

*Я благодарен моей семье,  
подарившей мне счастливое детство,  
и посвящаю книгу папе, маме и сестре:  
Бакировым Камиллю и Мадине,  
Куликовой Ильсеяр.  
Я вас очень люблю и ценю все то,  
что вы делали и делаете для меня!*



## ОГЛАВЛЕНИЕ

<i>Предисловие. МНЕ СНОВА ПОВЕЗЛО!</i> .....	9
27 принципов стратегии удачи .....	15
Где я научился дружить с удачей?.....	17
Как читать эту книгу?.....	19
<i>Введение. ЧУДО НЕДЕЯНИЯ</i> .....	21
Куда мы движемся?.....	31
Корень нашей теории .....	40
Три практических вывода .....	45
Резюме по введению.....	54
<i>Глава 1. КАК СОЗДАТЬ ВОЗМОЖНОСТЬ И ПОЙМАТЬ СВОЙ ШАНС?</i> .....	56
Необходимые условия .....	56
Повышаем свои шансы.....	64
Разреши себе неудачу! .....	71
Разреши себе удачу!.....	77
Нейтральность охотника на шансы .....	81
Кольцевая мотивация.....	95
Как управлять вовлеченностью?.....	102
Стратегия вечных ценностей.....	110
Резюме по первой главе .....	138

<i>Глава 2. ТАЙНА ВНУТРИ ТЕБЯ</i> .....	141
Произвольное и непроизвольное .....	141
Бессознательное мышление .....	148
Как создать и поддерживать транс? .....	156
Что дает нахождение в транс? .....	171
Параллельные реальности .....	178
Как заказать настрой лучше? .....	184
Другие приемы самовнушения .....	188
Подкрепление нужного поведения .....	195
Вдохновение и мастерство .....	200
Резюме по второй главе .....	207
 <i>Глава 3. ВЫХОД ЗА ПРЕДЕЛЫ СЛОВ.</i> .....	 211
Как мы создаем все сущее? .....	211
Реальность слов и баек .....	220
Самые влиятельные слова .....	230
Живительные подробности .....	237
Мораль, дискомфорт и судьба .....	265
Как превратить симптом в урок? .....	275
Таинство замедления .....	283
Сложение ценностных векторов .....	288
Резюме по третьей главе .....	295
 <i>Заключение. ПРИНЦИПЫ СТАЛКИНГА.</i> .....	 299
 <i>Послесловие. ПОВОДЫ ДЛЯ НОВЫХ ВСТРЕЧ.</i> .....	 312
Рекомендую почитать .....	313

## *Предисловие*

### **МНЕ СНОВА ПОВЕЗЛО!**

Можно сказать, что это — книга об удаче, хотя мне привычнее думать, что она о гармонии внешней и внутренней. И о готовности к удачам и неудачам. Вам повезло встретить эту книгу и заинтересоваться ей настолько, чтобы начать читать предисловие. Мне повезло заручиться поддержкой тех из вас, кто в итоге ее купит, и моих давних читателей и учеников, приобретающих мои книги на чистом доверии.

Удача со мною всю жизнь! Мне повезло родиться в семье людей, тонко чувствующих и умных — интеллигентных. Мой папа — гениальный инженер, дедушка — известный композитор, прабабушка — еще более известная актриса театра. А весь род моей мамы является бесконечным источником любви и заботы, в котором я купаюсь с самого детства и по сей день. Моя сестра, будучи старше меня на три с половиной года, опекала меня все детство, а последнюю дюжину лет учится на моих курсах и тренингах.

Когда я увлекся единоборствами, оказалось, что заместитель моего отца — тренер по карате, и я несколько лет занимался у него бесплатно. В школе большинство моих учителей были весьма толковыми педагогами, и они привили мне любовь к своим наукам, так что в зрелые годы я удивлялся каждый раз, когда встречался с жесткой критикой школьного образования. Повезло, да.

Когда я учился в одиннадцатом классе, вдруг оказалось, что мне светит медаль. Я узнал об этом, когда мое сочинение отправили на проверку в более высокие инстанции. Кстати, сочинение я писал на предельно свободную тему «Я хочу рассказать вам о книге...», что встречается очень редко. Выбор пал на произведение не из школьной программы, прочитанное четырьмя месяцами ранее. По классической литературе девятнадцатого века я написал бы такую ерунду, что о медали пришлось бы забыть. Впрочем, выпускался я на юбилейную годовщину Великой победы, так что к теме Великой Отечественной войны был готов.

