

Вступление

Эта книга задумывалась по узкой теме: «Как я поборол свою негативную зависимость». Однако в процессе написания у меня постоянно присутствовало огромное желание делиться своими знаниями и убеждениями в более широком смысле, чем предполагает изначальная тема.

Книга «рождалась» довольно долго и тяжело. Были периоды, когда мысли шли сплошным потоком, и мне оставалось лишь успевать их записывать. Но порой я не мог написать и двух предложений. Приходилось себя заставлять. Потом перечитывал написанное и понимал, что мне не нравится тот текст, который создан «под принуждением». Я всё удалял и начинал снова. Ни на секунду не забывал о главном условии, которое поставил себе сам, начиная весь этот процесс. Я должен быть абсолютно искренним и писать только правду. Возможно, книга получилась местами «корявая», где-то не совсем удобная для чтения. Но главное – она искренняя. Моим единственным желанием, перед тем как я начал писать, было желание принести людям пользу. В самом широком смысле. Я хотел, чтобы каждый человек, который потратит своё время на прочтение моей книги, вынес бы для себя какую-то пользу – пусть даже самую минимальную. Именно с такой мыслью я начал создавать эту книгу, и эта же мысль была в моей голове, когда я написал последнюю строчку и поставил точку во всей книге. Очень хочу, чтобы вы это почувствовали при прочтении.

Моя история

Итак, я хочу начать со своей истории. Хочу показать, как пришел к своим нынешним знаниям и убеждениям. Рассказывать о себе всю правду – одно из самых сложных действий для человека. Об этом знают все. И я решил пойти именно этим, самым трудным путем.

Наверное, многие люди старшего поколения помнят о таком прекрасном явлении в Советском Союзе, как тотализатор «Спортпрогноз». На тех, кто «в теме», сейчас, конечно же, нахлынула ностальгия, и они вспомнили те маленькие розовенькие карточки, в которых нужно было проставлять крестики, пытаясь угадать исходы пятнадцати матчей. Я познакомился с этим делом в далеком 1995 году, в возрасте 12 лет. Где-то примерно в то же время я начал покупать газету «Спорт-Экспресс», самое читаемое и уважаемое спортивное издание страны в те годы. Как и любой уважающий себя спортивный

болельщик я был абсолютно уверен, что разбираюсь в спорте досконально и могу предсказывать результаты многих матчей. Так вот, в возрасте 12 лет начался мой увлекательный путь в мир азарта.

Каждый выходной (вернее, за пару дней до выходных) я покупал карточки «Спортпрогноз» и бережно ставил в них крестики напротив тех исходов, которые считал верными. Уже и не помню точно, сколько нужно было угадать минимально исходов, чтобы получить хоть какой-то выигрыш. По-моему, с 11 из 15 угаданных матчей начинались выплаты. Эти самые выплаты были мизерными, исходя из того, как формируются выплаты в тотализаторе. Не буду описывать принцип формирования выплат игрокам, потому что это не имеет большого значения. Скажу лишь, что половину всех денег, собранных с игроков, организаторы тотализатора оставляли себе. Многие дяденьки, игравшие уже годами и десятилетиями, постоянно ворчали около будок, в которые нужно было «сдавать» деньги и карточки с выбранными исходами. Им не нравилось то, что правила тотализатора несправедливы. Им не нравилось, что они досконально годами изучают статистику всех команд и игроков, а все равно ставят «не так, как нужно». Вернее, команды играют «не туда». Ставки-то делают они верно, а вот команды играют неправильно. Такое отношение к ставкам у большинства игроков.

Я, 12-летний, весь уверенный в себе знаток спорта, начал проверять свою интуицию. Никаких крупных денег в то время у меня, естественно, не было. Как правило, я тратил на «Спортпрогноз» те деньги, которые мама мне давала на обеды. Года 4 я безуспешно пытался поймать фортуны. По-моему, 3 или 4 раза за это время я даже попадал в выигрышные категории. Но выплаты были настолько малы, что кроме разочарования ничего мне не доставляли.

Тогда я еще не знал ничего про интернет. Да собственно потому и не знал, что его и не существовало ещё в нашей стране. Тогда ещё ничего не слышал про букмекерские конторы. И даже само словосочетание «букмекерская контора» значило бы тогда для меня не больше, чем любая фраза из языка какого-нибудь племени папуасов. Однако, где-то в конце 1999 года у меня возникла в голове мысль: «А почему никто не придумал такие виды ставок, где бы не нужно было угадывать кучу исходов разных матчей, а можно было бы поставить на один понравившийся матч?» И тут же сам себе с улыбкой говорил, что в таком случае опытные и грамотные игроки «раздевали» бы организаторов легко и непринужденно. Мой детский мозг тогда ещё даже не догадывался, что букмекерские конторы многие десятилетия уже очень успешно существовали в таких странах, как Великобритания, Италия, Австралия и многих других. Да и в СССР (как я позднее узнал), подпольные тотализаторы и букмекеры вполне успешно функционировали. Однако тогда я об этом и не подозревал.

Весной 2000-го года состоялось мое первое знакомство с настоящей букмекерской конторой. Как-то раз я шёл с друзьями по торговому центру и вдруг увидел, что на том месте, где всегда сидел старый китаец, который изготавливал ключи, в самом углу торгового центра стоит красивая яркая будка. Она вся была разукрашена в манящие цвета, пестря «сладкими» надписями. «Сделай ставку – получи тут же деньги»,

«Разбираешься в спорте – заработай на этом». И еще несколькими короткими фразами, которые заманивают любителей лёгких денег.

Конечно же, я остановился вместе со своими друзьями. Интерес меня просто захлёстывал. Я подошёл к маленькому окошечку, которое было проделано в этой красивой и манящей будке. Оттуда торчало лицо в очках, приятно улыбавшееся. Это была букмекерская контора, а внутри сидел сам букмекер.

Мне тогда показалось это чем-то совершенно уникальным. Я искренне подумал, что букмекерская контора – это что-то суперсовременное и невероятно сложное. Мне тогда показалось, что эта картонная будка лишь «вершина айсберга». А под этой вершиной скрывается нечто уникальное.

Так вот, я остановился у этой будки и спросил у весёлого и доброго человека, чьё лицо торчало из маленького окошка:

- Что это такое? – спросил я.

- Это букмекерская контора,- последовал ответ.

Дальше Толик, сидевший внутри будки, очень подробно и красочно рассказал мне весь принцип, по которому работает букмекерская контора. Расписал все преимущества и прелести ставок именно у них в конторе. Да мне это и не нужно было расписывать. Я уже и сам своим тогдашним мозгом решил, что это золотая жила. Я с благоговением рисовал в своей голове прекрасные пейзажи морских побережий, на которые я скоро поеду. «Я знаток спорта, я гуру предсказаний!». Такие мысли вертелись в моей голове, и я был безумно счастлив в ту секунду. Я стоял и с радостью слушал, как Толя мне объяснял правила букмекерской конторы.

Он говорил: «Мы даём огромное количество матчей по разным видам спорта: футбол, хоккей, баскетбол, теннис и др. На каждый исход сразу стоит чёткий коэффициент. Ты можешь ставить на любой матч, на любой исход. Можешь ставить сразу на несколько матчей. Можно сделать ставку на количество голов, на первый гол, на красные или жёлтые карточки, на количество голов в периодах, таймах, сетах, эндах и тд».

Я стоял, слушал и чувствовал, как моё тело наполняется радостью. Я безумно любил деньги уже в том довольно раннем возрасте. А мне к тому моменту не было ещё и 17-ти лет.

В общем, в тот самый день всякие «Спортпрогнозы» были забыты, я познакомился с настоящим миром спортивных ставок – с букмекерскими конторами.

У меня в кармане в тот день лежало 50 рублей. Совсем не маленькие деньги по меркам школьника. Но я решил рискнуть сразу всей суммой.

После того, как Толик мне всё красочно и красиво расписал, я тут же решил сделать свою первую настоящую ставку. Это был хоккейный матч Североамериканской лиги НХЛ.

Названия команд сейчас уже и не вспомню. Я торжественно заявил букмекеру Толе: «Ставлю 50 рублей на победу первой команды!»

Толик мне решил пояснить: «Ты можешь сделать ставку не просто на победу первой команды, а можешь еще «прихватить» и ничью. Коэффициент выигрыша будет ниже, но вероятность того, что ставка сыграет, увеличивается. Ведь в случае ничьей или победы первой команды твоя ставка выиграет!»

«Давай вместе с ничьей поставлю, уговорил», - ответил я. А сам про себя подумал, что, наверное, этот человек чокнутый, раз сам даёт мне такие полезные советы. Ведь ясно же, что букмекерской конторе выгодно, когда я проигрываю. Если же я выигрываю, то забираю их деньги. Вот такое состояние было у меня в тот день. Если описать двумя словами – полная эйфория.

Я поставил свои первые 50 рублей в букмекерской конторе. Исход этого хоккейного матча, как я сейчас понимаю, оказал колоссальное влияние на всю мою дальнейшую жизнь.

Сейчас мы можем не то что быстро узнать результат любого спортивного события в мире, мы можем посмотреть его в прямом эфире да еще и в HD-качестве. А тогда, более 15 лет назад, была совсем другая ситуация. Проснувшись на следующий день рано утром, я побежал к телевизору смотреть новости. В конце новостного выпуска всегда говорят о спортивных результатах. Сердце у меня билось с невероятной силой, пока я ожидал того момента, когда скажут интересующий меня результат. И вот с экрана телевизора корреспондент говорит о футбольных результатах, переходит к хоккейным и... называет результат моего матча.

2:2 – ничья! УРА!!! Я понимаю, что моя ставка сыграла. Я победил. Тут же я понимаю, что изначально хотел ставить на победу хозяев, однако букмекер Толя в будке мне посоветовал к победе «прихватить» еще и ничью. Ух, как же я ему благодарен сейчас!

Я хватаю свою карточку, на которой зафиксирована ставка на этот матч и бегу сломя голову в торговый центр, где делал ставку. Запыхавшись, «подлетаю» к будке. Из окошка торчит все та же улыбающаяся физиономия в очках: «Поздравляю с выигрышем». Выигрыш составил 62 рубля 50 копеек, то есть чистыми 12 рублей 50 копеек. Конечно, мало, но я был безумно счастлив. Сам факт того, что сделал правильную ставку, меня невероятно радовал.

Толик выплатил мне выигрыш и как бы между делом сказал, что можно делать ставку на несколько матчей сразу, многократно увеличивая свой выигрыш. Это на жаргоне игроков называется «экспрессом». Я тут же сказал: «Могу угадать все сегодняшние матчи, которые будут играть в Лиге Чемпионов по футболу». Этих матчей было 4. Я решил поставить на все сразу. Сумма ставки была 10 рублей. Я особо не волновался, ведь это были выигранные деньги. Мои 50 рублей так и оставались у меня. И еще 2 р 50 коп сверху))

Тот «экспресс» из 4-х матчей я полностью угадал, в том числе, предсказав сенсационную ничью киевского «Динамо» в мадридском матче против Самого «Реала»! Общий выигрыш составил 73 рубля при сумме ставки всего 10 рублей!!!

Это было потрясающе!!! Я почувствовал себя сверхчеловеком! Настроение поднялось до невероятных высот! Я окунулся с головой в мир азарта. В общем-то, с этих двух первых ставок в букмекерской конторе и началось всё по-настоящему. Потом я много раз вспоминал эти дни.

В это время у меня как раз закончилась школьная жизнь и начиналась студенческая. Появилось много свободы, и постепенно азарт меня стал захватывать все больше и больше. Кстати, тот день, когда я выиграл 73 рубля, оказался последним днём в моей жизни «с плюсовым балансом» в азартных играх. Я начал окунаться во все эти (как мне тогда казалось, безобидные) игры всё глубже и глубже.

Где-то через пару месяцев после знакомства с букмекерскими конторами, я впервые оказался в казино. Не то чтобы меня так сильно манили рулетка и карточные столы, но определенный интерес появился. Я стал туда похаживать всё чаще и чаще.

Я намеренно упускаю такие вопросы, как источники поступления денег в те времена, личные отношения и прочее. Цель у меня совсем другая. Я хочу показать не то, что происходило в эти годы вокруг меня, а то, что творилось в то время в моей голове.

Итак, я уже был матёрым студентом. Появились кое-какие деньги. Я практически всё своё свободное время стал проводить за игрой. Спортивные ставки так и оставались моей главной страстью. В казино заходил пореже, еще реже «присаживался» за игровые автоматы. Ну не забывал, конечно, поигрывать в картишки с такими же, как я товарищами, не представлявшими своей жизни без азартных игр. Во что только не играли на деньги. «Преферанс», само собой. «Покер» не отставал. Даже «в дурака» резались сутками напролет. Ну и «очко», естественно, - как же без него.

Шли годы. Я играл. Суммы, которые у меня появлялись в обычной жизни, росли. И ставки в играх, соответственно, тоже увеличивались. Много раз я вспоминал свой первый день, когда дрожащими руками ставил 50 рублей. Теперь бывало, что за ночь за игорными столами или у касс букмекерских клубов с он-лайн трансляциями спортивных матчей я оставлял по несколько тысяч долларов. Постепенно ставки стали перемещаться в интернет. То есть нужно было лишь положить некоторую сумму на счет в одной из букмекерских контор, и спокойно играть на эти деньги, сидя дома за компьютером. Однажды, получилось, положив на счет всего 500 рублей, добраться до суммы в двести тысяч рублей. Впрочем, «благополучно» эта сумма была «слита» за пару дней. И тут же образовались долги на серьезную сумму.

Тот человек, который знает, что такое настоящий нездоровый азарт, меня поймёт. Всегда есть желание «отбиться». А это и является очевидной причиной возникновения крупных долгов. Хотя настоящие причины скрыты глубже. Об этом чуть дальше.

И такие ситуации, напоминавшие американские горки, происходили с завидным постоянством. То выигрыши шли и шли прямо как по заказу, то наступала черная полоса, и все выигранные деньги мигом улетали. Тогда «в бой» шли уже заёмные деньги. И чем дальше, тем всё глубже я зарывался в долги. Не имеет никакого значения уровень доходов в обычной жизни. Ставки съедали всё. И чем больше денег оказывалось в моих руках, тем сильнее становилась «доза», то есть размер ставок. Это настоящий наркотик, безо всяких условностей. Я не только сам испытывал все это, но и перед моими глазами было столько людей, я видел столько ошеломляющих ситуаций, связанных с «игрой», что могу говорить с абсолютной уверенностью – это очень страшный наркотик, от которого просто так избавиться очень сложно.

Расскажу одну историю, связанную с этим.

Однажды я сам столкнулся с очень страшной ситуацией. Один мой знакомый тоже был заядлым игроком. Считался самым фартовым, постоянно выигрывал: то в казино, то в букмекерской конторе. Всем казалось, что у него какое-то особенное чутьё, казалось, что деньги к нему сами так и прилипают. Работал он в обнальной конторе. По-простому, был там «кассиром» с зарплатой 50 тысяч рублей. Но чужих денег через него проходило очень много.

И вот в один из дней (вернее в одну из ночей) мы застали его сидящим за игровым столом в очень подавленном состоянии. Мы поинтересовались, в чем причина его подавленности. «Сегодня директор обнаружил, что у меня в балансе «дыра» 15 миллионов рублей», - ответил он. Сразу всё стало ясно. Вся его фартовость была лишь внешней ширмой, за которой скрывались совсем не весёлые дела. Примерно за полгода он «навытаскивал» понемногу из конторы, в которой работал, полмиллиона долларов. Все деньги ушли, как говорят игроки, «в дело», то есть были проиграны. И это вскрылось. Положение ужасное.

В ту ночь он сыграл еще несколько раздач на покерном столе, проиграл остатки наличности, которая у него оставалась, залез «благополучно» в долг на 300 тысяч рублей в казино и побрел домой. Примерно через час он позвонил на сотовый телефон одному из общих друзей, находящихся в это время в казино. Начал нести всякую чушь про свою жизнь, семью и тд. Мы поняли, что дело очень плохо. Тут же сели в машину и помчались к нему домой. В тот самый момент, когда мы подошли к двери и нажали на звонок, прозвучал громкий хлопок. Дверь оказалась незапертой. Мы вбежали в квартиру. На балконе увидели то, что даже невозможно себе представить. Ни разу ни в одном фильме я не видел такой ужасной картины. Захлебываясь кровью, с отстреленной рукой на уровне плеча лежал тот, кого все в нашем городе в игроцком мире считали счастливым. Рядом валялось ружьё и коробка из-под дробовых патронов. Еще большего драматизма ситуации придавало то, что в этот день его жена была в роддоме и рожала их второго

ребёнка. Это случилось уже довольно давно, лет 7 или 8 назад, но перед глазами та картина у меня иногда всплывает очень четко и по сей день.

Кстати, этот человек остался жив. Тот долг с него требовать не стали, вернее взять было нечего. Что самое удивительное, он и по сей день, получая какие-то гроши по инвалидности, относит их в букмекерскую контору своей одной оставшейся рукой и благополучно проигрывает.

Не буду расписывать здесь другие негативные истории, но их за мою пятнадцатилетнюю «карьеру» хватало с избытком.

Начало осознания

Есть люди, которые приходят поиграть ради удовольствия, для которых выигрыш не смысл, а лишь приятный бонус к самому процессу игры. И проигрыши для таких людей никогда не становятся трагедией. И дело здесь не в суммах, а именно в страсти к деньгам. Видел своими глазами очень известных спортсменов, в том числе знаменитых хоккеистов с зарплатами в несколько миллионов долларов в год, которые играли в казино. Даже «играли» здесь неверное слово. Они дрались за деньги. И мне очень долгое время это было не понятно. Я искренне задавал сам себе вопрос: «Зачем людям играть в казино, если у них и так всё прекрасно в плане финансов?» Ответ ко мне пришёл много позднее.

Я общался с очень многими игроманами. И чётко проследил одну закономерность, которую могу подтвердить собственным опытом на все 100 процентов. До какого-то времени все отрицают наличие зависимости. Все игроки, так или иначе, уверены, что их игра не более чем забава, досуг, приятное времяпрепровождение. Это очень важный момент. Сейчас я обращаюсь исключительно к своему опыту, но знаю, что практически у всех людей с такой же проблемой история очень похожа на мою.

