворение своих главных жизненных целей те, кто ежедневно уступает окружающим в своих малых желаниях? Если вчера ты постеснялся провести время с приятным тебе человеком, сегодня пожалел денег на вещь, которая тебе нравится, а завтра, опасаясь расстроить домашних, не пошел туда, куда хотел пойти, сможешь ли ты когда-нибудь рассчитывать на радостную работу, растущий доход, нормальные взаимоотношения с окружающими тебя людьми? Вряд ли, ибо твоя цена в этом случае даже не достигает стоимости понравившейся тебе вещи, удовольствия от общения с интересным собеседником, нескольких часов радости в кругу друзей. Причем сложил себе эту цену ты сам.

Давным-давно мои американские друзья, у которых я оказался в гостях почти без гроша в кармане, пригласили меня в ресторан. Будучи вегетарианцами, они сделали очень скромный заказ (в ресторане был совсем небольшой ассортимент вегетарианских блюд) и ожидали, пока я сделаю свой. Я долго не мог решиться. Порция филе окуня, которую я облюбовал, стоила вдвое дороже их совместного обеда! Но ничто другое почему-то меня не прельщало.

Увидев мое замешательство, они спросили меня о проблемах. Преодолев свое стеснение, я спросил, на какую сумму они рассчитывают и объяснил им свою трудность. Выслушав меня, они посоветовали заказать то, что мне нравится. «Ты этого стоишь», — сказала глядя мне в глаза Джаней. «Запомни эту фразу, она — волшебная».

Эту фразу я запомнил и убеждался в ее волшебстве достаточно большой отрезок собственной

жизни — необходимость повторять ее себе хотя бы раз в день отпала совсем недавно. С тех пор, если я чего-то хотел и начинал сомневаться в том, заслуживаю ли я этого, или могу ли я этого добиться, я говорил себе эту фразу сам — сомнения отпадали сразу же, а ум, освободившись от сомнений, начинал работать исключительно в конструктивном русле, анализируя и сопоставляя возможные пути для достижения желаемой цели. Возможно, эта волшебная фраза поможет и кому-то из моих читателей.

Сложить себе цену — означает понять очень простую и очень важную для нашего дальнейшего роста истину. Эта истина заключается в том, что счастливое или несчастливое течение нашей жизни определяется нашими желаниями — ведь все, что было сделано, до этого было задумано, а все лучшее, что с нами до сегодняшнего момента произошло, когда-то было не более, чем мечтой.

Абсурдно мечтать об успехе, если в своей повседневной жизни мы не разрешаем себе того, что мы хотим даже по мелочам, или сопровождаем это бесконечным враньем или оправданиями — в этом случае наша цена не вырастет, пока мы не научимся добиваться своего — для начала хотя бы в тех же мелочах. Ведь то, чего мы хотим, как раз и составляет основное содержание нашей жизни. Если мы подчиним свою жизнь желаниям других людей, она потеряет для нас всякий смысл.

Немецкий философ Шопенгауэр стал знаменит во многом благодаря фразе: «Человек существует, когда выбирает себя.»

Итак, чтобы начать движение к успеху, необходимо выбрать себя — свое счастье, свою цель, свое видение мира. Поэтому главное жизненное правило, подходящее

для любого человека — всегда делай только то, что ты хочешь. Если это правило понято вами правильно, оно заменит все остальные — позже вы сможете сформулировать их сами. Все остальные Ступени — лишь уточнения и предостережения против неправильной трактовки этого правила.

Делать то, что ты хочешь, не означает не делать хорошего для других людей. Однако правильно делать это хорошее тогда, когда этого хочешь ты, а не другие — и опираться при этом на собственное понимание добра.

В жизни слову «хочу» часто противопоставляют слово «должен». Начни думать о тех и о том, кому и чему ты должен — и для «хочу» в твоей жизни уже не останется места. Тогда в длинную очередь к тебе выстроятся родители, супруги, дети, любовники, государство, мораль, религия и разорвут твою жизнь на части.

Однако такая опасность подстерегает только тех, кто неправильно понимает слово «должен». Правильное понимание этого слова означает: должен не другим, а себе. При таком понимании «хочу» и «должен» не вызывают внутреннего конфликта. Просто должен себе становится тот, кто твердо осознал, чего ему нужно от жизни и уже не мечется от одного поверхностного и капризного «хочу» к другому. В этом смысле я полностью согласен с древним девизом самураев:

«Делай, что должен — и будь, что будет.»

Этот девиз хорошо отражает Качество Самосознания.

Не стеснясь Качества Самосознания, Творцы Успеха не стесняются говорить от своего имени: «я считаю», «я хочу», «я слушаю», «я предлагаю». Они не стесняются брать на себя инициативу в решении заинтересовавших их

вопросов и принимать на себя ответственность за любой исход дела.

Многие люди не привыкли делать то, что они хотят. Они не привыкли даже думать об этом или считают себя слишком слабыми, чтобы этого добиваться. Они слишком внушаемы по отношению к тому, что говорят члены их семей, их друзья, политические власти, религиозные и научные авторитеты. Это происходит из-за того, что 90 % своего детского опыта люди разучиваются говорить и мыслить категориями своих собственных желаний, со всех сторон наталкиваясь на всевозможные «надо», «должен» и «нельзя».