Медаль пригодилась: в МГТУ имени Н.Э. Баумана меня взяли после собеседования. Экзамены я мог бы и не сдать, поскольку изрядно ленился к ним готовиться. Снова повезло! И этому образованию я по сей день обязан своими мозгами. А вам, соответственно, повезло читать хорошо структурированное изложение темы, которая обычно полна иррациональных фантазий и домыслов. Это Бауманка меня натренировала!

После учебы меня призвали в космические войска. Офицером. Служба — в часе езды от родного дома. Через пару недель мой папа разговорился на заправке с дедулей, который оказался генералом — командиром части. Меня в считанные часы перевели служить на командный пункт — весьма тепленькое местечко! Забегая вперед, скажу, что за время службы у меня вышло три книги: две переизданных и одна совсем новая.

Откуда книги по психологии у математика-инженера? Долгое время интерес к психологии был для меня побочным. С пятнадцати лет я жадно читал все, что мог найти по этой теме (речь о 1993 году, книжный бум еще не начался), не помышляя о профессии. В двадцать лет мне в руки попала книга по нейролингвистическому программированию (сам

я ее на прилавке не заметил: купил и затем расхвалил мой друг). И все. Через несколько месяцев я, не вникая, пошел на свой первый курс по НЛП. На первые две ступени деньги были, поскольку мне повезло с подработкой, а дальше спонсировала мама. Тренерами оказались тогда молодые, а ныне легендарные Андрей Кениг и Татьяна Мужичук, и это огромная удача, поскольку их уровень тренерской работы задал высочайшую планку! С тех пор я видел в работе десятки тренеров, и очень малая доля из них работает хотя бы приблизительно на том же уровне. Я влюбился в НЛП, читал по теме все подряд, и в 22 года написал свою первую книгу. И ее сказочным образом сразу же взяли в работу (у молодого автора, с улицы!) и издали.

Спустя двадцать лет я узнал, что несколько раз мне по-настоящему везло с выбором тем для книг. Сначала я написал вводный учебник по НЛП, а на рубеже тысячелетий эта тема была ультрамодной. Затем мне посчастливилось выбрать тему знакомства и влюбленности, и многое я списывал с разворачивавшихся прямо тогда отношений с моей любимой. Книга вновь оказалась востребованной. Позже мой интерес переключился на разговорный гипноз, и эта книга побила все прежние рекорды. Так что я свято поверил, что просто хорошо пишу. Но потом вышла моя лучшая на тот момент книга — и оказалось, что это мнение разделила лишь небольшая часть читателей, а большинство не стало ее читать. Так что дело оказалось не в писательском таланте, а именно в выборе темы! Мне повезло три раза подряд, что очень помогает в начале карьеры.

Да, приобщиться к делу своей жизни в пятнадцать лет (даже не признавая его таковым еще лет десять) и продолжать отдаваться ему — это ведь тоже везение.

Я встретил любимую в двадцать четыре, и к настоящему времени мы вместе двадцать один год. Нам посчастливилось

завести дочку и сына, и я восхищаюсь и радуюсь, глядя на то, какими они выросли. Наша семья полна теплоты и нежности, и, глядя на многих разведенных коллег, я понимаю, что мне с любимой безумно повезло!

А что кризисы? Осенью 1998 года мои родители купили свою первую машину, поскольку хранили сбережения в долларах, а рублевые цены на автомобили росли не с такой скоростью. Благодаря этой машине папа и оказался на той заправке, где познакомился с генералом. В кризис 2008 года мой папа сумел подарить мне квартиру (новую ему дало государство), а папа жены подарил квартиру ей. Так что про ипотеку мы только слышали. Повезло, да. Опять. Систематически. В 2020 и 2022 годах тотальное большинство людей активно пиццало и спасалось, а мы продолжили жить с минимальной временной просадкой. Я не говорю, что мы чем-то управляем — это именно удача.