Сначала ты играешь. Это выглядит как некая увлекательная забава. Но игра затягивает. Затягивает медленно, но основательно. Время, уделяемое этому занятию, постоянно увеличивается. Окружающий мир становится все более отдалённым. Игрок погружается всё глубже и глубже в саму игру. Он этого не понимает. А если и понимает, то не осознаёт проблемы. В его голове игра остаётся игрой. Как будто каким-то несерьёзным увлечением.

Каждый человек – существо разумное. И с помощью своего разума можно осознать всё что угодно. Но по большей части мы своим разумом не пользуемся, а действуем как роботы, автоматически. Поэтому человек называется разумным существом лишь потенциально. А на самом деле вся жизнь большинства людей мало чем отличается от жизни растений.

Осознанность! Вот первый шаг к любому достижению. А осознание какой-либо проблемы – это всегда самый первый шаг к решению проблемы. Многие люди этого не понимают. Очень многим кажется, что решение проблемы начинается с каких-то непосредственных действий, ну в крайнем случае с мыслью о том, как проблему можно решить. Но это ошибочное мнение. Проблема начинает решаться с осознания самого наличия этой проблемы.

Если человек страдает какой-то негативной зависимостью, то первое, что он должен сделать - это осознать, что зависимость есть. Просто признать это. На самом деле это очень просто для осознанного человека, и в то же время безмерно сложно для неосознанных людей. Можно тысячу раз сказать человеку, что с ним не всё в порядке. Однако эти слова не будут иметь никакого воздействия, пока сам человек не осознает всю полноту и глубину проблемы.

Люди очень часто обманывают окружающих. Себя мы обманываем ещё чаще. И нужно обладать очень большим мужеством, чтобы перестать обманывать самого себя.

Как перестать обманывать себя? Есть один простой, но очень эффективный способ. Я его называю просто – расстановка приоритетов. Не надо быть очень умным, очень сильным или очень упорным. Нужно просто заставить себя сделать элементарное задание. Взять листок бумаги, ручку. Выбрать свободное время, хотя бы полчаса, и уделить это время целиком расстановке приоритетов в своей жизни. Главное, именно в этот момент быть честным с самим собой. Неважно, что происходит в жизни, в каком вы состоянии и положении. Нужно быть честным с самим собой именно в этот момент, когда расставляешь приоритеты на бумаге.

На листке бумаги нужно написать, что имеет приоритетное значение в жизни в данный момент. Ни «когда-то там», а именно сейчас.

Предположим, это будет семья, карьера, здоровье. Далее расписать подробнее, каким видится каждое из приоритетных направлений через 3 месяца, полгода, год. Не нужно заглядывать далеко вперёд. Достаточно тех периодов, которые я назвал. Когда воображение подскажет, что ему видится в ближайшем будущем, нужно поставить себе очень простые и не требующие каких-то сверх усилий цели по каждому из приоритетных направлений. Цели должны быть очень реалистичны и легко выполнимы. Не надо сразу ставить колоссальную цель, достижение которой потребует гигантских усилий. Проще говоря, нужно быть уверенным, что сможешь достигнуть этих целей в оговоренный период.

После этого внимание переключить на свою проблему. Сейчас мы речь ведём о негативных зависимостях. Игромания, алкоголизм, курение – неважно. Нужно просто задать себе простой вопрос: «Почему я хочу избавиться от этой зависимости?» И ответ будет примерно одинаков у всех: «Потому что в моей жизни есть приоритеты, которые для меня важны».

Я хочу обратить внимание, что это относится только к тем людям, кто хочет избавиться и понимает негативное влияние на его жизнь той или иной зависимости. Если человек пьёт ежедневно водку и при этом уверен, что это идёт его здоровью на благо, то здесь проблемы не существует. Такой человек может быть проблемой для окружающих его людей, но для самого себя он не проблема. Именно поэтому я начал с того, что самое главное осознать свою проблему. И если у самого зависимого человека нет осознания, то нужно работать именно над осознанием самого факта существования проблемы. Бессмысленно пытаться починить то, что, по-моему мнению, не сломано. Впрочем, это немного другая тема.

Сейчас же я пишу именно о тех людях, которые ХОТЯТ побороть свой недуг в виде какой-то нехорошей привычки в тяжёлом виде – зависимости. Итак, расстановка приоритетов в жизни и обязательная запись их на бумаге – это второй этап после осознания. Не надо торопиться. Нужно действительно почувствовать, что в жизни важно, что имеет серьёзное значение. Можно написать на бумаге всё, что покажется в данный момент важным. Чем больше, тем лучше. И после этого повторяю необходимо чётко сформулировать цели по каждому из направлений.

Здесь нужно соблюдать 3 критерия.

1. Цель должна быть чёткой, точной.
2. Цель должна быть легко выполнимой.
3. Достижение цели должно быть ограничено по времени.

Если прямо сейчас нет желания выполнять действия по расстановке приоритетов и постановке целей, это не беда. Можно отложить это на потом. Но обязательно нужно зафиксировать на бумаге это «потом». Нужно записать точную дату, к которой это обязательно будет сделано. И необходимо помнить, что оттягивать дальше зафиксированной даты никак нельзя.

Когда записываешь что-либо на бумаге и даёшь самому себе обещание это выполнить, то это уже не просто слова, не просто пожелания. Это становится реальностью. Да, именно так. Каким-то образом в тот самый миг, когда ты зафиксировал свои желания, цели, планы на бумаге и дал мысленно (а лучше тоже на бумаге) себе обещание выполнить или достигнуть то, что написал, - сама жизнь включает механизмы реализации обещанного. С того самого момента, как ты дал искреннее обещание самому себе, всё вокруг будет пытаться тебе помочь. И у тебя уже нет права искать оправдания, почему что-то не получилось или что-то не смог выполнить. Дальше всё зависит только от самого человека, давшего обещание самому себе.

Необходимо чётко прочувствовать, что несмотря ни на что твоей вины в том, что ты оказался в «лапах» какой-то негативной зависимости, нет. Ты не виноват в том, что так сложилась жизнь. Когда прочувствуешь это, наступит сильное облегчение. Нужно самого

себя убедить в том, что вообще нет виноватых в том, что так до сегодняшнего дня сложилась жизнь.

Как правило, люди себя постоянно корят за то, что не могут изменить свою жизнь; за то, что им не хватает силы воли. Но это в корне не верно. Осознай то, что неосознанно попал под влияние негативных обстоятельств. Мысли о том, что ты виноват, что ты не оправдываешь ожидания родных и близких, всё это лишь усиливает зависимость. Нужно попросту «забить», смириться с тем, что до сегодняшнего дня в твоей жизни присутствовало нечто не совсем желанное и отравляющее жизнь. Никто не может заставить осознанного человека сделать что-либо отравляющее его сознание. Твоя зависимость до сегодняшнего дня отравляла тебя. Все цели были отодвинуты на задний план, потому что разум был захвачен «в плен».

Прямо сейчас необходимо дать себе обещание, что не будешь бороться со своей зависимостью. Нужно дать ей полное право присутствовать в твоей жизни. Но с одним условием. Те очень простые цели, которые записаны на бумаге, должны быть достигнуты. Ты должен самому себе дать обещание, что достигнешь запланированное на бумаге. И при этом пускай зависимость будет пока присутствовать в твоей жизни. НО! С того момента, когда приоритеты и простые жизненные цели чётко определены, вся ответственность за их выполнение ложится на самого человека. Теперь уже он сам отвечает за невыполнение того, что записано на бумаге. Нужно просто поверить, что сама природа, вселенная, бог, жизнь (как угодно называйте) будет всеми силами помогать. Теперь открою маленький секрет. Но скорее всего, это самая важная мысль всей книги.

Твоя зависимость присутствует лишь потому, что для неё в твоей голове **есть место!!!**

Нужно осознать всё, что сейчас прочитано. Это действительно нужно осознать. Обязательно. Любая зависимость – это как живое существо, это как ребёнок. Её нельзя побороть, её нельзя просто взять и выкинуть. Но её можно и нужно постепенно вытеснить. Необходимо Смириться с тем, что долгое время жил с ней. Не выгоняй её всеми силами. Позволь ей оставаться с тобой. Но мягко «намекай», что у тебя есть и другие интересные задачи в жизни. Если ты «сорвался», не кори себя за это. Нет в этом твоей вины. Но не допускай игнорирование своих целей, записанных на бумаге. Напиши те цели, которые ты **на самом деле** хочешь достигнуть. При мысли о достижении этих целей у тебя должны просыпаться внутренние эмоции. Ты должен этого хотеть так же, как настоящий спортсмен хочет стать чемпионом мира. Так же как настоящий учёный хочет совершить открытие мирового масштаба. Поработай продуктивно и основательно над своими приоритетами в жизни. Разберись в них не торопясь. Дай своему мозгу новый материал, над которым он будет работать.

Мой подход к избавлению от негативных зависимостей сильно отличается от подхода большинства врачей, психологов и других людей. Я ни в коем случае не

призываю бороться с тем, от чего хочешь избавиться. Наоборот, я призываю смириться с тем, что в твоей жизни это пока присутствовало и присутствует. Обязательно откажись от упреков самому себе. И неважно, что говорят родные и близкие люди. Они ошибаются, если винят тебя за то, что ты такой как есть на сегодняшний день. Твоей вины в этом нет никакой. В конце концов, ни один человек на земле не наделён правом ухудшать жизнь другого человека. А обвиняя тебя в чём-то, такой человек лишь вредит. Не слушай и не обращай внимания на таких людей.

Главная задача для человека, желающего избавиться от своей проблемы в виде какой-то негативной зависимости, это приступить как можно быстрее к действию. Да и вообще в жизни это одно из главных правил. К любому делу всегда нужно приступать как можно быстрее. Лучше всего прямо сейчас, прямо в данную секунду. Кстати, лень – это то, что является самой большой зависимостью. Сейчас хотел бы немного отвлечься и рассказать о том, как я очень просто избавился от лени применительно к своему телу.

Я с 6 лет занимался плаванием. Занимался серьёзно. На определенном этапе даже решил, что это будет моей основной деятельностью в жизни. Как и любой спортсмен, влюбленный в свой вид спорта, мечтал о самых больших победах. Не хочу сейчас искать причины, по которым (пока) их не удалось достигнуть. Однако факт есть факт. Своих целей на данный момент я не добился. Да, стал мастером спорта, но это далеко не то, о чём мечтал в детстве. В общем, где-то к 22 годам понял, что надо выбирать: или бросать, или дальше продолжать, посвящая всё время бассейну. Я выбрал первое. Причём бросил так, что привёл своё тело и здоровье в полнейший упадок. Несколько лет я просто не делал ничего для поддержания здоровья и хоть какой-то физической формы. Более того, гробил здоровье, как только мог. И я подозреваю, что примерно такой образ мыслей, как у меня в то время, присутствует у очень многих людей.

Я много раз пытался вновь регулярно начать тренироваться. Но каждый раз организм мне все время нашептывал: «брось ты это, зачем оно тебе, иди лучше расслабься, попей пива, отдохни...» Что-то примерно в этом духе происходит со многими людьми. Каждое моё начинание неизменно заканчивалось в тот же, либо в ближайшие дни. Это был просто замкнутый круг. Но я его разорвал. И на самом деле это оказалось до безобразия просто.

Многие мудрые люди говорят, что любое дело нужно начинать как можно быстрее. Неважно, готов ты к нему или нет. Нужно начинать, пусть даже с самого маленького шага. И самое главное – это план, который надо зафиксировать на бумаге. Это я давно знал и понимал, но что-то мне всё время мешало. Именно поэтому я уделил столько времени расстановке приоритетов и фиксации целей на бумаге. На самом деле всё легче лёгкого.

Итак, я сел за стол, положил перед собой чистый лист бумаги и ручку. Выбросил на некоторое время из головы все лишние мысли и оставил лишь одну, которая меня волновала в ту минуту. Я знал, что приведу в порядок здоровье очень легко, если займусь регулярными спортивными упражнениями, как это делал много лет назад.

Вот те мысли, которые у меня вертелись в тот момент в голове, которые больше напоминали беседу неудачника с негодяем. «Надо бы начать ходить в спортзал», - думал я. Тут же следовал ответ в моей голове: «Да какой тебе спортзал, туда надо ездить, находить на это время, а там напрягаться, потеть. Да и не будет толку, ты уже не вернёшь былые кондиции никогда». Тогда приходила другая мысль: «Может быть, в бассейн начать снова ходить, плавать». Ответ был примерно тем же. Думал, что надо начать бегать по стадиону, но в голове упорно вырисовывался очередной ответ, который убеждал, что это слишком сложно и лениво для меня, да и неохота на это регулярно тратить время.

Тогда, сидя за столом перед пустым листом бумаги, я принял самое важное решение: «Сегодня я должен просто один раз отжаться от пола. Прямо сейчас, прямо в данную секунду». Я записал эту фразу на чистом листе бумаги. Встал со стула, принял положение «лежа» и сделал одно-единственное отжимание. В общем-то, я мог бы тогда отжаться и еще раза 3-4. Но мне было лень это делать. Я как раз вспомнил фразу про «самый маленький шаг». И решил, что я как раз сейчас и сделал этот самый маленький шаг, отжавшись 1 раз от пола.

Мне было так стыдно перед самим собой, что я довел своё тело до такого состояния. Я вспоминал, как раньше мог отжиматься по 50-60 раз, подтягиваться по 18-20 раз, жать штангу 120 килограммов, проплывать в день по 6 километров. Я снова сел за стол и написал простую фразу: «Каждый день я делаю на одно отжимание больше, чем вчера».

На протяжении одной недели я делал точно так, как записал. В последний день получилось 7 отжиманий.

Сейчас мне это смешно, но тогда я действительно считал это достижением. И это действительно было тогда для меня достижением. Конечно, в физическом плане изменений от таких «нагрузок» было немного. Но важно другое. Я НАЧАЛ. Сейчас я могу сказать с абсолютной уверенностью: тот листок бумаги, то одно отжимание, та неделя «нагрузок для инвалида» - были крайне ВАЖНЫ. В тот момент я начал менять своё подсознание. Оно действует удивительным образом. Если бы тогда сказал себе, что сейчас отожмусь 50 раз или пробегу 20 километров, то конечно не смог бы это сделать. А даже если бы и смог, то в голове после этого была бы одна мысль, что это безумно тяжело и «да ну это всё нафиг». А сделав всего лишь одно отжимание, я начал менять свою внутреннюю программу без каких-либо усилий со своей стороны. Ну если не считать то усилие, которое я затратил на это одно-единственное отжимание от пола. Психологически мне было абсолютно легко.

Постепенно прибавляя по одному отжиманию в день, в последний день недели я не почувствовал никакой усталости, сделав семь. Это было довольно странно, так как еще за неделю до этого я точно знал, что не могу отжаться больше пяти раз даже с применением определенных усилий. Кроме того, я на протяжении всей недели повторял (то про себя, то

вслух) по 30 раз в день ту самую фразу, написанную на листе бумаги: «Каждый день я делаю на одно отжимание больше, чем вчера».

Никогда не нужно приуменьшать значения первого шага, первых дней какого-то нового дела. Это действительно удивительно, но спустя неделю я снова сел за стол, положил новый листок бумаги и уже с легкостью начал планировать упражнения и фразы, которые должны были стать моими ежедневными спутниками. У меня уже не было мыслей в стиле: «это сложно...на это нет времени...это невозможно». Я уже чётко понимал, что нужно запланировать еще немного упражнений и написать несколько фраз для ежедневного повторения. Я очень хорошо понимал, что фразы мне помогают постепенно «исправлять» программу для подсознания. И поэтому не пытался всё «переломить одним махом».

На этот раз я составил программу на три недели. Записал самое основное на листе бумаги, а также завел специальную тетрадку, в которую собирался записывать ежедневные успехи.

Итак, на ближайшие три недели я запланировал четыре упражнения: отжимания, подтягивания, приседания и упражнение на пресс. Определил начальное количество для каждого упражнения и записал соответствующие фразы на бумаге: «Каждый день я прибавляю по 1 отжиманию, по 5 приседаний...» и так на каждое упражнение. Кроме того, записал на первой странице тетрадки еще одну фразу, которая мне пришла в тот момент в голову и очень понравилась: «С каждым днем моё тело становится всё красивее и привлекательнее!» и решил произносить ее ежедневно по триста раз.

Я полностью выполнил всю программу на три недели. Правда было 2 или 3 сбоя, когда я не успевал сделать за день все упражнения. Но в таком случае я просто оставшееся количество переносил на следующий день и «догонял» программу. Результат был потрясающим. С того дня, когда я сделал всего-навсего одно первое отжимание, прошёл ровно месяц. Но моё физическое состояние уже настолько отличалось от того, в котором я находился последние годы, что мне просто хотелось плясать и кричать от радости (пару раз за те дни я так и сделал).

Не знаю, что было важнее: сами упражнения или те фразы, которые я каждый день повторял, «вбивая» их в себя. Думаю, и то, и другое в равной степени. А изменения происходили настолько быстро, что я сам их замечал ЕЖЕДНЕВНО, стоя перед зеркалом. Моё тело действительно менялось на глазах. Через несколько дней это стали замечать друзья и родственники. Я был безумно счастлив. Я ни разу не посетил за тот месяц спортзал или бассейн, не совершил ни одной пробежки на улице. Все упражнения я делал исключительно дома. Но спустя всего лишь месяц после «старта» я уже сидел за стол с твердым намерением писать новый план. У меня была огромная радость на душе. И причина была лишь в том, что я видел абсолютно чётко реальные изменения в своём физическом состоянии. Я уже понимал, что теперь могу начинать планировать тренировки в бассейне и спортзале. Уже никто не нашёптывал внутри меня, что не нужно этого делать. Я осознал, что таким простым и доступным любому человеку способом я запустил

внутри себя новую программу. И теперь любое действие в плане спорта и здоровья давалось мне гораздо легче.

Сейчас любое физическое упражнение мне снова доставляет огромное удовольствие. И мой мозг уже не ищет постоянные причины, чтобы что-то не делать. Сейчас наоборот, любое предложение, связанное с какой-то спортивной игрой или посещением спортивного объекта, я воспринимаю с радостью и практически всегда мгновенно соглашаюсь.

Вот, я поделился собственным примером осознанной настройки самого себя на достижение цели. Ничего сложного или недостижимого для любого человека я не делал и не делаю. Всё абсолютно просто. Элементарные навыки, которые каждый может взять на вооружение для решения своих проблем.