Конечно же, человек идущий по пути собственных желаний покажется многим эгоистом. Для стремящегося перерастить свое окружение, такое развитие событий неизбежно, но это не должно останавливать его, если он хочет преодолеть привычку быть управляемым не своими стремлениями, а мнениями других людей. Ему следует осознать, что явление осуждения временно и изживает себя, как только его личное внутреннее развитие, как Творца вызовет закономерный внешний успех и позволит достичь общественно значимых результатов. Как говорят в народе, победителей не судят.

Для многих людей, живущих в современном обществе, язык по-прежнему имеет кодирующее, магическое значение, ибо он зачастую подменяет реальность их собственных чувств, ценностей и стремлений стереотипами общества, к которому они принадлежат. Именно для этих целей язык имеет такие слова, как: *долг, так надо, стыдно, совесть, правила приличия, так принято, от тебя ждут, мораль, религиозные заповеди, общественное мнение* и многие другие.

Эти слова созданы для того, чтобы в завуалированном виде вводить в наше сознание коды, дающие возможности

для других управлять нами, отрицая наши собственные желания и стремления.

На своих тренингах и лекциях я часто говорю о том, что во внутренней реальности человека, слово «должен» избыточно — вполне достаточно слова «хочу». Этот тезис подтверждают и последние лингвистические исследования, утверждающие, что в языках отдельных малых народностей (кажется, в их число попали индейцы и некоторые народы Севера) слова, отображающие идеи стыда и долга отсутствуют.

Движение к успеху начинается с принятия основных желаний — проявлений нашего «Я». Человек закомплексованный никогда не сможет мыслить и говорить, а тем более — действовать, опираясь на свои желания. Его удел — безропотно (или огрызаясь) исполнять требования других и обижаться на них за то, что они не догадываются о его потребностях или не желают их обслуживать. Однако, давая себе право делать то, что мы хотим, нам придется и принять ответственность за то, что именно **мы** должны воплотить это в жизнь — и тогда для обид на близких, правительство или судьбу места уже не останется, потому что мы начнем действовать.

Принимая себя такими, какие мы есть, мы обнаруживаем, что наши желания очень индивидуальны — «того же, что и у всех» хотят, как правило, лишь очень ограниченные люди. Герою «Золотого телёнка» Остапу Бендеру для счастья был необходим миллион, а Шуре Балаганову — шесть тысяч с копейками. Кому-то для самоуважения и полноты радости жизни необходим дом, а кто-то обойдется и квартирой; кто-то должен обязательно иметь свое дело, а кому-то достаточно найти не очень денежную, но спокойную работу — но при этом скромный работник (или работница) может

захотеть от жизни, например, еженедельного уединения на выходные на безлюдном острове для рыбной ловли — потому что обычная жизнь «как у всех» его уже не будет устраивать. И это совсем неплохо, что мы такие разные — ведь именно наши желания и определяют нашу индивидуальность. Иными словами, успех — это мы сами — но уже после того, как мы успели познать, принять и полюбить себя — а также что-нибудь для себя сделать.

Итак, самосознательным можно считать лишь того человека, который каждую минуту понимает, чего он хочет и думает над тем, как этого достичь. Различия же в самосознании, как и в масштабе человеческой личности, определяются лишь величиной желаний, готовностью чем-то жертвовать ради их исполнения и величиной временного отрезка, в ходе которого мы готовы идти от момента, в котором желание было задумано, к моменту его окончательной реализации.

Иначе говоря, чтобы в нашей жизни что-то случилось — нужно очень этого захотеть. Принимать же свои желания способен лишь тот, кто смог принять и полюбить самого себя.

Мой приятель работал в качестве инженера в одной из малооплачиваемых государственных организаций и параллельно искал себе более денежную работу.

Ему удалось быстро найти ее — квалификация позволила успешно пройти собеседование и на следующий день он вышел на работу в качестве начальника технического отдела в престижной компании, где он должен был получать зарплату в десять раз большую прежней.

Проработав один день, он вернулся на прежнюю работу. Я спросил его о причине.

«Понимаешь», — ответил он мне, — «в условиях, в которых мне предложили трудиться, мне придется

разлюбить либо себя, либо сослуживцев, либо то, что я делаю. Видишь ли, в момент, когда босс спросил меня об окончательном решении, я почувствовал, что не смогу там работать — хотя и питал до этого такие иллюзии.»

«А как же деньги?» — спросил я.

«Пока не голодаю — можно потерпеть. И потом, я же не собираюсь оставаться здесь всю жизнь — буду искать лучшие варианты. Думаю, что я стою больше.»

Сейчас он заместитель директора преуспевающей иностранной компании.