«А причём же здесь моя игровая зависимость? - спросите вы, - избавился ли я от неё за тот период?» Нет, окончательно на тот момент ещё не избавился. Но она сильно ослабла. И это главное. Именно в этом кроется ключ к избавлению. Моё внимание уже не было целиком вовлечено в азартные игры. И процесс «излечения» включился.

Если пытаться с чем-то справиться в лоб, то это наименее эффективный способ. Я предлагаю совершенно иной подход - стать осознанным и постепенно поменять свои «программы». Зависимому человеку нужны новые ориентиры в жизни, чтобы переключить на них своё внимание. Могу точно сказать, что большинство зависимых людей находятся так крепко в лапах своей зависимости по самой банальной причине – их внимание пусто. В нём нет страстных целей. А пустота всегда чем-то заполняется.

Я подметил одну интересную деталь. Неважно, чего человек уже добился в жизни, какие у него финансовые возможности. Даже если до этого стояла большая цель, и человек её достиг, то шансов попасть в какую-то зависимость у него не меньше, чем у того, кто вообще никаких целей в ЖИЗНИ не ставит и ничего не достигает.

Если нет целей, то каждый человек сам волен себе их создать. Об этом уже было сказано выше. Мозг – это уникальный прибор. Он выполняет множество чудесных функций. Но ваш мозг – это не вы. Это лишь часть человека. Можно сознательно управлять своим умом. Можно и нужно менять программы, по которым он действует. Для этого, безусловно, нужна осознанность.

Закон причины и следствия

Сейчас я попытаюсь докопаться до истинных причин моей игровой зависимости, с которой я собственно и начал всю книгу. А страдал я ей в самом полном объеме, как

сейчас понимаю. Возможно проблема не такая уж и глобальная, но это с какой стороны посмотреть.

Сама по себе любая зависимость не такая уж и большая проблема и затрагивает относительно небольшое количество людей. Даже если взять такие виды зависимостей, как алкогольная или табачная, то это не является для многих непреодолимой преградой для более-менее успешной и счастливой жизни. Но с другой стороны, когда приходит понимание и осознание причин той или иной человеческой зависимости, то это сразу становится ключом для понимания многих других проблем в жизни людей. И в этом смысле масштаб затронутой темы велик.

На сегодняшний день я могу уверенно сказать, что, поняв причины моей игровой зависимости, я осознал причины, по которым люди, к примеру, залезают в долги. Мне стали понятны причины, по которым тот или иной бизнес разваливается или процветает. Почему человек пытается похудеть, но не худеет. Почему пытается бросить курить, но не бросает. Почему кто-то всю жизнь ищет свою любовь, но не находит. И еще много-много разных вопросов. Я нашел для себя ответы на них. Понять, правильные ли эти ответы или нет, можно с помощью практики. А для этого всего лишь надо обратиться к опыту других людей.

В одном из интервью самый богатый на сегодняшний день человек России Алишер Усманов сказал: «Я абсолютно уверен в том, что чем больше я делюсь с другими, тем больше получаю вновь». Эта мысль, так или иначе, зафиксирована во всех религиях всех народов. Так думает большинство по-настоящему успешных предпринимателей. Это просто очевидный факт, который для меня на сегодняшний день является основополагающим.

Кто-то может сказать: «Конечно, богатым легко. У них столько денег, что они могут жертвовать большие суммы, куда им захочется». Признаюсь, еще несколько лет назад я мыслил именно так. Но постепенно пришел к осознанию следующего: люди в своей жизни очень часто *путают причину и следствие*. И правильно разобравшись в причинно-следственной связи, можно всегда прийти к правильным выводам. Большинство людей мыслят просто-напросто наоборот. Они судят по результатам, забывая обратить внимание на то, что же всё-таки привело к этому результату. И всего лишь нужно разобраться с вопросом: «Где причина, а где следствие?» И тогда всё встаёт на свои места.

Так вот, вопрос. Человек сначала делится, а потом становится богатым. Или только разбогатев, он начинает делиться с другими?

Каждый должен осознать, что в вопросе благотворительности *желание отдавать и сама искренняя отдача* - причина, а *получение богатства* – следствие. Но никак не наоборот.

Некоторым людям это крайне сложно осознать. Я понимаю, что очень многие просто скажут про эти мои слова: «Полная чушь. Как может быть искреннее желание

делиться с другими причиной получения богатства для себя?» Мне очень интересна эта тема сама по себе, поэтому я немножко углублюсь в нее.

В детстве, когда мы еще учились в начальных классах, была (надеюсь, что есть и по сей день в наших школах) очень добрая традиция. В День своего рождения именинник приносил в класс большой мешок конфет и раздавал своему классу, учителям, ну вообще всем, кому хотел. И вот у меня иногда закрадывалась в те детские времена такая мысль: «Почему дома, когда празднуем мой День рождения, я получаю подарки от родных и друзей, а в школе сам раздаю конфеты в качестве подарков?»

Уверен в том (сейчас со мной согласятся многие), что удовольствия от раздачи подарков именинник получал ничуть не меньше, чем от получения подарков дома. Я ошибаюсь? Возможно. Но суть сейчас совсем не в этом. Полезность этой традиции - дарить конфеты в классе – невозможно переоценить. Я уверен, что она влияет на всю дальнейшую жизнь человека гораздо сильнее, чем многие предметы, изучаемые в школе на протяжении нескольких лет.

Пока ребёнок маленький, он безумно любит получать подарки. Все мы помним те радостные ощущения, когда в магазине нам мама или папа (хотя чаще, конечно, бабушка или дедушка) покупали игрушку. Когда ребёнок вырастает и становится взрослым, удовольствие от получения подарков становится гораздо слабее, радость намного сдержаннее. В большинстве случаев происходит именно так. Но наравне с этим появляется другой источник удовольствия: возможность и **желание** делать подарки другим людям. И по моим собственным ощущениям, удовольствие от «дарения» гораздо выше, чем удовольствие от «получения».

Мне безмерно импонируют родители, которые приучают своих детей с самого раннего возраста делиться своими игрушками, «пирожными-морожеными» с другими детьми. У таких родителей ребенок с первых лет жизни получает очень полезные основы для будущей счастливой жизни. Даже если ребёнок не хочет делиться (а, как правило, дети это делают неохотно), спокойные объяснения родителей и их искреннее одобрение, когда ребёнок отдаёт свою игрушку другому малышу, закладывают очень хорошие установки в подсознание маленького человечка.

Недавно посмотрел интервью, которое взял очень известный предприниматель, основатель Академии Победителей и просто, как мне кажется, очень позитивный человек Владимир Довгань с человеком, которого я до того дня не знал. Это Шалва Александрович Амонашвили.

Очень жаль, что я узнал о нём только сейчас. Я понял, что наделал уже кучу ошибок в воспитании своего маленького сынишки, которому два года. Но одновременно я безумно счастлив, что всё-таки познакомился с идеями этого Великого психолога и Человека. Очень много полезных советов дает Шалва Александрович в этом интервью. Но меня больше всего тронуло то, как просто, на самом деле, воспитывать в правильном русле своих детей. Когда это понимаешь, то просто удивляешься: почему же в жизни так

происходит очень редко? Ведь любой человек должен понимать: улыбаться лучше, чем быть хмурым. Хвалить лучше, чем постоянно ругать. Быть уверенным лучше, чем быть «забитым». И самое главное: свои дети для каждого родителя должны быть самыми лучшими, самыми умными, самыми красивыми, самыми-самыми. И относиться к своим детям нужно именно так, будто нет ничего на свете прекраснее их детей. И именно дети таких родителей в будущем дают Миру гораздо больше пользы, чем остальные. Да и вообще, само воспитание должно быть совершенно в ином формате. Ребёнка и не нужно вовсе воспитывать, в нём и так уже заложено всё самое лучшее. Впрочем, о воспитании детей я ещё буду рассуждать подробно, но чуть ниже.

Брать или отдавать?

Недавно прочитал замечательную книжку Адама Гранта «Брать или отдавать? Новый взгляд на психологию отношений». Если коротко, то книга о том, какие люди успешнее: те, которые искренне помогают другим, не надеясь на что-то взамен; либо те, кто, наоборот, стараются взять как можно больше для себя, не особо заботясь о какой-либо ответной пользе.

В книге Адам Грант использует ещё промежуточную категорию – «обменивающиеся». Это та категория людей, которая считает наиболее справедливым и правильным «давать» столько же, сколько и «брать». В любом случае, основной смысл книги в том, чтобы выяснить, какая категория людей в итоге становится самой успешной. Конечно, проще всего это разделение проследить на примерах предпринимателей. Но если придать этим категориям более широкий смысл, то можно применить их в любой сфере человеческой деятельности и общества в целом.

Хоть книга и немаленькая, но думаю, что время, потраченное на её изучение, будет для любого человека совсем не бесполезной тратой. Что особенно ценно, в этой книге всё показано и рассказано на примерах реальных известных людей. А одна глава из этой книги особенно мне понравилась. Она озаглавлена «Дремлющие связи». Прочитав её, я очень четко осознал всю скрытую пользу такого образа мышления, при котором человеку гораздо приятнее и удобнее искренне отдавать и дарить, чем получать. *Искренность* в этом случае играет решающую роль. Именно искреннее желание отдавать другим, делать что-то доброе бескорыстно; дарить, не надеясь на взаимность – это и есть ключи к радости, удовольствию и успеху.

Вообще довольно непросто это осознать. Мне долго не удавалось проникнуться мыслью, что в бизнесе более успешен тот, для кого понятие «конкуренция» стоит на одном из последних мест. Тот, кто искренне считает, что нужно концентрироваться на своем продукте или услуге, а не пытаться бороться с конкурентами, - остается в самом

большом выигрыше. Более того, есть бизнесмены, которые с радостью помогут советом или делом другому предпринимателю, занимающемуся тем же самым бизнесом.

А секрет очень простой. Если бизнесмен готов с радостью помогать другому бизнесмену, занимающемуся тем же делом, значит его мотивация не деньги, не собственное величие, а *помощь людям, решение их проблем*. И поделившись своими знаниями с так называемым «конкурентом», такой человек даёт Миру пользу. Он получит своё вознаграждение в любом случае, можно даже не сомневаться в этом. Человек получает вознаграждение тогда, когда искренне что-то улучшает в нашем Мире.

Совсем недавно смотрел одно совместное интервью Стива Джобса и Билла Гейтса. Интервью было взято несколько лет назад. Это два потрясающих предпринимателя нашего времени. Многие считают, что такие люди должны обладать какими-то «сверхкачествами», быть чрезмерно умными или знать больше всех. Но посмотрев интервью, я ещё раз убедился, что это абсолютно не так. И Стив, и Билл абсолютно простые люди. И простота многих их действий просто не вяжется с масштабом их бизнесов.

Стив Джобс абсолютно по-простому говорил, что не мог найти решение какой-то технической проблемы в своем бизнесе. Он просто пришел в «Майкрософт» и попросил помощи в решении этой задачи. Стив Джобс не сидел годами над решением этой проблемы. Он не считал себя самым великим бизнесменом, которому зазорно признать, что его компания самостоятельно не может решить какой-то вопрос. Наоборот, он пришел к Биллу Гейтсу и прямо сказал, что не знает решения. И основатель «Microsoft» с радостью помог.

А теперь возвращаюсь к вопросу, который поставил в начале главы. Что в вопросе благотворительности причина, а что следствие?

И еще одно маленькое отступление сразу. Я, возможно, понимаю под благотворительностью не совсем то, что принято считать традиционно. Если кратко, то «благотворительность» для меня более широкое понятие, чем просто какая-то помощь (в большинстве случаев материальная) нуждающимся. Я думаю, что любую пользу, принесённую кому-то безвозмездно, можно считать благотворительностью. И если человек даёт совет, который позволит преуспеть в каком-то деле, то это в гораздо большей степени можно считать благотворительностью, чем банальная финансовая помощь.

Итак, повторяю. Желание отдавать – это причина, а получение богатства – это следствие. Я привел выше несколько примеров, которыми постарался доказать, что самые успешные предприниматели придерживаются именно такой философии. Совсем не зря я привел пример из начальных классов школы. Та традиция закладывает в ребёнка бесценные убеждения, которые помогают во взрослой жизни. И ведь помимо чисто практической выгоды, само по себе желание делиться с окружающими своими знаниями, навыками, идеями, деньгами – это безумно приятно. Желание отдавать в широком

смысле – это стремление получить моральное удовлетворение. Одного этого многим людям достаточно, чтобы быть искренними «дающими» (выражаясь категориями из книги Адама Гранта). И я абсолютно твёрдо уверен, что богатство само по себе не вызовет (за очень редким исключением) у человека искреннего желания делиться с другими. Поэтому «желание отдавать» может быть лишь причиной, а не следствием.

Если мы посмотрим на самых успешных в Море предпринимателей, то заметим, что они постоянно развивают свои бизнесы, внедряют новые идеи – одним словом не стоят на месте. Они постоянно отдают Мору что-то ценное, далеко не ограничиваясь лишь вложением капитала. Деньги для таких людей лишь инструмент, который позволяет достигать своих целей и реализовывать задуманное. Именно поэтому каждый человек получает от Бога, от Вселенной, от Космоса, от Высшего разума (можно назвать как угодно) ресурсов ровно столько, сколько ему нужно для реализации задуманного. И никак деньги сами по себе не должны являться единственной целью.

Пусть я сейчас для некоторых покажусь сумасшедшим, но искренне уверен, что Сама Вселенная даёт каждому по запросам. Это написано, в том числе и в Библии. Об этом говорит большинство успешных людей, верящих в Высший разум. И если запрос человека деньги, то Вселенная просто не может понять суть самого запроса. Ведь деньги сейчас для всех являются универсальным обменным инструментом. А сами по себе никакой ценности они не имеют. Лишь вера в то, что на них можно всё поменять, делает их такими ценными. Только лишь ВЕРА. Сама по себе бумажка ценности не имеет. Так вот когда человек желает самих денег, то сам ставит Высший разум в тупик. Я себе представляю, что истинные и самые сильные желания исполняются всегда. И исполняются они напрямую.

Если есть желание иметь машину, но при этом думаешь только деньгах, - сам выстраиваешь зигзагообразную дорогу к своему желанию. Чёткое желание – чёткие схемы его исполнения. А так получается примерно такая ситуация: «Хочу, чтобы инженеры изобрели очень экономичный двигатель для самолета. Ведь моей зарплаты не хватает для того, чтобы я позволил себе отдых на берегу океана, потому что дорогие билеты на самолет, потому что дорогое топливо, потому что «прожорливые» двигатели». И вот такой человек сидит и мечтает, чтобы инженеры уже пошевелились и поскорее изобрели экономичный двигатель. Бред. Но и жгучее желание иметь какую-то сумму денег для реализации своих истинных желаний является такой же полнейшей глупостью.

А вот завершая тему «Желание отдавать – причина богатства», мне бы и хотелось подчеркнуть, что в данном случае закон Вселенной действует самым прямым образом. Если человек искренне хочет сделать какое-то полезное дело, то само желание и есть четкая и прямая «заявка». И деньги в данной ситуации приходят как обязательный атрибут реализации задуманного. И получается все абсолютно логично. Заказал что-то, отдал что-то, получил заказанное. В этой ситуации, как мне кажется, для Вселенной всё просто и понятно. В отличие от абстрактного желания иметь какую-то сумму денег.

И ещё раз хочу подчеркнуть, что деньги лишь эквивалент полезности, подкрепленный верой в них. Принёс Миру пользу – получи вознаграждение. В том числе на реализацию следующих полезных дел.

Я тут, конечно, скатился уже в Мир метафизики. Но реальные примеры успешных людей говорят о том, что не всё можно объяснить на языке ученых. А зачастую как раз научные знания и опровергаются примерами из жизни, которые рациональным способом объяснить невозможно.

Мотивация

Хотелось бы затронуть еще один аспект бизнеса. Известно, что абсолютное большинство бизнесов разваливается в первые месяцы своего существования. Статистика приводит разные цифры. Говорят о 70, 80 и даже о 95 процентах предпринимательских начинаний, которые полностью «погибают» в первые 1-2 года своего существования. Меня интересует один-единственный вопрос: «Почему?»

Ответов на этот вопрос дано бесчисленное множество. Конкуренция, государственное давление, бандиты, плохая местность, не вовремя выпавший снег и так далее. Причин можно назвать огромное множество. Но в этом ли дело? По простой логике один и тот же бизнес в одной и той же местности при одних и тех же стартовых условиях должен принести примерно один и тот же результат. Но разве так получается в жизни?

Один человек открывает магазин и успешно торгует, открывает новый магазин в другом месте – и снова успех. Другой же не может вообще ничего наладить, и бизнес быстро «загибается». Неудачник сразу находит причины: «у меня нет предпринимательской хватки (или жилки)», «я не во время начал бизнес», «у меня маленький стартовый капитал», «чиновники мне постоянно вставляют палки в колеса» и так далее и тому подобное.

Одной из главных причин является **Мотивация**. Причем как её сила, так и направленность. Под направленностью мотивации я понимаю движение к цели. Если эта цель благородная, полезная Миру, то мотивация положительная. Если же мотивация направлена на разрушение, на эгоистическое обогащение только себя любимого, то мотивация отрицательная.

Опять хочу вернуться к книге Адама Гранта «Брать или отдавать...». Вопрос «берущих» и «дающих» не так узок, как может показаться с первого взгляда. Это на самом

деле наиважнейший аспект всего человеческого существования. И довольно странно, что данный вопрос так мало изучен в различных науках о человеке.

Все взаимоотношения людей основаны на этих двух понятиях: либо брать, либо отдавать. Можно это применить и к материальным предметам, и к мыслям. Но в любом случае нашей мотивацией является либо дать кому-то что-то полезное, либо взять.

Итак, почему же так важен этот вопрос? Почему важно понять, какими мотивами движим человек при взаимодействии с другими людьми?

Мы знаем такое выражение: подобное притягивает подобное. В жизни доказательств правильности этого утверждения можно найти множество. Ещё есть точка зрения, что характер, поступки человека в большей степени определяются его окружением.

Все знают сказку про Маугли, который воспитывался в лесу и впитал в себя все повадки зверей. Это не такая уж и сказка, потому что в реальной жизни такие истории тоже есть. И их достаточно много. В общем, я давно уже определил для себя как несомненный факт, что окружение человека, та среда, в которой он воспитывается и живёт, в большей степени, чем что-либо иное, формирует человека и влияет на него.

Раз мы все живём в мире людей, то, несомненно, нужно как-то взаимодействовать между собой. И здесь выходит на первый план вопрос:

Как вообще формируется наше окружение?

Тот, кто уверен, что случайно, вообще может жить по любым понятиям и не задумываться о том, как взаимодействовать с окружающим миром: всё равно ведь случайность куда-нибудь выведет. Мы же будем считать, что всё вокруг происходит совсем не случайно.

Исходя из того, что мы сами влияем на своё окружение, можно сделать вывод, что наша мотивация при взаимодействии с людьми очень важна. И вот возникает вопрос. Человек должен больше «брать» или «давать»?

Сравним. Человек открывает бизнес с единственной целью – заработать деньги. Его не интересует, каким образом повлияет его деятельность на окружающий Мир. Если деньги к нему придут, то всё остальное неважно. Яркий пример «берущего».

А другой человек начинает своё дело с мыслью о том, что он может привнести на рынок что-то новое, решить какую-то проблему людей, изменить своим бизнесом Мир к лучшему, в конце концов. Деньги для такого человека не цель, а лишь приятное приложение к самому делу, которым он занимается. Это пример «дающего». Такой человек в первую очередь думает о том, что он может дать, а не взять.

Примеры «дающих» людей мы можем найти в любой сфере деятельности. Как правило, именно такие люди становятся самыми успешными. Возьмем это за аксиому:

ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ ДАЕТ МИРУ БОЛЬШЕ, ЧЕМ БЕРЕТ ОТ НЕГО, СТАНОВИТСЯ В ИТОГЕ УСПЕШНЕЕ ОСТАЛЬНЫХ.

И хотя аксиома не требует доказательства, все же попробую показать на реальных примерах истинность этого утверждения.

Откуда вообще берется мотивация у человека?

Возьму примеры из спорта. Майкл Джордан в баскетболе, Уэйн Гретцки в хоккее, Пеле в футболе, Михаэль Шумахер в автогонках, Роджер Федерер в теннисе, Оле-Эйнар Бьорндален в биатлоне и много других Величайших атлетов. Что же их всех объединяет? Для меня ответ очевиден. Не нужно быть слишком проницательным, чтобы понять: каждый из них безумно любит свой вид спорта. Эти люди испытывают настоящую страсть к своему делу. Достаточно лишь взглянуть на таких людей, чтобы понять их мотив. Искренняя и бесконечная любовь к своему делу – и есть тот самый мотив.

Есть много очень хороших спортсменов, которые построили успешные карьеры, но Великими так и не стали, несмотря на уникальные таланты. Чем они отличаются от тех, кого я перечислил? Только лишь мотивацией. Можно сюда приложить много всего прочего, в том числе и огромное трудолюбие. Но страсть всегда будет стоять на первом месте. Если человек беззаветно готов отдавать своему виду спорта всего себя, то он обязательно добьется успеха. Применительно к системе Адама Гранта такой человек является «дающим». Неважно, какое вознаграждение его ждёт. Тот, кто сначала думает о том, что получит, а потом уже о том, что даст, - не встанет в один ряд с поистине преданными своему делу людьми.

В прошлом году проходила зимняя Олимпиада в Сочи. Великий биатлонист Бьорндален выиграл в свои 40 лет индивидуальную золотую медаль. При той огромной конкуренции, которая сейчас присутствует в биатлоне, выиграл тот, кто наиболее предан своему делу. Возможно, на тот момент Бьорндален был не самым быстрым, не самым метким. Но он выиграл. Не Высшая ли это справедливость, которая позволяет прийти к успеху самым преданным своему делу людям? Несколько лет до этого успеха Бьорндален не выигрывал ничего на крупных соревнованиях, но, тем не менее, продолжал упорно тренироваться и идти к своей цели. Другой бы человек завершил карьеру лет десять назад, потому что все вершины уже давно были взяты, все титулы завоеваны и вся слава получена. Но истинно влюбленный в свой вид спорта атлет продолжал (и продолжает) своё дело. И вряд ли найдется много людей в Море, независимо от их национальности, кто бы искренне не порадовался победе этого Величайшего биатлониста.

Я не знаю, рождается ли человек с уже известным предназначением или оно появляется по ходу жизни. Но нельзя отрицать тот факт, что у каждого из нас свои таланты. Каждый человек в каком-то деле чувствует себя максимально комфортно и способен принести в нем наибольшую пользу. И на самом всегда хорошо заметно, на «своём» ли месте находится человек. К сожалению, в Море большинство людей занимается совсем не тем, чем им хотелось бы.

Вот если задуматься. Если бы за работу не платили деньги, а просто каждый бы получал то, что ему нужно, независимо от того, какую работу он выполняет. Впрочем, эти мысли уже, по-моему, были высказаны когда-то известным немецким товарищем Марксом. И даже кое-где в Море пытались их реализовать в жизни. Ну неважно. Я сейчас рассуждаю гипотетически.

Вот если бы была возможность выбрать себе занятие по душе и, независимо ни от чего, человек бы получал то вознаграждение, которое ему нужно для счастливой жизни, много ли людей остались бы на своей нынешней работе? Сразу даже поймал себя на слове. Вынужденную, а не выбранную сердцем работу человека я называю «работой», а желаемую работу даже как-то трудно назвать «работой». «Любимое дело» - в самый раз. Кстати, могу точно сказать один признак, по которому можно отличить *работающего* от *занимающегося любимым делом*. Говорю по себе и по тем людям, которых знаю.

Если человек, занимаясь своим делом, легко может забыть поесть или поспать, то он занят истинно своим любимым делом. Конечно, не любая деятельность может позволить «забыть поспать», но в целом смысл, думаю, понятен.

Когда мы занимаемся СВОИМ делом, то автоматически становимся ДАЮЩИМИ. То дело, которое приносит удовлетворение и наслаждение, обязательно станет полезным для Мира. А так как подобное притягивает подобное, то и полезный человек будет притягивать к себе другого полезного. Давая другому пользы больше, чем берёшь себе, тем самым создаёшь изобилие, которое в конечном итоге принесёт пользу всем. А в том сообществе, где каждый пытается «урвать» для себя, постепенно иссякнет всё.

Спортсмен, который искренне дает своему виду спорта всё, что он может дать, так же точно создает изобилие в этом виде спорта. И даже не думая о том, чтобы что-то получить взамен, в конечном счете, всё равно получает всё: и деньги, и славу, и успех.

И в бизнесе, и в жизни действует тот же самый закон.

И суть заключена лишь в мотивации. А чтобы мотивация была истинно положительной, нужно всего лишь найти истинно своё дело.

Что движет предпринимателем в первую очередь, то и определит судьбу его бизнеса. Все крупные бизнесмены постоянно подчеркивают, что деньги для них не являются основным мотивом. Иначе они бы и не стали крупными бизнесменами.

Выражу своё наблюдение. Раньше я ещё сомневался в его истинности. Но теперь уверен «на все 100», что это так.

Я делал ставки в букмекерских конторах. Мой мотив был деньги. А иного мотива там и не может быть. Делая денежные ставки, я при всем желании никак не смогу принести в Мир что-то полезное. Не нужно только думать в таком стиле: «можно выиграть деньги, а потом пойти и построить на них больницу». Можно, согласен. И допускаю, что такие люди могут быть. Но это опять же «зигзагообразное» движение к своей цели. И Вселенная «не понимает» такого пути. Я же знаю только тех, кто играет в азартные игры

ради своей наживы. И если отдаёт какую-то часть на благотворительность, то не искренне, а лишь с верой в то, что это поможет успешно выигрывать в дальнейшем. Конечно, есть люди, которые приходят в казино просто развлечься и уже заранее знают, что деньги они потратят, а не приобретут. Но такие люди не являются зависимыми. Я же веду речь именно о тех, кто «висит на крючке».

Поэтому вывод: пытаюсь «*делать*» деньги, их сделать невозможно. Самый богатый человек в истории Джон Рокфеллер говорил: «Я не знаю ничего более презренного и жалкого, чем человек, который посвящает всё свое время тому, чтобы делать деньги ради самих денег». Суть немного не та, но всё-таки близко к моей теме. Зависимый игрок именно делает деньги ради денег в момент самой игры.

Попытки обмануть деньги

Итак, моя «взрослая карьера» увлечённого азартными играми человека составила 15 лет. Ставки в букмекерских конторах были основным видом испытания моего азарта. Казино, игровые автоматы, карты – это всё было в очень незначительном количестве. Поэтому я буду рассуждать как «эксперт» в мире спортивных ставок.

Сами спортивные ставки можно назвать в какой-то мере интеллектуальным занятием. В отличие, скажем, от рулетки. В ставках на спорт теоретически всё зависит от самого играющего. Если на рулетке человек просто пытается угадать, куда упадёт шарик, то в спортивных ставках есть возможность применять свои знания и использовать много различных источников для правильного прогнозирования исходов спортивных (и не только спортивных) событий. В теории всё выглядит именно так: красиво и привлекательно. Может быть, именно поэтому я так долго и так плотно «сидел» на ставках. Но суть «зарыта» гораздо глубже. Именно до неё я попытаюсь докопаться в этой главе.

15 лет я долбился в стену, пытаюсь привлечь на свою сторону форуну. Не привлёк, но те знания и тот опыт, который я получил за последние годы, стоят очень многого, в том числе многих как будто потерянных лет жизни.

Все эти годы страданий (в первую очередь не моих, а моих близких из-за меня) не были прожиты зря. Сейчас я в этом абсолютно убеждён. И я обязан поделиться с вами своими знаниями. Я должен рассказать всем, какие открытия сделал. Мой опыт хоть и негативен, но бесценен.

Итак, 15 лет я изо дня в день делал ставки на спортивные события. Были, конечно, дни без ставок, но они были так редки, что можно смело сказать: 15 лет непрерывных ставок - это мой багаж. Это половина моей жизни. Это время было похоже на американские горки. Иногда в течение нескольких минут моё настроение могло поменяться с абсолютно радужного на безмерно негативное. Всё моё существо целиком зависело от выигрышей и проигрышей в ставках.

Многие люди могут долго рассуждать о том, что такое деньги, откуда они берутся, как они приходят к человеку и как утекают от него. Но в большинстве случаев – это лишь чистая теория. Я рассказываю исключительно о практике.

Самое первое и главное, что безусловно стало моим убеждением: деньги – это самый точный показатель отсутствия в мире случайностей. Вы можете обмануть свою жену или мужа, налоговую или начальника. Но никогда ни один человек в мире не сможет обмануть деньги. Это всё звучит немного странно и необычно. Поэтому остановлюсь поподробнее на том, почему использовал такую формулировку.

Почему же я употребил такую необычную фразу: «обмануть деньги»? Потому что абсолютное большинство людей на земле именно этим и занимается. Практически все, так или иначе, пытаются обмануть деньги. Не тех, от кого они хотят получить эти самые деньги, а сами деньги. А я этим занимался долгих 15 лет. Мне казалось, что сами эти бумажки, которым люди придали колоссальную власть в Мире, приходят и уходят лишь по желанию людей. Но это далеко не так. Польза, исходящая от человека, - критерий всего, что связано с личными доходами.

Могу откровенно признаться, что за всю свою жизнь я принёс миру пользы на мизерные гроши. Это больно и горько осознавать, но это факт. Все мои многократные потуги выиграть деньги, в конечном счете, заканчивались не просто провалом, а медленной деградацией меня как живого существа.

Многие знают, что из-за денег в мире совершается наибольшее количество преступлений. Более того, количество преступлений, совершаемых из-за денег, больше, чем всех остальных преступлений вместе взятых. Многие знают, что причиной абсолютного большинства разводов во всём мире являются деньги. Конечно же, не сами деньги являются причиной, они являются лишь предметом, из-за которого возникают эти самые причины. А если быть совсем точным, то причиной является то избыточное значение, которые люди придают деньгам.

И это факты, которые невозможно оспорить. В такой ситуации тем более удивительно, что многие люди даже не имеют ни малейшего понятия, что же такое на самом деле деньги, каковы причины их появления и исчезновения.

Возвращаюсь к ставкам в букмекерских конторах. Почему все люди, которые постоянно играют и пытаются этим себе достать деньги на жизнь, в конечном итоге оказываются в минусе? Причём, чем выше «игорный стаж», тем глубже денежный минус. Специально для тех, кто сомневается, что все игроки в минусе: допускаю, что не все.

Правда, мне не попался за всю жизнь ни один человек, который бы был «в плюсе» после нескольких лет игры. Возможно, есть такие игроки, которые играют без азарта и у которых получается «болтаться» возле нуля. Но точно нет ни одного человека на земле, который бы зарабатывал себе на жизнь исключительно ставками на спорт. Почему я делаю такие выводы? Потому что на примере спортивных ставок узнал фундаментальные законы природы. И эта книга не только о том, как я поборол свою зависимость. Эта книга даже в большей степени о том, как устроен мир.

Как было сказано, я не встречал людей, которые бы были не в глубоком минусе. Хотя, поверьте, что знаю очень многих людей из мира ставок, знаком со многими букмекерами. Поэтому знаю, о чём пишу.

Ещё раз хочу подчеркнуть, что ставки на спорт со стороны выглядят очень заманчиво в плане выигрышей. Если подумать логически, то вырисовывается очень радужная картина для игроков. Букмекеры дают множество событий с уже заранее фиксированными коэффициентами. И у них нет возможности, за редким исключением, не дать какие-либо матчи. Видов спорта огромное количество, видов ставок ещё больше. И каждая букмекерская контора даёт возможность делать ставки на любой матч, на любой вид ставки. Игрок находится в абсолютно привилегированном положении. Ему нужно из множества предложенных матчей выбрать то, что ему нравится, то что наиболее предсказуемо, по его мнению, и просто сделать ставку на такой матч, или матчи.

Ну ведь со стороны всё выглядит просто прекрасно для любителей халявных денег.

Углублюсь ещё больше в теорию. Букмекеры как будто живут за счёт фиксированной маржи. То есть в идеале букмекеры должны выставить коэффициент так, чтобы ставки игроков распределились равномерно между всеми возможными исходами матча. Тогда выигрыши одних игроков контора «оплатит» проигрышами других, а небольшой процентик (5-10%) заберёт себе. Если бы всё было в реальности так, как в теории...

На самом деле доходы букмекеров достигают 50-60% от сумм ставок игроков. Это факты, о которых многие игроки не знают. Да, мелкие букмекерские конторы могут быть легко разорены опытными игроками, но общая статистика крупных и сильных контор именно такова. Более половины оборота остаётся в конторе в виде чистой прибыли. Это означает лишь то, что абсолютное большинство игроков сами постоянно ставят мимо выигрыша.

Конечно, присутствует несколько факторов, в том числе азартное желание большинства игроков побыстрее отыгрывать проигрыши, что приводит к ещё большим проигрышам. Но интересно другое. Почему же те, у кого есть право выбора (игроки) на что сделать ставку, оказываются в проигрыше? А те, у кого этого права нет (букмекеры), всегда в выигрыше?

Вот здесь и возникает тема глубинного понимания сути денег. Возможно, для кого-то это покажется неправдоподобным или даже наивно-смешным. Но у меня есть

фундаментальная убежденность, что распределение денег на земле подчиняется природным (можем назвать их «божественными», кому так ближе) законам.

Деньги – разумные объекты. Они эквивалент счастья и радости, горечи и неудач. Деньги могут вознести на самую вершину и сбросить в самую глубокую яму. Деньги имеют такую огромную власть над людьми лишь потому, что люди в большинстве своём не понимают природных законов, а потому постоянно их нарушают. А нарушая законы природы, люди ещё и умудрились придать деньгам настолько избыточное значение, что сами же себя и поставили в тупиковое положение.

Мне понадобилось немногим меньше пятнадцати лет, чтобы это осознать. 15 лет полных горьких разочарований. 15 лет бессмысленных попыток пробить стену головой. Для меня эти годы были как для мухи солнечный свет, который она видит через окно. Раз за разом муха летит на свет, не понимая, что это ошибочный путь. Свет рядом, вот он, но муха упорно пробивается через стекло, хотя совсем рядом открыта форточка.

Природным законам всё равно, знаем мы об их существовании или нет, понимаем мы их или нет. Если человек действует в соответствии с ними, то он достигнет всего, чего захочет. Если нет – то горько разочаруется. И очень часто такой человек ищет причины своих неудач где-то вне себя, обвиняя всех и всё, что только можно.

Маленький мир азарта дал мне понимание фундаментальных истин и законов большого мира жизни. И главный закон жизни и природы звучит просто. У любого следствия всегда есть причины. Одни и те же причины всегда вызовут одни и те же следствия.

Жажда халявных денег – это то, что движет всеми игроками. И главное слово здесь «халявных». Пытаясь выиграть, человек не делает ничего полезного для мира. Абсолютно ничего. Какая же причина должна принести ему деньги?

Сколько же людей пытались мне доказать, что можно выигрывать регулярно, что есть стратегии, что они сами безмерно фартовые или обладают уникальной интуицией. Все эти люди неизменно приходили к выводу, что и их стратегии, и их фарт с интуицией странным образом приводили к тому же результату, что и у всех остальных – к краху.

Я много думал и размышлял на эту тему. Пытался применять закон причины и следствия к деньгам. Искал закономерности. И эти закономерности были мной выведены не теоретически, а на примерах огромного количества людей.

Мало кто в это до конца сможет поверить. Для большинства следующие мои слова будут звучать примерно как слова о том, что Бог есть - вроде бы очень многие в это верят, но как-то не до конца.

Так вот. Деньги двигаются в природе по безукоризненно справедливому закону, который никогда не допускает никаких исключений. Деньги появляются у людей исключительно по критерию полезности человека. И полезности не потенциальной, а уже реально принесённой в мир. Я понимаю, что всё это звучит немного нереалистично. И

многие приведут кучу примеров, которые, как им кажется, проиллюстрируют ошибочность моего утверждения.

Да зачем утруждать читателей. Я сам приведу такие примеры.

Деньги можно украсть. Таким образом, кто-то завладеет деньгами, не принеся предварительно пользы миру.

Деньги могут достаться очень несправедливым путём, как например, произошло в нашем государстве после распада СССР.

Деньги могут достаться в наследство, и это тоже будет показатель несправедливого «прихода» денег к человеку.

Примеров несправедливости в нашем мире можно привести очень много. Но это лишь поверхностно выглядит несправедливым. На самом деле существует причина, по которой людям многое кажется несправедливым. Она проста.

Человек не имеет возможности увидеть, осознать, понять все причины и все следствия в нашем мире.