Цена, которую сложил себе мой приятель, заключалась не просто в хорошей работе — он хотел делать хорошую работу за хорошую зарплату и в окружении хороших людей. Понимание того, что он хочет от жизни и готовность идти ради этого на определенные жертвы (ждать, терпеть, обходиться малым) и подтолкнули его к осознанному отказу от «предложения, от которого невозможно отказаться». В дальнейшем это помогло ему достойно завершить начатую карьеру. Однако все могло быть не так, если бы на первое место в его сознании вышли не собственные цели, а, скажем, желания его семьи — или идеалы простого среднестатистического представителя общества, вечно озабоченного нехваткой денег и рассматривающего каждый шанс их получить, как последний.

К сожалению, мне знакомы и многочисленные обратные примеры, в которых человек изо дня в день расходует свои душевные силы и поступает развитием качества самосознания, впадая во все большую зависимость от людей или льгот, от которых он не смог вовремя отказаться. Ведь чтобы прервать свою зависимость, ему пришлось бы вначале поверить в то, что некогда он сможет создать их для себя в других, более

радостных и чреватых большим потенциалом успеха обстоятельствах. Итог почти всегда одинаков: психическое, а затем и физическое вырождение (недаром говорят в народе: «инфаркт — болезнь руководителя»), либо потеря работы — но уже в тот момент, когда ни сил, ни качеств, чтобы найти ей достойную замену или создать нечто новое, уже нет.

Первая категория мышления, которой нам надлежит научиться пользоваться — это право отличаться. Здравый смысл человека, живущего по понятиям окружающих — это своеобразная страховочная сетка, которая не дает упасть ниже определенного уровня, но и не позволяет подняться выше. Почувствуйте хотя бы на минуту (хотя бы только на ту минуту, в которой вы будете принимать решение), что вы мудрее близких и дальних знакомых и известных вам людей какой-то собственной мудростью и поставьте себе задачу избавиться от навязчивой необходимости объяснять им важные решения своей жизни — это все равно, что растолковывать первокласснику тонкости ядерной физики. Впрочем, эта мера необходима лишь для того, чтобы сделать первый шаг. Но только не надо ждать быстрых результатов. Помимо желания, необходимо терпение.

Самая короткая консультация в моей практике произошла с девушкой, когда-то прилежно конспектировавшей мои лекции и, по ее собственному признанию, много взявшей от них. Мой кредит доверия был настолько высок, что она пришла ко мне на прием с единственным вопросом, от решения которого полностью зависело ее будущее.

«Сейчас я работаю в небольшой, но процветающей семейной фирме,» — сказала она. — «Работа прекрасно оплачивается, отношения хорошие. Но я не удовлетворена.»

«Чего же вам хочется?» — поинтересовался я.

«Я хочу делать кино.» И видя мой недоуменный взгляд, добавила: «Нет, это не сиюминутная блажь — я давно об этом мечтала; и если когда-нибудь в своей жизни я и добьюсь крупного успеха, то только здесь, потому что я люблю это. Просто раньше не было возможности этим заниматься, а сегодня уже есть деньги на учебу — по крайней мере, на первое время. И вот, теперь я все время думаю — а если это мираж? А если я брошу свою прекрасную, хорошо оплачиваемую работу и не найду ничего лучшего? Ведь потом я буду жалеть. И тогда меня уж точно никто не поймет — даже сейчас мне не с кем поговорить об этом.»

Мы помолчали. Девушка ждала ответа, но его не было. И тогда она снова заговорила сама:

«Но и работать спокойно я уже тоже не могу. Как вселилась эта мысль — всякий интерес к нынешней жизни пропал... Может быть, вы что-то скажете?»

«Зачем что-то говорить? Вы уже все решили.»

Я натолкнулся на ее недоуменный взгляд и счел нужным пояснить:

«Если этот вопрос для вас настолько значим, что для его решения вы готовы заплатить за консультацию свой двухдневный заработок, то считайте, что он уже решен. Ответ уже присутствует внутри вас, просто вы пока еще не успели туда заглянуть. Ваш приход сюда — не более, чем попытка переложить на меня ответственность.»

Ее глаза недоуменно округлились и за короткий период времени мне пришлось разглядеть в них целую гамму чувств — от недоумения и растерянности до радости окончательно осознанного решения.

После минутной паузы она рассмеялась: «Я так и знала! Спасибо! Вы не представляете, что вы для меня сделали!»

Все, что я для нее сделал — это побыл с ней рядом, принимая и видя ее такой, какая она есть, не заталкивая

ее в схему готовых стереотипных решений, за счет которых наши близкие часто пытаются поддержать свой авторитет и влияние. Атмосфера полного принятия и поощрения просто помогла проявиться в ней в ускоренном темпе тому, что и так уже было заложено изначально.

И тем не менее, поскольку до визита ко мне она лишилась этой атмосферы именно в те минуты, когда ей необходимо было понять это, ей было за что сказать мне спасибо.

Иногда готовое решение уже сидит внутри нас и тогда нам просто следует иметь мужество, чтобы сказать ему «да». Путь успеха — это жизнеутверждающее самоосознающее мышление. Поэтому успешное мышление еще называют позитивным. Все остальные качества, необходимые для успеха, просто вытекают из нашего самосознания и нашей веры в себя, мир и свое будущее.

И потому, следующее качество, которое мы рассмотрим в следующей Ступени — Качество Оптимизма, или умение

Мыслить положительно.

А пока потренируемся с первым качеством.