Разум человека очень сильно ограничен своими рамками по сравнению со всем миром целиком. Так вот, когда человек считает, что деньги достались кому-то несправедливо, то это лишь следствие ограниченности его понимания всей картины Мира. Красть не хорошо, обманывать тоже. Но разве мы можем проследить всю цепочку движения денег, которые как будто у кого-то оказались несправедливо, по ошибке, случайно. Мы видим лишь один этап. Но мы не видим всего пути денежной массы. Не бывает так, чтобы богатство было долгосрочным и приносило счастье, если способы его получения не находятся в гармонии с законами мироздания. А промежуточные этапы являются лишь показателем многогранности Мира, в котором как будто есть место несправедливости и случайности.

Мы можем судить о каких-то событиях, обстоятельствах, лишь основываясь на двух вещах: на том, что мы **знаем** и на том, во что мы **верим**. Всё. Более ни на чём.

То, что мы знаем – это абсолютно мизерная часть того, что существует объективно. И поэтому во всё остальное нам приходится просто верить. Или не верить. Если мы не верим, то разум всё равно должен найти объяснение тому, что ему не понятно. И в таком случае в дело вступают великие и ужасные изобретения разума – случайность, везение (или невезение), удача (или неудача).

Человек очень легко внушаем. Можно придумать любую даже самую невероятную чепуху и внушить её людям. И кстати, чем более невероятна эта самая чепуха, тем охотнее человек в неё верит. Не догадываетесь почему? Потому что человек обо всём судит на основе либо знаний, либо веры.

Если мы слышим что-то невероятное, то, естественно, разум не может логически объяснить это. Остаётся вера. Раз мало логики, значит, сильнее становится влияние веры. Вот почему в абсолютную чепуху, которую вообще никак нельзя объяснить логически, человек готов поверить мгновенно. Правда при условии, что узнает об этой самой чепухе из источника, которому он доверяет.

То, о чём я сейчас пишу, - это потрясающие открытия для многих людей. Так же как это постепенно становилось открытием для меня. Это то, что позволит многим людям хоть на чуть-чуть стать более осознанными.

Хочу подчеркнуть, что несмотря на всю кажущуюся нереалистичность моих выводов, именно в том, о чём пишу в этой главе, я убеждён более всего. Основа моих убеждений – мой собственный многолетний опыт, опыт многих моих знакомых, многолетнее изучение биографий и размышлений известных и знаменитых людей.

Я уверен, что мир можно очень быстро менять в лучшую сторону, если люди начнут «просыпаться» и осознавать всю прелесть и уникальность природных законов. Пока, увы, человек лишь на одной из низших ступеней своего развития и даже не задумывается о многих потрясающих возможностях, которые ему заготовил мир. А начинать нужно всегда с основы.

Как известно, жизнь – это игра. А любая игра начинается с изучения правил. На сегодняшний день большинство людей вступило в игру, даже не осознавая, что в ней есть какие-то правила. Абсолютное большинство людей на земле продолжают жить убеждениями, которыми жило человечество многие столетия до нас. Жизнь таких людей полна суеверий, предрассудков, ложных знаний и абсолютного непонимания, кем мы вообще являемся в мире. Наши предки тысячелетиями убеждали сами себя, что являются ничтожными песчинками, участь которых смиренно прожить свою жизнь. Такие люди проживали и проживают свою жизнь, не оставив ни малейшего следа после себя. Разум, данный нам зачем-то, большинством не используется вообще никак. Лишь механическое удовлетворение каких-то низменных потребностей движет абсолютным большинством живущих людей.

И начинать нужно с изучения правил. Применительно к жизни, правила – это законы природы. Это те законы, которые создали самого человека. До меня некоторые истины дошли через мою многолетнюю зависимость. И даже не само понимание законов природы важно в моём случае, а проснувшееся желание изучать и рассказывать о том, как устроен мир. Я никогда не скажу, что мои убеждения истинны на все 100%. О многом люди могут судить, основываясь на самой жизни. Никто ведь никогда не видел написанных законов природы, под которыми бы стояла подпись: «Бог». Но жизнь всем своим ходом даёт понять, что такие законы есть. Они незыблемы и действуют всегда и для всех людей одинаково. Мы, люди, все разные. Но мы играем в одну игру, а потому - по одним и тем же правилам.

Разве не удивительно, когда мы видим реальных людей, добивающихся умопомрачительных финансовых успехов за достаточно короткий промежуток времени? Мне всегда было очень интересно узнать каковы же причины таких успехов.

Я хочу в очередной раз предостеречь от ложного объяснения успехов и неудач везением и случайностью. Если допустить, что в мире существуют случайности, которые вообще ни от чего не зависят и ни на чём не основываются, то бессмысленным становится само существование, сам Мир становится одной большой случайностью. Каким образом вообще в таком случае было бы возможно развитие? Случайность бы давно могла прекратить само существование Мира. Но даже если предположить, что случайности существуют, - нам то от этого какая выгода? Надеяться в жизни на случайность? Рассчитывать, что случайно будешь здоров всю жизнь, не уделяя своему организму никакого внимания? Верить, что случайно разбогатеешь, не приложив никаких усилий для этого?

В ставках на спорт есть такое понятие как «экспресс». Суть заключается в том, что игрок выбирает несколько спортивных событий и делает ставку на каждое из них. Чтобы ставка выиграла нужно правильно отгадать все матчи. Только в таком случае ставка «экспресс» окажется выигрышной. Но и выигрыш соответственно будет выше, так как коэффициенты по всем матчам перемножаются между собой при расчёте ставки.

О том, что я сейчас напишу, знают все более-менее опытные игроки. Это как будто парадокс, который по-другому называют в жизни закон подлости. Очень часто в таких вот «экспрессах» правильно угадываешь все матчи, кроме одного. Можно поставить хоть на 10 событий, и зачастую угадываешь девять из них, а десятое мимо. Но что ещё более удивительно, человек выбирает из всех событий, на которые поставил в «экспрессе», одно - самое надежное, по его мнению, и делает отдельную одиночную ставку на это событие. Как не сложно догадаться (конечно же, по закону подлости) именно этот матч и играет не так как нужно, и ставка оказывается проигрышной. И ведь никто не принуждает игрока делать ставку именно на это событие, именно на этот исход. Всё выбирает сам игрок, и сам же оказывается в обиднейшем проигрыше.

Я довольно долго думал и размышлял над этим. Тем более что перед глазами огромное количество моих собственных примеров и примеров тех людей, которые тоже являлись игроками. Каким-то образом человек совершает неправильные действия, принимает неправильные решения, а потом не может понять, кто же его «дёрнул» принять именно такое решение. Ведь вариантов было множество, а выбираешь тот, который в итоге оказывается неверным.

Не стоит пенять на судьбу, искать виноватых и злиться на несправедливость. Стоит задуматься о причинах. Ставки на спорт практически ни чем не отличаются от «плохого» бизнеса, то есть такого бизнеса, где мотивация исключительно деньги. Отличие есть. Бизнес может приносить пользу, а может и не приносить. Но ставки точно никакой пользы Миру не несут. Разве что, как в моём случае, дают осознание каких-то фундаментальных

вещей. В этом смысле я очень благодарен Миру, что был долгое время под влиянием этой негативной зависимости.

Многие успешные бизнесмены, рассуждая о своём успехе, говорят, что успех пришёл как будто сам собой. Они просто делали своё дело, а результат появлялся как следствие. Причины, всё кроется в причинах. Человек абсолютно свободен в создании причин, но не имеет никакой возможности влиять на следствия. Когда причины есть, то следствие возникнет автоматически, хотим мы того или нет, пытаемся мы помешать возникновению следствия или нет.

Применительно к деньгам. Причиной их появления может служить только польза, принесённая миру. Деньги – это не эквивалент какого-то товара. Деньги - это эквивалент той пользы, которую принесёт товар или услуга. А измеряется польза в основном эмоциями. Мы можем выстроить длинную цепочку, по которой проходит товар, услуга, деньги, но, в конечном счете, всё окажется очень просто. Чем сильнее положительные эмоции получают люди, тем больше денег появляется у того, кто создал причины для этих эмоций. Чем большему количеству людей доставляются эмоции, тем больше денег получает доставивший их.

Конечно, в данном случае я сужаю картину мира до примитива. Цепочки движения могут быть очень сложны и запутаны. Мир очень многогранен. Мы не можем быть уверенными, что те или иные наши дела станут точно правильными или неправильными. Поэтому мы должны пользоваться своими внутренними критериями в любых ситуациях. Моральные принципы, совесть – это очень чёткие измерители. На них всегда нужно ориентироваться при принятии решений в жизни. Люди сами признали деньги всеобщим эквивалентом успеха и полезности. Это универсальный критерий, по которому можно довольно точно оценить насколько тот или иной человек полезен для мира. Ну так ведь моральные принципы и совесть тоже общепринятые критерии оценки человека. Осталось лишь соединить все критерии вместе, и мы сможем понять всю идеальность распределения и движения денег в обществе.

Ставки, да и вообще азартные игры, какую пользу несут миру? Какую пользу несёт миру человек, пытающийся просто выиграть деньги? Никакую. Более того, такой человек несёт в мир массу негатива. Чтобы в этом убедиться, достаточно посетить любое, как говорят, злачное место, типа букмекерского он-лайн клуба или казино. Количество мата, злости, негатива там зашкаливает за любые мыслимые и не мыслимые пределы. Так вот участь негативного и не приносящего пользы человека по шкале всеобщего эквивалента - быть в отрицательном балансе. Потому и оказываются в долгах все те, кто пытается просто выиграть деньги, не принеся в мир никакой пользы. Как бы ни старался человек получить деньги «за просто так», у него это не получится. Законы природы обмануть нельзя. Эти законы сами создали человека, который пытается их перехитрить.

ПОДСОЗНАНИЕ, ИНТУИЦИЯ

Очень сильно мне помогло чтение книг и изучение других материалов по теме устройства человеческого сознания и подсознания. Самое сильное влияние на меня оказал канадский исследователь этого вопроса Джон Кехо. Его книги дают ответы на очень многие вопросы. «Подсознание может всё» - основная и самая известная в Мире книга Джона Кехо. Во многом благодаря Джону Кехо я начал понимать многие причины неудач в жизни людей. Но самое главное то, что его книга помогла мне понять некоторые причины своей самой главной проблемы – игровой зависимости.

Пока человечество на таком уровне развития, что многое мы можем лишь предполагать, о многом мы можем лишь робко догадываться. Но придёт время, когда люди смогут очень легко доказывать и обосновывать то, что сегодня выглядит невероятно.

Мы пока не можем научно доказать существование в человеке подсознания. Но опыт в реальной жизни даёт нам уверенность, что всё устроено именно так, как пишет в своих книгах Джон Кехо.

Мой многолетний опыт погружения в спортивные ставки даёт мне неопровержимые доказательства того, что в человеке есть нечто, находящееся выше мозга, разума, сознания. Несмотря на все негативные моменты жизни игромана, есть одна положительная деталь, которую нельзя не выделить.

Каждый игрок точно знает о том, что интуиция существует.

И она реально работает. Более того, она развивается!

У каждого игрока бывают моменты, когда он очень точно чувствует на что нужно делать ставку. Более того, часто игроки, уже сделав ставку, каким-то непонятным образом чувствуют, что она выиграет или наоборот проиграет. Такое чувство есть! И оно порой бывает очень сильным и чётким.

Объяснить рационально это я не могу. Но факт есть факт. Много раз я испытывал потрясающее чувство 100%-ной уверенности в исходе какого-либо матча. Особенно в последние годы. Пытаясь специально вызвать это чувство, ничего не получалось. Однако оно приходило, когда об этом абсолютно не думаешь. Очень часто я тратил часы на раздумья, на размышления, на вычисления, на изучение статистики, но выходило только хуже. Никакие рациональные размышления не помогали. Там где пытаешься подключить логику, мозг, размышления, пропадает то самое неуловимое чувство – интуиция.

Этот вопрос выходит далеко за пределы Мира ставок. В обычной жизни потребность в интуиции человек испытывает тоже очень часто. И развитая интуиция – это огромное преимущество в жизни.

Все мы знаем такие ситуации, когда рационально нельзя решить какой-то вопрос. На помощь приходит интуиция. И это зачастую происходит тогда, когда уже отчаешься и плюнешь на всё. Именно в момент прерывания активной работы мозга над поиском ответа, решения и приходит на помощь интуиция. Я уверен, что интуиция идёт из того же подсознания, из самого ядра человека. Там нет догадок, там нет вероятностей. В подсознании всё стопроцентно. Оно не раздумывает и не гадает. Каким-то непостижимым образом подсознание уже заранее знает все ответы. В него закладываются те программы, в соответствии с которыми мы живём. Подсознание это то, что создаёт нашу реальность. Есть множество теорий и предположений, как функционирует подсознание, как оно связано с сознанием, с мозгом. Но я уверен в одном абсолютно точно - именно подсознание то ядро в человеке, благодаря которому вообще возникают все события в жизни.

Как же связано подсознание с азартными играми, в моём случае со ставками на спорт? Самым прямым образом. В подсознание попадают лишь те программы, которые прошли через фильтр. Главный фильтр в человеческой сущности – это мозг.

Мозг выполняет огромное количество функций в организме. Но сейчас я хочу написать об одной из них, но, на мой взгляд, самой важной. Мозг человека стоит на страже подсознания. Он пропускает лишь то, что соответствует определённым критериям. Далеко не любая информация проникает в подсознание.

Сложно сказать, что же конкретно является основным критерием, который мозг принимает за сигнал к открытию ворот в подсознание. Известно, что мысли, подкреплённые эмоциями, сильнее воздействуют на человека. Именно эмоции – это то, чего человек больше всего желает и сильнее всего боится. Радость, гнев, расстройство, страх, обида, любопытство, зависть... Эмоций огромное множество. Очень сильные эмоции способны влиять на человека практически мгновенно. Под влиянием эмоций человек может уйти из жизни, совершить подвиг, сделать то, что он бы никогда не сделал в спокойном состоянии.

Все знают, что подверженные эмоциональным всплескам люди, часто жалеют о сделанном или сказанном в эмоциональном порыве. И причина здесь в том, что под влиянием эмоцией мозгу сложнее «фильтровать» информацию. Поэтому очень сильные эмоции позволяют информации напрямую проникать в подсознание. Эмоции как будто отключают на долю секунды мозг. И нет никакого значения положительные эти эмоции или отрицательные. Также как и нет разницы в том, со знаком «+» или «-» сама информация, проникающая в подсознание в момент сильного эмоционального порыва.

Есть и другие возможности обойти фильтр мозга. Этими возможностями пользуются неосознанно очень многие люди. Алкоголь, наркотики, другие химические

«изменители» сознания дают возможность получать прямой доступ к подсознанию. Конечно же, не забудем про гипноз - один из самых эффективных способов проникнуть в ядро человека. Мы прекрасно знаем, что под влиянием гипноза человек может совершать абсолютно необъяснимые поступки. Под влиянием гипноза можно напрямую «стирать» или наоборот «загружать» файлы как в подсознание человека, так и в сам мозг.

Так вот, подсознание человека, страдающего какой-то зависимостью, - это сосуд, заполненный под завязку элементами, связанными, так или иначе, с негативной зависимостью. Справиться с зависимостью просто так не получится, если эти элементы зависимости «загружались» в человека длительное время. Мы ведь все понимаем, что алкоголиком, наркоманом, игроманом становятся не за один день. Это длительный и постепенный процесс. Если не получилось его остановить на ранней стадии, то дальше уже не поможет профилактика. Потребуются более глубокие методы.

Подсознание и сознание уже настолько заполнены мыслями, эмоциями, переживаниями, негативным опытом и всем остальным, связанным с самой негативной зависимостью, что нужно приложить много усилий, чтобы вытеснить эти элементы из сознания и подсознания. Но усилия нужно направлять не на борьбу с зависимостью, а на очищение от её элементов. Когда-нибудь человечество научится напрямую проникать в подсознание и заменять «плохие файлы» на «хорошие». Но пока нам нужно хотя бы осознать, что нет никакого эффекта от борьбы со следствиями, если причины не устранены.

Я продолжал снова и снова бороться с собой, обещая себе и окружающим бросить ставки. Бросал на короткий промежуток времени, а потом всё начиналось заново. Я понимал, что делаю что-то не то. Я хотел всё забыть и начать жизнь заново, но что-то неуловимое заставляло вновь и вновь нести деньги в букмекерскую контору.

Почему я так много внимания уделяю подсознанию? Там кроется причина зависимости. Мозг здесь уже не помощник. Все усилия человек, желающий избавиться от зависимости, направляет в мозг. И эффекта практически нет. Если окружающие люди активно пытаются тебе помочь, убеждая в том, что ты ведёшь себя как дурак и не понимаешь всей проблемы, то становится совсем грустно. Практически каждый человек, попавший в какую-либо зависимость, понимает и без окружающих, что что-то не то. Очень часто он честно хочет избавиться от проблемы, но не может.

Каждый желающий помочь, как правило, только усугубляет проблему. Зависимому наносят ещё больший вред, загоняя проблему всё глубже и глубже в подсознание, заставляя человека испытывать чувство вины, чувство стыда, чувство неполноценности, чувство ущербности. Попавший в зависимость испытывает негативные эмоции в связи со своей проблемой, и тем самым эти эмоции усиливают саму проблему. Зависимый человек концентрируется на проблеме, пытается её побороть. Он размышляет постоянно о том, что общество его отвергает, что он хуже остальных. Эти мысли продолжают вызывать негативные эмоции и проникают всё глубже и глубже. Проблема усиливается, а

осуждение или воспитание (разницы в данной ситуации никакой нет) родными и близкими людьми продолжается.

Уже долгое время учёные занимаются изучением строения мозга. Выводы однозначны. Мозг это огромная «паутина», в которой постоянно идёт процесс «плетения». Бесперерывно в мозге возникают новые связи, необходимые для каких-то целей, и отмирают старые связи, которые мозг не использует длительное время.

Тело человека тоже яркий пример действия этого принципа. Спортсмены развивают определённые группы мышц, и эти мышцы становятся сильными и крепкими. Те же группы мышц, которые не развиваются, не используются, - постепенно атрофируются.

Мы можем сознательно тренировать не только мышцы, но и мозг. И избавление от любой зависимости начинается именно с тренировки мозга. Нужно сознательно исключить те элементы, которые сопровождают негативную зависимость, необходимо разорвать негативные связи и создать новые, «чистые».

Окружение – очень важный элемент, удерживающий в зависимости.

Если всё время раньше я проводил с людьми, которые тоже делали ставки, то сознательно избавившись от такого окружения, я уже сделал большой шаг в положительном направлении. Старое окружение было как мощная накаченная мышца. Но мы должны сознательно от него избавиться, если искренне желаем справиться с проблемой. Это может быть трудно, очень трудно. Но для того и нужны приоритеты в жизни, чтобы понять, что важнее. Если старое окружение – это самое важное в жизни, то нужно смириться с тем, что пойдёшь ко дну вместе с окружением. Если же спасение важнее солидарности с примитивом, то срочно необходимо делать выбор и отказываться от удерживающих «в грязи» факторов.

Однако, избавление от чего-то - это лишь часть дела. Нужно чем-то обязательно заполнить освободившееся место. Если избавляешься от негативно влияющего окружения, то нужно создать окружение, которое будет влиять положительно. Иначе на том месте, где прополол сорняки и ничего не посадил, через какое-то время снова вырастут сорняки.

Избавляясь от того окружения, которое нас держит в негативной зависимости, мы делаем ещё одно очень важное дело – становимся ответственными. Ведь просто взять и порвать со старой жизнью, со старыми знакомыми не очень-то и просто. Для этого нужно быть ответственным человеком. Я хочу мотивировать людей на то, чтобы они становились ответственными лидерами по жизни.

Моя убеждённость состоит вот в чём. Любая негативная зависимость – это нечто вроде испытания. Человеку даётся в жизни проблема. И у него лишь два пути: погрязнуть в этой проблеме и сломаться, либо пройти испытание и стать сильным и уверенным в себе человеком. Кто-то может сравнить второй путь с перерождением. Иногда встречаются люди, которые как будто начали новую счастливую и успешную жизнь, хотя

ещё некоторое время назад находились на самом дне жизни. Так вот, тот оказался на дне должен понимать, что он особенный. Если ему выпало такое испытание то только для того, чтобы закалить его характер и сделать лидером в жизни. В ином случае, падение и смерть - по крайней мере, моральная. А часто и физическая.

Нет человека вызывающего большее восхищение, чем тот, кто преодолел жизненные трудности и поднялся - несмотря ни на что. Если сейчас у вас всё плохо, вы не можете справиться с проблемами в жизни, люди от вас отвернулись, то это явный сигнал к тому, чтобы всё осознать, обдумать и начать действовать в правильном направлении. И начать можно с самого лёгкого. О расстановке приоритетов и постановке целей я уже писал в начале книги. Надеюсь, это задание было успешно проделано и получен положительный эффект.

Воображение как волшебный инструмент

Сейчас же я хочу написать о том, какое влияние оказывает на нашу жизнь воображение. Именно наше воображение способно открыть любые хорошие двери в жизни, и закрыть нехорошие.

Нет другого существа на земле, которое бы обладало воображением. Только человек наделён этой способностью - воображать. Каждый из нас умеет это делать. Это абсолютно обыденно для всех. Мы постоянно используем этот дар. Но лишь немногие понимают, что же это на самом деле за сила, скрывающаяся в человеке.

Воображение – это и есть то начало, из которого всё возникло и продолжает возникать. Люди придумали красивые легенды о том, как Бог сотворил землю, как он день за днём добавлял всё новые и новые «краски» в мир. И эта красивая легенда возникла тоже исключительно из воображения человека. Было ли так на самом деле, создавал ли Бог землю день за днём, есть ли вообще Бог? Эти вопросы всегда будут без точного ответа. Можно лишь предполагать. Это лежит в плоскости вероятного, но не обязательного. А вот воображение человека – это то, что абсолютно точно существует.

Человек никогда не сделал бы ничего без использования воображения. Древние люди, прежде чем добыть пищу, воображали, как они охотятся; планировали свои действия, чтобы добыть пропитание.

Планы человека – это и есть самое прямое следствие воображения. Любой план всегда возникает после того, как воображение создаёт внутри себя картину. План – это и есть зафиксированный результат воображения. Вот почему многие люди уверены, что без планов нельзя добиться в жизни успехов. Это лишь отчасти верно. Можно добиться всего чего угодно и без планов. Добиться можно абсолютно всего, что способно создать

воображение. Планы – это лишь промежуточный этап между созданным воображением и его реализацией в действительности. Точно так же как и цели. Есть люди, которые способны удерживать свои цели в голове, и им совершенно не нужно записывать их на бумаге. Однако гораздо эффективнее всё-таки записывать свои цели и планы, чтобы создать промежуточное звено между мыслью, возникшей в воображении и её реализацией в действительности. И здесь как раз и кроется очень простой, но крайне эффективный секрет успешных людей. Ведь, по сути, успех – это всего лишь способность реализовывать в жизни те «картины», которые возникают в воображении человека. Если, конечно, эти картины об успехе, а не о провале.

Нет практически никаких внешних различий между людьми. У всех одинаковый набор рук, ног, глаз, внутренних органов и так далее. Исключения крайне редки. Однако результаты, достигаемые в жизни, у людей совершенно различны, а зачастую противоположны. Нет смысла говорить о том, что причины кроются на внутреннем, неосознаваемом уровне человека. Ведь способности людей очень сильно различаются. Важно понять, почему так происходит.

Я в очередной раз возвращаюсь к началу начал – к закону причинно-следственной связи. Нужно просто принять как факт - у всего в нашем мире есть причины. Это действительно крайне важно понимать, потому что тогда из головы уходят многие вредные иллюзии. Абсолютно всё, что есть в мире – это ни что иное как следствие, у которого абсолютно точно есть причины. Человек же для облегчения своего понимания придумал такие глупости как случайности. Ведь очень легко повесить ярлык «случайность» на то, что не можешь обосновать с помощью своего ума.

Но, во-первых, ум и не предназначен для того, чтобы всё знать и понимать. А во-вторых, один отдельный человек и не способен увидеть всю картину мира в целом со всеми деталями. Мы видим, что кто-то добивается успеха, и просто говорим: «Да ему повезло». Нет надобности искать причины успеха этого человека. Ведь «диагноз» в нашей голове уже поставлен. «А вот мне не повезло», - думает такой человек. Чего же ещё нужно? Всё расставлено по своим местам в воображении такого человека.

Поэтому я и говорю о том, что крайне важно принять простую истину - нет везения и невезения, нет случайностей. Природа не настолько примитивна, чтобы быть созданной с элементами случайностей. Везде есть чёткие законы. Я имею в виду природные законы. И в отличие от людских законов, природные не допускают исключений. А самый первый и основной закон природы – закон причины и следствия. Он очень прост и на него всегда можно безоговорочно полагаться. У любого следствия есть причина. И любая причина вызовет следствие.

Люди привыкли жить, не обращая внимания на этот закон. Но от того действие этого закона не прекращается. Законы природы стоят над людьми. И очень невыгодно игнорировать их.

Есть ли закономерность в том, что большинство богатых людей считают причиной своего богатства собственные усилия, стремления, труд? Редко когда богатый человек всерьёз будет говорить, что он стал богатым случайно. Однако бедные практически всегда обосновывают свою бедность случайностью, невезением. Они сетуют на то, что им не был предоставлен шанс. Всегда им кажется, что этот шанс должен предоставить кто-то другой. Бедный человек даже мысли не допускает, что шанс всегда можно предоставить самому себе. Закон причины и следствия. Богатые и успешные создают одни причины, а бедные и несчастные – совершенно другие. Богатые везде видят возможности для развития, роста. Бедные концентрируются на причинах своих неудач, по большей части пребывая в размышлениях об упущенных (или вообще не представившихся) возможностях.

Есть прекрасное четверостишие Эдуарда Асадова:

В любых делах при максимуме сложностей

Подход к проблеме все-таки один:

Желанье — это множество возможностей,

А нежеланье — множество причин...

И нет надобности заботиться и переживать о следствии. Оно всегда будет в точности таким, каким и должно быть, исходя из причин. В природе всё просто. Если идёт дождь, то будут лужи. Природа не заботится о том, как создать лужи. Человек же пытается раз за разом получить что-то, не создав причин. И искренне удивляется, когда этого не получает.

И весь секрет заключается в понимании простых вещей. В самом человеке возникают причины всего того, что происходит в реальности. Это и является самым главным секретом в жизни. Именно поэтому столько несчастий и неудач постигает большинство людей на земле. Ведь такие люди создают просто не те причины, которые приведут к успеху, удовольствию, наслаждению.

Разве удивительно, что человека привлекают новости о катастрофах, бедах, неудачах, преступлениях и прочем негативе? Нет. Это закономерно. В своей голове такой человек всегда крутит картины неуспеха. Он несчастен в жизни, у него плохая работа, плохие родственники, всегда плохое настроение, он всем недоволен, все во всём виноваты. Ну так и новости его лишь такие привлекают. И на самом деле не так уж и важно, что является причиной, а что следствием. То ли жизнь дерьмо, потому что думают такие люди всегда о плохом, впускают в свою жизнь негатив. То ли потому, что впускают всё это в себя, и жизнь становится ужасной. Это ведь замкнутый круг. Причины плавно перетекают в следствия, и наоборот.

Но ведь не так уж и сложно разорвать этот круг. Именно поэтому я начал эту главу с того, что определил как самое важное в человеке его способность воображать. Воображение – вот ключ к тому, чтобы всё резко изменить к лучшему. Никто не может запретить человеку воображать то, что ему вздумается. В природе нет понятий «плохое» или «хорошее». Всё, что есть в мире – оно просто есть. Оно нейтрально. И лишь человек придаёт всем событиям и явлениям оценку.

Ну так и замечательно. Раз у человека есть возможность оценивать, то он способен создавать хорошие по его мнению причины, а плохие не создавать. Всё ведь так просто. Источником всего в нашей жизни является воображение. Можно сказать, что мысль первоисточник. И это, возможно, правильно. Но сама по себе мысль это ведь тоже часть воображения. Откуда берутся мысли? Из воображения, из интерпретаций тех или иных событий, убеждений, знаний и тд. Известно, что у человека в день возникает огромное количество мыслей: тысячи, десятки тысяч. Мысли сменяют друг друга с огромной скоростью. Конечно же большинство мыслей не имеют никакого влияния и улетают из головы, не оставив никакого следа. Но мысль, которая «задерживается» там, становится причиной. Такая мысль с помощью воображения становится тем фундаментом, на котором «вырастет» что-то реальное.

Именно это и является первопричиной всего в жизни людей – **задержавшаяся в голове мысль и включившая воображение**. И когда говорят, что мысли материальны, это не совсем верно. Иначе бы на земле творился полнейший хаос. Если бы каждая мысль реализовывалась, то жизни уже давно бы не было. Материально то, что заставляет включаться другие силы. И в этом смысле некоторые мысли действительно являются реальной силой, так как включают воображение человека. И дальше уже выстраивается целая цепочка из планов, целей, действий. В конце концов, происходит реализация задуманного в реальной жизни.

Именно поэтому нужно очень тщательно отбирать свои мысли и не допускать те из них, которые могут принести вред. Это вопрос привычки и концентрации.

Привычки – это то, что человек способен изменить за очень короткое время. И для этого нужна концентрация. Любую привычку можно изменить за несколько недель. Нет в этом сложностей, кроме приложения упорства. Человек сам себе выстраивает в голове эти сложности. Сомнения, неуверенность, страх – это те атрибуты, которые мешают избавиться от вредных привычек и заменить их полезными. А в этом и состоит основной смысл. Чтобы легко от чего-то избавиться, нужно просто это чем-то заменить. Избавиться от плохой привычки и оставить пустоту невозможно. Привычка будет вновь и вновь возникать на этом пустом месте. Нужно обязательно заменить плохую привычку хорошей. Только таким способом можно избавиться от негативных привычек. Это очень просто для понимания.

Если человек имеет привычку поздно вставать после сна, то избавиться от неё довольно легко. Невозможно избавиться от привычки вставать поздно, не заменив её привычкой вставать рано. Пустота не может образоваться на месте привычки. Всегда её

нужно заменять другой. И не нужно борьбы. Чтобы научиться легко просыпаться рано, нужно всего лишь несколько дней прилагать усилия для этого. Ещё проще будет, если приложить некоторые усилия к тому, чтобы и засыпать раньше. И через довольно короткий промежуток времени привычка вставать рано вытеснит привычку вставать поздно. Но нужно быть бдительным. Привычки имеют свойство время от времени напоминать о себе. Так что нужно осознанно напоминать себе о том, что вы сильнее своей привычки, вы её хозяин, а не наоборот. И именно вы решаете, быть или не быть той или иной привычке в вашей жизни.

Если человек курит и хочет от этого избавиться, не нужно бороться с собой. Это приведёт к ещё худшим последствиям. Но есть очень простой способ: найти замену. А если ещё найти замену «2 в 1», то результат будет просто прекрасным. К примеру, курение можно заменить отжиманиями от пола. Да, это вроде бы очень просто и даже смешно. Но это самый эффективный способ. И как раз его можно отнести к категории «2 в 1». И привычка уйдёт, и польза от другой привычки будет огромная. Каждый раз, когда возникнет желание выкурить сигарету, достаточно себе напомнить, что вместо этого нужно отжаться, к примеру, 20 раз. Не нужно долгих лет борьбы и истязаний себя. Первые дни будет сложно. Но должно быть понимание, что это всего лишь несколько дней. Нужно чётко знать, что в течение трёх месяцев любая привычка полностью искореняется, если каждый день её заменять другой привычкой. Зачастую результат приходит гораздо раньше трёх месяцев. Единственное условие – нельзя оставлять пустоту. Привычка всегда возвращается в пустоту.

Нет ничего невозможного. Но всё должно переходить в действие. Именно так и происходят изменения. Всё зарождается в голове, но реализуется в действии. Именно потому воображение человека должно развиваться. Неразвитое воображение вряд ли будет побуждать к действию. А действия всегда развивают и воображение, то есть дают обратную связь. Когда вновь и вновь находишь подтверждения, что эти механизмы работают, то хочется ими пользоваться вновь и вновь. Это естественная потребность людей – что-то создавать. И нет необходимости искать условия вне самого себя. Их нужно создать внутри, в своём воображении. Вот и всё.

Воображение – это то, что может изменить жизнь любого человека в любой момент. С помощью воображения можно запускать в действие механизмы природы, которые приведут к самым невероятным результатам.

Мне моё воображение помогло самым прямым образом, когда я не знал, как избавиться от игровой зависимости.

Я уже очень давно знал о том, что существует такой интересный способ реализации желаний как визуализация. Я решил, почему бы не попробовать с помощью визуализации вытеснить мою проблему.

Я стал каждый день представлять, как я иду по дороге в букмекерскую контору. Но я заранее решил, что буду проходить мимо конторы, наблюдая за теми людьми, которые

там находятся. В мыслях в этот момент у меня крутилось только то, что я сам когда-то был там и выглядел так же примитивно и жалко, как они со стороны сейчас. Моя визуализация всегда была направлена на то, что я проходил **мимо** букмекерской конторы и удалялся от неё. Постепенно моё подсознание начинало реагировать, и в реальной жизни у меня всё сильнее стало нарастать отвращение к ставкам и к букмекерским конторам. Меня уже не тянуло туда, а наоборот отталкивало.

Довольно эффективный способ для тех людей, у кого хорошо развито воображение. С помощью этого способа можно избавляться от любой негативной зависимости. Достаточно создать в своей голове нечто похожее на короткий фильм, в котором вы сознательно отдаляетесь от предмета или причины зависимости. Людям, зависимым от алкоголя, например, можно создать такую визуализацию, в которой они как бы со стороны наблюдают за застольем, где все чертовски пьяны и похожи на отвратительных животных. Такая картина должна вызывать истинное отвращение. Крутить её в голове нужно регулярно. Картина каждый раз должна повторяться и вызывать всё больше эмоций. Вскоре такой самогипноз даст очень серьёзный эффект.

Развращение человека желанием получить что-то ни за что

Я благодарен тем годам, в течение которых я безуспешно пытался **ВЫИГРЫВАТЬ** деньги, а не зарабатывать. Моё мышление поменялось. Благодаря моему огромному опыту я не просто узнал и осознал причины постоянных неудач в попытках выиграть, но и понял, что желание что-то получить нахаляву очень опасно для самого желающего.

В 2009 году в России на государственном уровне были запрещены все казино и игровые автоматы. На это отводились 4 игорные зоны, как допустим в США, где организация игр разрешена лишь в строго отведённых территориях.

Букмекерские конторы формально запрещены не были, но государство установило такие жёсткие условия лицензирования, что абсолютное большинство букмекеров не были способны их выполнить и продолжить легально работать. Поэтому в 2009 году букмекерские были вынуждены либо закрываться, либо работать нелегально.

Помню, как тогда я рассуждал. Меня возмущало, что глупые чиновники, законодатели берут на себя слишком много, решая за самих людей вопросы азартных игр. Мне казалось, что каждый человек вправе сам заниматься, чем ему захочется, если это не ущемляет прав других людей.

Позже букмекерские конторы постепенно стали получать лицензии и открываться вновь по всей стране. Но казино и игровые автоматы так и остались под запретом, и имеют возможность работать сейчас лишь нелегально за пределами игорных зон.

Мне всё равно, чем руководствовались законодатели, принимая решение фактически о запрете организации азартных игр. Не думаю, что в первую очередь заботой о населении. Но положительный эффект однозначно есть.

С тех пор прошло 6 лет. Моё мышление кардинально изменилось за это время. Сегодня я понимаю, что для очень большого числа людей то решение государства стало реальным спасением. Я знаю многих людей, которые из-за запрета на государственном уровне перестали играть в азартные игры. Ни один из этих людей не стал жить хуже. У меня перед глазами яркие примеры того, как поменялась жизнь десятков и сотен моих знакомых только лишь из-за того, что они перестали пытаться ВЫИГРАТЬ деньги.

Я продолжил это делать. Естественно, сильно деградировал с тех пор. Но в итоге поменял своё мышление. То, что напишу дальше, относится не только к зависимым от азартных игр людям. Это относится абсолютно ко всем, у кого есть хоть малейшее желание получить что-то ни за что.

Сейчас 2015 год. В стране запрещены казино, игровые автоматы. Вроде бы хорошо. Нет, это на самом деле очень хорошо. Всё-таки тот, кто сильно желает поигрывать в казино, всё равно найдёт возможность, несмотря на все запреты.

Но вот что плохо. Практически никто не понимает того, что в стране продолжают действовать абсолютно легально букмекерские конторы и различные лотереи. Хотя в век интернета любые проблемы становятся глобальными, а не внутригосударственными. И это гораздо вреднее для людей. Практически никто не понимает глубинных опасностей участия в различного рода лотереях и ставках на спорт. Я даже не буду разделять эти два вида игр. Суть у них одна.

Я снова и снова возвращаюсь к главному закону природы – закону причины и следствия. Я снова и снова не устану повторять простую истину. В жизни всё имеет свою причину. Чтобы жизнь была счастливой и успешной, нужно создавать соответствующие причины для этого.

Для того чтобы у человека появлялись деньги или какие-то материальные ценности, он должен создавать для этого причины – приносить пользу.

С детства многие родители, скорее всего, неосознанно, дают ребёнку конфету в обмен, например, на стишок. Если давать ребёнку всё, что он захочет **просто так**, то у маленького человечка будет всё сильнее укореняться уверенность, что можно получить **что-то ни за что**. Такие дети становятся капризными и развращёнными. Им начинает казаться, что получать что-то, не отдав ничего взамен, – это нормально. Но это не нормально!

Мы все знаем, что в спорте невозможно добиться какого-то звания, не приложив к этому усилий. Мы прекрасно понимаем, что разряды и звания кандидатов в мастера спорта и мастеров спорта просто так не раздают. Их добиваются своим собственным трудом. Если бы существовала система, в которой можно было бы стать мастером спорта, абсолютно не приложив ни капли усилий к достижению этого звания, то весь смысл самого звания бы терялся.

Почему-то абсолютное большинство людей уверены, что они могут получить деньги ни за что. Я сам очень долгое время так мыслил. Но в этом случае смысл самих денег теряется точно так же, как звания в спорте. Кто-то прилагает усилия, чтобы добиться денег, кто-то хочет их получить просто так. Лотерея – это механизм развращения людей, так же как и казино, букмекерские конторы и игровые автоматы. Почему государство запретило казино и не запретило различного рода лотереи – мне не понятно.

Проблема не в том, что выиграть деньги невозможно. Возможно, но в этом случае человек сам себе наносит колоссальнейший вред. Деньги, каким-то образом, оказавшиеся в руках человека не в результате его заслуг, а просто так, принесут огромный вред их обладателю.

Проверено тысячи раз. Тысячи историй людей, выигравших большие деньги в лотерею, доказывают, что их жизнь не становилась лучше и счастливее после выигрышей. Как раз наоборот, большинство историй доказывают, что деньги, доставшиеся незаслуженно становились величайшим проклятием в руках обладателя. Таковы законы природы, которые мы постоянно игнорируем. Не создав причины, невозможно получить следствие. Вернее получить можно, но оно окажется совсем не тем следствием, на которое рассчитывал человек.

Вообще абсолютное большинство людей имеют удивительное мышление. Особенно это выражено в нашей стране – в России. Желание получить всё, сразу и просто так укореняется в подсознание с самых ранних лет жизни. Даже многие сказки основаны на этом желании. Многим ведь хочется быть Емелями, лежащими на печи и получающими всё, не слезая с неё.

Люди снова и снова пытаются обмануть природные законы. У некоторых с опытом прожитых лет появляется понимание, что законы незыблемы. Я говорю про законы природы, а не те, которые люди придумывают для себя и для общества. Очень часто, кстати, государственные законы целиком противоречат законам жизненным, природным, вселенским, божественным. Но это другая тема.

Почему многие стремятся всё-таки получить деньги просто так, незаслуженно? Потому что не понимают законов природы. Но это полбеда. Даже если человек и понимает, как устроен мир, он всё равно где-то глубоко внутри себя надеется, что уж он сам-то точно исключение и может перехитрить саму жизнь. Увы, не может. Это величайшая иллюзия человечества.

Всем кажется, что они уникальны, что они лучше других. Отчасти неплохо иметь такую уверенность. Если человек убеждён, что он лучший, то это хорошо. Но при этом надо понимать, что всё равно мы живём в мире, где существуют правила. И эти правила были придуманы до того, как человечество появилось на земле. Эти правила всегда были и остаются выше самих «игроков».

В играх присутствуют судьи, которые призваны следить за соблюдением правил. Абсолютно нет никакой разницы, знает играющий правила или нет. Судья должен следить, чтобы все играли по правилам. Если играющий в футбол вдруг по незнанию начнёт хватать мяч руками и пытаться его таким способом забросить в ворота, то судья в любом случае обязан предотвратить это. В этом смысл. Судья обязан предотвращать любые нарушения в игре.

В жизни тоже есть чёткие и незыблемые правила. Вот только нет ярко выраженного судьи. Людям кажется, что можно нарушать правила мироздания, потому что никто напрямую их не накажет за это. Однако, жизнь такая игра, в которой судья невидим. Он не выписывает за нарушения жёлтые и красные карточки. Но от того наказание не становится неизбежным. Мышление многих людей настроено на то, что за ними нужно следить, тогда всё соблюдается. Как только человек ощущает, что ему дана свобода действовать без контроля со стороны, он начинает мухлевать в игре. Но отсутствие контроля – это иллюзия. Мы, люди, сами и есть себе судьи. Есть такое понятие как совесть. Это и есть главный судья человека, который раздаёт наказания или выписывает поощрения. Никто не способен наказать человека за что бы то ни было, кроме него самого.

Это очень интересная тема. Я чувствую, что человечество когда-нибудь доживёт до массового осознания простой истины: мы сами всё создаём в своей жизни, сами всё рушим, сами наказываем и поощряем себя.

Людям очень удобно жить с верой в то, что существует некий Бог, который наказывает и прощает, поощряет и отбирает. Эта иллюзия – самая сильная из всех укоренившихся в умах людей. Мало кто допускает мысль, что Бог – это и есть сама жизнь. Бог – это и есть сам человек. Нет никаких грехов, нет никаких преступлений, нет никаких наказаний, существующих отдельно от человека. Нет ничего, кроме того, что есть в голове каждого отдельно взятого человека. И в этом смысле именно человеческая совесть есть главный критерий разделения на «плохое» и «хорошее».

Человеку дана полная свобода - изначально, от рождения. Даны все инструменты, чтобы сделать свою жизнь либо раем, либо адом. Да и сами рай и ад – это лишь интерпретация человеческим умом одного и того же. Каждым из нас одно и то же действие, одно и то же событие может быть интерпретировано абсолютно противоположно.

В нас во всех изначально заложены одни и те же знания правил. Мы все знаем глубоко-глубоко внутри, как должно быть. Но пока человек на том уровне развития, когда

он пытается опровергнуть незыблемое. Мы пытаемся обмануть сами себя, хотя понимаем, что обманывать неправильно.

Я многие годы обманывал очень многих людей. Это стало моей привычкой. Это колоссальный груз для человека. Люди сами для себя придумывают всякий бред типа «лжи во благо». Любая ложь вредна. Абсолютно любая. И вредит она, прежде всего самому обманываемому. Человеческий мозг не способен одновременно думать о хорошем и плохом. Либо то, либо другое. То, что ложь это плохо, знают все, абсолютно все. Пытаясь обмануть, человек наносит самому себе колоссальный вред, так как вводит свой мозг в полнейшее заблуждение.

Каким-то образом тот человек, которого мы пытаемся обмануть, уже заранее знает, что его обманут. Возможно, это парадоксальная мысль, но я уверен, что именно так устроен человеческий мозг. Не только с помощью слов или жестов устанавливается связь между двумя или несколькими людьми. Существует связь невидимая, неосознаваемая. На уровне подсознания, на уровне чувств мы часто можем уловить какие-то сигналы, которые не можем объяснить рационально. Чем ближе связь между людьми в реальной жизни, тем сильнее эта же связь на подсознательном уровне.

Когда у меня случается что-то нехорошее в жизни, каким-то образом моя мама это чувствует. Я это не могу объяснить чем-то рациональным, но факт остаётся фактом. Когда случается что-то действительно нехорошее, мама мне звонит практически в ту же минуту. И это несмотря на то, что она живёт от меня за тысячи километров, в другой стране. И я точно знаю, что очень многие матери получают внутренние сигналы как будто из ниоткуда, как будто абсолютно без причины, когда с их детьми случается какая-то беда.

Это пример очень сильной неосознаваемой связи между людьми. Как это объяснить? Только наличием каких-то необъяснимых связей, возникающих между людьми на тонком уровне. Я уверен, что все люди связаны между собой. Абсолютно все люди в мире имеют между собой какую-то невидимую связь. В одних случаях эта связь очень слаба, в других чрезвычайно сильна. И всё зависит от интереса. Мы можем становиться ближе с теми людьми, которые нам искренне интересны. Проблема в том, что мало кто верит в это. Практически все люди живут лишь внешним миром.

Каждую секунду мы получаем подтверждение, что существует некий слой мира, отличающийся от видимого. И главное подтверждение этого – наши мысли. Они ведь абсолютно реальны, но мы не можем объяснить, что же это такое на самом деле. Человеку, который верит лишь в то, что существует только внешний видимый мир, довольно сложно объяснить откуда берутся в голове мысли. Впрочем, сейчас я веду лишь к тому, что существует неосознаваемый мир, и он не менее реален, чем то, что мы видим своими глазами.

А начал я эту главу с того, что в нашем мире есть правила. И все мы «играем» по этим самым правилам. Так вот, важно понимать, что деньги в нашей жизни это нечто

вроде мяча в футболе. Те, кто увлекается футболом, сейчас должны меня хорошо понять, так как я проведу параллели именно с этой игрой.

Мы не можем забить гол, нарушив правила игры. Но забить гол – это значит использовать деньги, тратить их, вкладывать. Однако ещё до этого мы должны получить мяч (в жизни – деньги). В игре вы получите пас, если «откроетесь» и окажетесь в выгодной позиции. В жизни точно так же. Но если пытаться отобрать мяч с нарушением правил, то последует свисток судьи. Разве в жизни вы не замечаете этих «свистков»? Я их очень хорошо слышу. Существует маленькая проблема. Человек в жизни постоянно попадает под влияние иллюзии отсутствия «свистка судьи», так как возникает короткий промежуток времени между «нарушением правил» и «завладением мячом» не по правилам. И именно этот промежуток раз за разом вводит человека в заблуждение, что он стал хозяином денег, даже получив их «с нарушением правил». Именно этот короткий промежуток раз за разом давал мне надежду, что я поймал «Бога за бороду», делая ставки.

Тысячи раз я сталкивался с одной и той же ситуацией. Кладёшь деньги на счёт в букмекерской конторе. Начинаешь играть. В первые несколько часов или даже в первые сутки выигрыши так и прут. Возникает чувство уверенности в том, что так будет и дальше, и вообще всегда. Но вдруг наступает момент, когда всё начинает идти наперекосяк. Обычно, на второй день. Каким-то образом мир сам даёт возможность понять, что ты снова «нарушаешь правила», опять пытаешься получить что-то за просто так. В данном случае этим «что-то» и являются деньги. Поэтому следует наказание за «нарушение правил». Величина этого промежутка между самым нарушением и наказанием за него может быть разной, но оно в любом случае неизбежно. И в жизни всегда работает этот закон. Всегда существует короткий промежуток, в течение которого жизнь даёт возможность исправить «нарушение». Всё как в спорте. Если футболист нарушил правила, но мяч остался у команды соперника, то свистка не последует и нарушивший правила может избежать наказания. Поэтому часто футбольный судья не даёт свисток сразу в момент нарушения, а ждёт развития ситуации, смотрит, к какой команде попадёт мяч после нарушения. Жизнь тоже «смотрит». И если становится ясно, что человек не собирается расставаться с «мячом», отобранным с нарушением правил, то неизбежно звучит «свисток судьи».

Ладно, хватит аллегорий. Я ведь на самом деле хотел лишь показать, что нельзя пытаться выиграть деньги. В любом виде, в любой форме жажда выиграть, а не получить заслуженно ведёт к негативным последствиям. Выражение этих последствий может быть самым разнообразным, но точно неизбежным.

Вспомнил ещё одну историю примерно 10-летней давности. В самом начале книги я рассказывал про человека, который стрелял в себя из ружья. Так вот примерно за пару лет до этого с ним произошёл ещё один интересный случай.

В одном из казино Челябинска проводился розыгрыш новенького автомобиля БМВ. Для того чтобы участвовать в этом розыгрыше необходимо было собирать на протяжении

полугода билеты, которые давались за игру в казино. Чем больше активность и суммы ставок в казино, тем больше билетов получал игрок. А соответственно, тем выше становилась вероятность выигрыша автомобиля. И вот этот самый фартовый товарищ насобирав кучу билетов, по которым разыгрывался автомобиль. Выиграл он эту самую БМВ, поехал ставить её на учёт, и даже не доехав до ГАИ, попал в аварию. От машины мало что осталось, хотя он вышел из того ДТП без каких-либо повреждений.

Для кого-то всё это может выглядеть как случайность, невезение, злой рок. Для меня же очевидно, что это сама жизнь просто подтвердила незыблемость своих законов. Невозможно получить что-то ни за что. И то, что со стороны выглядит как какая-то несправедливость или невезение, на самом деле самое справедливое следствие, которое возникает в соответствии с вызвавшими его причинами.

Самое интересное, что скрытым наказанием человека, желающего выиграть деньги, становится его внутреннее развращение. Раз за разом оно становится всё более ощутимым. Развращённый желанием получить что-то просто так потом уже с гораздо большим трудом способен выполнять действительно что-то полезное. На самом деле становится очень сложно приступить к какому-то делу. Как будто вся энергия куда-то пропадает. Наступает апатия. И должно пройти какое-то время, прежде чем появляется способность что-то делать и ясно мыслить.

В жизни очень выгодно жить по правилам. Но сначала их нужно понять и осознать. И никогда не нужно путать законы, придуманные самими людьми с законами Природы, Вселенной, Бога (как угодно их можно называть). Людские законы очень часто прямо противоречат законам, создавшим самого человека. И это является одной из самых больших проблем человечества.

Что-то не так.

Когда я задумывал эту книгу и даже когда начал её писать, то моя цель была рассказать о своей жизни, о своей зависимости от спортивных ставок, о том, как я от неё избавился. Я хотел рассказать о том, что происходило в моей голове, какие знания я получил за тот длительный период жизни, который и стал основой этой книги. Но в процессе создания, строка за строкой, моей книги я начал осознавать, что моя проблема отнюдь не уникальна. Оказывается в мире все люди страдают от того, что у них есть та или иная зависимость. Ведь игровая, алкогольная, наркотическая, никотиновая – это, если так можно сказать, очевидно негативные зависимости. Они осуждаются обществом, и они

однозначно разрушают самого человека, его личность, его жизнь. Эти зависимости отравляют жизни и тех людей, которые находятся рядом с зависимым.

Но сейчас я хочу поделиться своими рассуждениями о том, что осознал уже по ходу написания книги.

На самом деле каждый человек страдает той или иной зависимостью. Да что там зависимостью – все люди имеют огромный букет этих самых зависимостей. Мы зависим от еды, от предметов одежды, от предметов роскоши, от мнения окружающих. Мы зависим от других людей, от их отношения к нам. И ещё много-много разного рода зависимостей преследуют человека на протяжении его жизни. Мы должны понимать, что использовать вещи – это хорошо и правильно, зависеть от них - неправильно. Кушать пищу – это естественная потребность человека. Быть не в состоянии контролировать наполнение своего живота – это зависимость. И так далее.

Постепенно ко мне приходит убеждение, что масштаб темы, которую я изначально поднял, гораздо больше, чем мне казалось поначалу. Я долго изучал то, что многие люди называют причинами. Я искал закономерности в поведении зависимых людей. Мне интересно докопаться до самого дна, до самой глубины проблемы.

Как часто и бывает в жизни, ищешь ответ где-то далеко, где-то глубоко. Кажется, что причина должна быть так же велика, как и сама проблема, созданная ей. И поиски чего-то огромного, сложного, запутанного часто и мешают понять истину, которая лежит на поверхности.

Я ни в коем случае не опровергаю всё то, что написал до этого. Да я рассуждал, исключительно опираясь на свои знания, на знания других людей, на свой опыт. Я писал об интуиции, о подсознании, о мыслях и воображении, но только по ходу написания самой книги мне действительно открылось нечто очень простое, не основанное на опыте или логике.

Каждый человек имеет определённое количество каких-то зависимостей. Любая зависимость – это плохо, потому что противоречит самой сущности человека. И главная мысль всей книги – самая простая. Она пришла уже тогда, когда книга была по большей части написана.

ВСЕ ЗАВИСИМОСТИ ИСХОДЯТ ИЗ САМОГО ЧЕЛОВЕКА ЛИШЬ ПОТОМУ, ЧТО САМ ЧЕЛОВЕК УБЕЖДЕН, БУДТО С НИМ ЧТО-ТО НЕ ТАК.

И это самое «со мной что-то не так» создаёт безграничное количество проблем для человека.

А это убеждение всегда навязано и абсолютно не имеет ничего общего с реальностью.

Как же всё просто на самом деле. Я всегда исхожу из убеждения, что человек рождается идеальным. Внутри человека уже всё есть от рождения, изначально всё в

идеальном виде. Ни один новорождённый не имеет чего-то негативного в себе. Маленький ребёнок всегда абсолютно счастлив и абсолютно искренен. Это же очевидно, и с этим невозможно поспорить.

Маленький человечек всегда любит искренне. А если не любит, то тоже искренне. Он не умеет обманывать, и вообще не знает, что значит обманывать. Когда он хочет есть, то даёт это сразу понять. Он не рассуждает о том, что хорошо, а что плохо.

Даже когда ребёнок уже начинает подрастать, он ещё долгое время не понимает многих взрослых лживых убеждений. Ребёнок хочет поиграть с мамой или папой, и прямо об этом говорит. Ему непонятно, почему родители не могут с ним поиграть в данный момент. Ведь он этого искренне хочет. Он просто хочет реализовать своё искреннее желание. И ему всё равно, что будет через час или, что было вчера. Ребёнок живёт настоящим!

Есть три способа жить. Настоящим, прошлым или будущим. Можно сказать, что в настоящем времени, в текущем моменте способны жить лишь очень маленькие дети. Дальше жизнь человека уже становится похожа на механическое существование. Человек живёт либо прошлым, либо будущим.

У людей всегда есть потребность испытывать эмоции. И поэтому очень многие живут исключительно в прошлом. Когда-то в жизни такие люди испытывали приятные чувства, у них пробуждались приятные эмоции. Желание испытывать эти эмоции снова возвращает человека в своём воображении в прошлое. Но это просто самообман. Мы же понимаем, что прошлого нет, оно уже мертво. Люди, живущие прошлым, абсолютно несчастны. Они обманывают себя воспоминаниями и при этом упускают самое главное – текущий момент. Жизнь проходит зря. Жизнь – это всегда развитие. Жизнь – это всегда процесс улучшения. Мы видим, что мир становится всё лучше и лучше. Всё вокруг развивается. Человек по своей сути создан так, чтобы становится всё счастливее и счастливее, всё успешнее и успешнее с каждым днём. Но живя прошлым, многие люди наоборот всё сильнее отдаляются от счастья. Они сами того не осознавая загоняют себя в пропасть, в яму.

Другая противоположность – люди, живущие будущим. К таким я бы отнёс себя прежнего, неосознанного. Такой человек всегда откладывает жизнь «на потом». Ему кажется, что ещё не пришло его время, что ещё нужно немного подождать и станет лучше. Нужно ещё немного поучиться, потренироваться, подготовиться и тогда уже начать действовать. Такие люди строят бесконечные планы и живут в них. Весь мир для них иллюзия, которая должна будет когда-то реализоваться. Всю радость, всё наслаждение они откладывают «на потом», потому что сейчас ещё надо потрудиться, потерпеть, пострадать. А вот потом наступит наслаждение, потом придёт награда за все нынешние страдания. Такие люди живут чужой жизнью, работают на не любимой, но перспективной (как им кажется) работе. Такие люди всегда много размышляют, и на этом всё и заканчивается. Именно про таких анекдот: «Я же вам сказал, приходите завтра, а вы всё сегодня и сегодня приходите!»

Как же близко кажется это самое «завтра». Но оно никак не наступает. Завтра – это самая обидная иллюзия человечества. Сколько планов было построено и не было реализовано. Потому что «завтра» оказалось не таким, как планировалось. «Завтра» всё время убегало.

И люди, живущие будущим, и люди, живущие прошлым очень похожи. Им кажется, что они **живут**, но на самом деле они **спят**. Они **неосознанны**. Их жизнь завершилась в тот самый момент, когда они стали в своей голове жить не настоящим. Очень редко они просыпаются и получают возможность испытать настоящие живые эмоции и чувства. Но тут же засыпают, так как привыкли все время «летать» либо далеко в прошлом, либо в будущем.

Почему же происходит так, что человек перестаёт жить настоящим? И вот тут-то и всплывают все зависимости.

Когда человек рождается, он не зависим ни от чего. Правильнее сказать, в его голове нет никакой осознанной зависимости. Ему нужно всего лишь есть и спать. Всё начинается потом, когда вступает в действие воспитание. Одно из самых больших заблуждений всех людей – уверенность в том, что они должны воспитывать своих детей.

Я не верю в Бога, как в какое-то физическое существо. Не возьмусь утверждать есть Бог, нет ли Бога. Но я верю в некое Начало, из которого приходит в наш мир каждый человек. И это Начало идеально чистое и прекрасное. Каждый новорождённый приходит именно оттуда – из идеально прекрасной чистоты. Все самое лучшее в нём заложено. И с таким «багажом» ребёнок рождается. Возможно, это мало кто поймёт, но я абсолютно убеждён в том, что чем ближе человек к тому Началу, к тому самому Идеалу (то есть чем моложе человек, чем меньше времени прошло от рождения), тем больше чистого, светлого, истинно правильного в нём есть. Именно поэтому я убеждён, что в нашем мире сейчас всё поставлено с ног на голову. Взрослые пытаются воспитывать детей. Это фундаментальное заблуждение. Взрослые сами настолько пропитались всей мерзостью, глупостью, у них огромное количество заблуждений, жизненных ошибок и неудач, что только маленький ребёнок им может дать возможность вспомнить о самом главном. Только ребёнок может воспитать взрослого правильно, потому что он ещё не далеко ушёл от Начала. И это «воспитание» будет без слов и нравоучений. Это воспитание исключительно действиями, своим поведением. В ребёнке ещё сидит то прекрасное, что даётся всем от рождения. Пытаясь внушать ребёнку те, по большей части, ошибочные убеждения, взрослые калечат ребёнка, превращая его в то, чем они сами являются.

Я призываю всех родителей задуматься прежде всего о том, чему они могут **научиться** у маленького ребёнка. Единственный способ, допустимый для воспитания детей, - это собственный пример. Дети очень мало восприимчивы к словам, но они всегда с огромным интересом копируют действия и поведение взрослых. Если папа говорит, что курить не хорошо, но сам при этом не выпускает сигарету из рук, то он мерзавец и лицемер, которому не дано право кого-то воспитывать. Если родители говорят ребёнку,

что нужно дружить с другими детьми, но сами при этом постоянно устраивают дома скандалы – такие родители не достойны быть родителями.

Как же всё это связано с различного рода зависимостями? Самым прямым образом. Все негативные пристрастия берут своё начало из детства. Все родители должны это понять. Именно от их ошибочных мыслей, действий и убеждений впоследствии страдает ребёнок.

Каждый ребёнок – это в какой-то степени копия своих родителей или тех людей, кто оказал на него большее влияние в самые первые годы жизни. Именно всё то «воспитание», которое в абсолютном большинстве случаев калечит мозг ребёнка и забивает его подсознание «шлаком», и является причиной возникновения разного рода комплексов и негативных зависимостей.

Основным является убеждение человека, что с ним **«что-то не так»**. Это чувство сидит практически в каждом человеке. И оно берёт начало именно из раннего детства. Если сейчас начать перечислять те ложные и вредные убеждения, которые осознанно или неосознанно вбиваются в детские головы, то книга получится размером с телевизор. Как только не называют своих детей глупые родители, какие только эпитеты не вешают на бедных ребятишек те, кто сами никакого понятия не имеют о жизни. Вернее имеют понятия, но в большинстве случаев негативные, а потому ошибочные.

В маленьком человечке уже всё есть. Ничего не нужно добавлять или убавлять. Все дети способны искренне любить, все дети не умеют обманывать, все дети чисты и невинны, достаточно лишь взглянуть в глаза любого ребёнка, на котором ещё нет «отпечатков» взрослого воспитания. Но «воспитатели» всеми силами блокируют в детях естественные прекрасные человеческие качества. Ребёнок какое-то время сопротивляется, но как правило сдаётся на милость «победителей».

Все дети непослушны. Это нормально. Даже можно сказать, только это и нормально. Если ребёнок без каких-либо намёков взрослых вдруг с первых месяцев своей жизни становится послушным – это какое-то ужасное отклонение и повод бить тревогу. Но в нашем мире всё перевернуто с ног на голову. Послушный ребёнок – это прекрасно, это повод для гордости.

«Вот посмотрите, какой у нас послушный мальчик растёт, - говорят родители-глупцы своим друзьям или родственникам, - так ведь, сынок?»

«Угу», - кивает воспитанный ребёнок.

Блокировка естественного детского состояния пошла на полную катушку. Мало того, что ребёнок становится послушным, так он ещё и становится убеждённым, что это правильно, и именно так и должно быть в жизни. Потом такие дети становятся очень хорошими и прилежными учениками в школе. Они получают хорошие оценки, их послушание и прилежность хвалят все вокруг. Потом такие дети с чувством, что так и

надо, маршируют в общем строю и делают как дрессированные обезьяны всё, что им скажут.

Альберт Эйнштейн сказал: "Тот, кто довольно марширует под музыку в строю, уже заслужил мое презрение. Мозгом он был наделен по ошибке, ему вполне было бы достаточно и спинного мозга. С этим позором цивилизации должно быть покончено».

Впрочем, в современном обществе это и есть та самая норма, из которой все стараются не выделяться. Хотя не все...

Откуда-то берутся уникамы, которые в детстве не хотели читать стишок перед собравшимися на день рождения или новый год гостями. Откуда-то берутся дети, которые, несмотря на всё «воспитание» умных взрослых, остаются бунтарями, не приемлющими типичный уклад жизни. Откуда-то берутся дети, которых не удаётся сломать в детстве. Им плевать на оценки в школе, их не интересуют идиотские наставления родителей. Таких детей точно нельзя заставить ходить строем. И очень часто родители прямо-таки страдают от того, что не могут справиться с ними.

Но вдруг происходит какое-то чудо. Такой ребёнок вырастает и добивается умопомрачительных успехов. Он живёт богатой и счастливой жизнью, он занимается своими любимыми делами: становится великим композитором, актёром, спортсменом, бизнесменом или кем-то ещё.

Таких примеров немного, потому что это происходит «вопреки», а не «благодаря». Основная масса людей – просто бессмысленная серость, убеждённая, что так и должно быть. Достаточно даже беглого взгляда на биографии знаменитых людей, чтобы понять, что они стали знаменитыми, преодолев очень многие людские заблуждения. Либо, что случается очень редко, их родители понимали и осознавали всё то, о чём я сейчас пишу. И у таких родителей вырастали дети, отличающиеся от всей серой массы неосознанных «прилежных с детства» роботов.

Очень важно понять, что самой главной причиной того, что человек попадает под влияние какой-то негативной зависимости, является угнетение его истинных желаний и потребностей в детстве. Я ни в коем случае не призываю делать из ребёнка капризного человека, все прихоти которого должны тотчас исполняться родителями. Я лишь говорю о том, что воспитание детей не должно быть насаждением той массы заблуждений, которые практически все взрослые «носят» в себе.

Нет никакой пользы в том, чтобы выдрессировать ребёнка начать ходить самостоятельно на горшок раньше, чем остальные дети. Это полнейшая глупость. Все родители гонятся за какими-то рекордами, пытаются что-то успеть раньше других. Какой в этом смысл? Всё, в любом случае, придёт в своё время.

Всевозможных зависимостей, берущих своё начало из детства – огромное множество. Но мне хотелось бы сейчас остановиться на одной из них. Большинство людей

вообще удивятся тому, что я это называю зависимостью. Но это моё очень глубокое убеждение, и я сейчас постараюсь объяснить всю его суть. Зависимость быть «больным» и уверенность в том, что нужно постоянно лечить свой организм.

С раннего детства 99 с лишним процентов родителей уверены, что ребёнка нужно от чего-то лечить. Практически все мамы и папы убеждены, что ребёнок обязательно заболеет, если от него отойдешь, хоть на секунду. Если не закутаешь ребёнка как капусту, выходя на улицу, он обязательно простынет. Каждому ребёнку пытаются «воткнуть» все известные в мире прививки, заранее подозревая, что ребёнок обязательно без них заболеет всеми в мире самыми страшными болезнями.

Я не знаю, как можно повлиять на таких людей. Я прекрасно понимаю, что сейчас нахожусь в абсолютном меньшинстве. Но всё-таки потешу себя и напишу дальнейшее...

Вы тупицы! Все вы, кто думает именно так, как я сейчас написал. Вы круглые болваны, из-за которых мир получает толпы больных нытиков. Вы сами являетесь такими людьми, которые привыкли жить в болезнях, и наносите огромный вред своим детям, проявляя такую безмозглую заботу о них. Хочу вам прямо сказать: ваши дети болеют потому, что вы идиоты. Только идиоты могут быть уверены в том, что вгоняя в человека болезнь (а все прививки – это ни то иное как сама болезнь, но в малых дозах), тем самым его от чего-то уберегают.

Чем больше вы трясётесь над ребёнком, боясь, что он простудится, тем больше вероятность того, что именно так и случится. Но ведь на этом заблуждения людей не заканчиваются. Когда ребёнок заболевает, вот тогда он начинает получать всё, что ему хочется. Пока ребёнок здоров, вы с ним жёстки и неприступны. Но стоит ему только зачихать, как тут же он получает доступ к «морю привилегий». Странно, правда, что ребёнок постепенно убеждается в том, что болеть-то оказывается очень приятно и выгодно.

Но и это не всё. Самый бред только начинается, когда пришла болезнь. Как правило, конечно, это какая-нибудь смешная простуда. Но ведь каждый человек абсолютно убеждён, что он выше и умнее самой Природы, его создавшей. Нам и в голову не может прийти, что можно не лечить болезни, а предоставить организму право **самому** справиться с недугом. Нам нужно, во что бы то ни стало пичкать детский организм всяким дерьмом в виде лекарств и таблеток.

И это ещё не всё! Практически все уверены, что сам организм настолько глуп, что нужно обязательно ему помогать.

Поднялась у ребёнка температура. «Надо её сбить, обязательно! Что это там организм удумал температуру поднимать». Мало кому приходит в голову, что сбивая температуру, наносишь огромный вред организму, который пытается с помощью внутренних механизмов сделать свою работу максимально эффективно.

Всё то, о чём я сейчас написал настолько укоренившиеся в людях заблуждения, что вызываемая этим зависимость ни для кого не представляет никакого интереса. А мне тем временем кажется, что самая большая зависимость людей – это неосознанная потребность болеть.

Я сейчас не хочу углубляться в причины всех болезней. Естественно, этих причин может быть огромное множество. Но я пишу о том, что в подсознание человека с самых первых дней его жизни закладывается программа болезней. Человек становится убеждённым, что время от времени «можно и поболеть». Многие люди заранее настроены на то, что раз в год или пару раз в год «ходит» какая-нибудь эпидемия какого-нибудь гриппа и «выискивает» всех, кто не успел спрятаться. Такие люди уже заранее настраиваются на то, что надо опасаться, надо быть готовым к тому, что кто-то чихнёт рядом и всё - иди болей.

По-моему, это и есть самая «глубоко сидящая» зависимость. Причём её фундамент крепче всех других зависимостей вместе взятых, так как в это всемирное заблуждение вовлечены практически все люди. Мало кто допускает то, что любая болезнь – это ненормально, это очень не нормально!!! Мало кто может представить, что можно быть абсолютно здоровым всю жизнь. Всю жизнь!!! От первого и до последнего дня. Почувствуйте, сколько возмущения и несогласия сейчас со мной. Сразу у многих промелькнули мысли, что такое невозможно. Что в старости-то уж точно чем-то «надо» заболеть. Ну так и болеют, практически все старики болеют целым букетом болезней. А если не получается заболеть, так заставят себя. Для чего же существуют больницы и врачи. Сходят туда, а там всегда найдут какую-нибудь болезнь.

Многим, наверное, знаком такой эффект, при котором человек может заболеть в реальности, если ему внушат, что он болен. И это, на самом деле, очень легко сделать. Тем более, если человек легко внушаем, а источник внушения заслуживает его полного доверия.

Когда я ещё в школьные и студенческие годы активно тренировался в бассейне, у нас был спортивный врач Николай Николаевич. Прекраснейший человек, но ещё более замечательный доктор. За всю свою жизнь я ни разу не слышал, чтобы он кого-то пожалел в связи с жалобами на здоровье, или с серьёзным лицом сказал, что у кого-то что-то не так со здоровьем. Ни разу! Он мог сказать, что кому-то нужно пройти осмотр, кому-то нужно некоторое время отдохнуть от тренировок, или что-то в этом роде. Но любое нытьё по поводу каких-то недомоганий или болезней пресекалось им сразу же и сопровождалось улыбкой и какой-нибудь шуткой. Для меня именно Николай Николаевич пример настоящего врача, который приносит людям пользу, а не вред. Даже если он будет понимать, что обратившийся к нему спортсмен нездоров, то не скажет это напрямую и не будет нагнетать, а мягко и чутко даст понять, что всё прекрасно, но желательно бы сделать то-то и то-то. И человек уже не уходит от него с ощущением, что «скоро помирать».

И все из нас наверняка сталкивались с такими врачами, от которых выходишь воодушевлённым и решительным. Даже если есть какой-то недуг, такой врач сделает всё, чтобы поднять дух пациента, а не внушить ему всю тяжесть его болезни: неважно реальную или мнимую.

Практически каждый человек может привести пример из своей жизни, когда какой-нибудь человек жил себе спокойно до тех пор, пока врачи не обнаруживали у него какую-то болезнь. Для многих людей слово врача, мнение врача является незыблемым, потому что мы доверяем их словам безоговорочно. И часто случается так, что узнав от врачей, что у него очень серьёзное заболевание, в считанные дни человек «раскисает» и погибает.

Мне известен такой случай, когда абсолютно здоровый мужик узнал, что у него страшное заболевание – рак. До того дня когда он узнал о заболевании, не было каких-то длительных болей или других симптомов. Но врачи с сожалением сообщили, что болезнь есть и она активно развивается, а потому осталось жить ему не больше полугода. Он умер через 10 дней, похудев за это время на 20 килограммов. Причём ни разу за эти дни не уснул и практически не поел, так сильно переживая из-за диагноза и слов врачей.

Кстати, потом, уже после смерти, выяснилось, что диагноз был ошибочным и рака не было...

Вот она сила внушения и сила зависимости от авторитетного источника - в данном случае, врача.

Можно приводить ещё очень и очень много примеров различного рода зависимостей, которые присутствуют в нашей жизни. Любая из них всегда будет направлена на то, чтобы человек был уверен, что с ним «что-то не так». Вот это самое «что-то не так» и есть ключ к пониманию самой природы любой зависимости. Практически все люди имеют в своей голове кучу этих самых «что-то не так».

Кто-то не так посмотрел. Значит, со мной что-то не так. Кто-то осудил – значит, что-то не так. Что-то не получилось сделать или выполнить. Опять, что-то не так. Общество множеством способов и средств пытается убедить своих членов, что с ними что-то не так. Те люди, которые легко внушаемы, попадают на эту удочку и действительно убеждают себя, что с ними что-то не так.

Всё со всеми так, как и должно быть.

Никому не суждено родиться и быть хуже или лучше других. Просто все люди разные. И ни у кого нет права решать за других, какими им нужно быть.

Вся моя книга была направлена на то, чтобы показать вам мои рассуждения, чтобы выразить своё мнение. Я никого не пытался убедить в своей правоте, и тем более никого не хотел разубеждать в их представлениях о жизни. У каждого своя жизнь и вмешиваться напрямую никогда нельзя. Я лишь выразил свою точку зрения, понимание жизни и некоторых её проблем.

Главное, к чему я стремился во время создания книги – быть абсолютно искренним. Мне это удалось. Если читателям книга принесёт пользу и поможет улучшить свою жизнь, значит, я не зря сделал своё дело. Надеюсь, что каждый почерпнул что-то полезное в этой книге для себя.