Эта книга отчасти берет свои корни из процессуальной работы Арнольда Минделла. Это безумно интересная технология, но учить ей до невозможного сложно. Мои попытки читать первоисточники оканчивались приступами головной боли: настолько головоломна тема. К счастью, я пришел на курс Армана Бекенова, и он влюбил меня в процессуальную работу с первых же часов обучения! Позже я пробовал дополнить навыки по теме на тренингах других специалистов, но, хоть они и являются интересными людьми и отличными психотерапевтами, их методические навыки оставляли желать лучшего. Если бы в первую очередь я начал занятия с них, фантастически интересная процессуальная технология прошла бы мимо меня. Снова удача!

Зачем я всем этим хвастаюсь? Неужели можно научиться управлять реальностью? Управлять — нет. Дружить и вписываться — да. Хвататься за шансы — да. Быть к этому гото-

выми — да. Ловить вдохновение, притягивать нужных людей и расставаться с лишними, превращать симптомы в уроки, соображать эффективнее многих — да, да, да.

Разумеется, я не могу научить тому, как родиться в правильной семье. Но вы уже родились в такой, что жизненный путь привел вас к этой книге. Из этой точки можно научиться жить удачливее. Это технология.

Есть условия, которые надо создавать, — и удача к вам придет. Точнее, если систематически нарушать описанные в книге принципы, об удаче придется забыть. Есть писатель, у которого я читаю практически все книги, поскольку его герои восхищают меня качествами, которыми я не обладаю: железной волей, склонностью к риску, близостью к верхним этажам социальной пирамиды... И автор, судя по его продуктивности и фигуре атлета, своим героям соответствует. Вот только он сам признает, что где-то в скрижалях его судьбы жестко прописано: «Никакой халявы!» И одна из его книг, мне кажется, дает ответ, почему удача ходит мимо него. Хотя там, где он принципы соблюдает, у него все прекрасно: вдохновение, фантазия, талант и продуктивность — его сильные черты.

---

Первое же большое сражение римляне выиграли — карфагеняне тогда потеряли около 50 кораблей. А через 4 года у юго-западного побережья Сицилии состоялось самое крупное морское сражение древности. В нем участвовало 330 римских и 350 карфагенских судов, а также 300 000 человек с обеих сторон! Римляне потеряли 24 судна, карфагеняне — 30. Но при этом римляне захватили 64 карфагенских корабля, так что общий счет вышел не в пользу Карфагена.

Затем римляне высадили экспедиционный корпус в Африке, и началась затяжная африканская кампания, в которой удача улыбалась то тем, то этим... Сенат колебался: продолжать кампанию или сворачивать. В конце концов решили эвакуировать остатки измотанной и сильно поредевшей армии домой, для чего послали в Африку 356 кораблей. И надо ж такому случиться — на обратном пути корабли попали в жестокую бурю. А мореходами римляне были известно какими... В общем, в Италию вернулось только 80 кораблей. Утонули 70 000 гребцов и 25 000 солдат.

После этой страшной природной катастрофы, практически лишившей Рим флота, римляне поднатужились и за три месяца ударными темпами построили 220 новых кораблей. Людей нарожать теми же темпами было нельзя. Поэтому провели еще одну мобилизацию, обучили, посадили на корабли. А через два года у берегов Сицилии буря снова потопила 150 римских судов... Еще через четыре года во время шторма римляне опять потеряли более 120 кораблей.

Вот ведь парадокс — римляне выиграли у карфагенян множество морских сражений, а проиграли лишь одно. Но регулярно теряли практически весь флот из-за недостатка мореходного опыта и... собственного упрямства. Упрямство множество раз помогало римлянам и множество раз губило их. Недостатки есть продолжение достоинств, в который раз повторюсь... Полибий тоже считал, что в грандиозных морских катастрофах римлян виноват психологический фактор, а именно упрямый римский характер: «Раз какая-нибудь цель поставлена [римлянами], они считают для себя обязатель-

ным достигнуть ее, и раз принято какое-то решение, для них не существует ничего невозможного. Часто благодаря такой стремительности они осуществляют свои замыслы, но подчас терпят и тяжелые неудачи, особенно на море. Действительно, на суше, где они имеют дело с людьми и человеческими средствами борьбы, римляне большей частью успевают... Напротив, большие бедствия постигают их всякий раз, когда они вступают в борьбу с морем и небом и действуют с тем же упорством. Так случилось тогда и много раз случалось раньше, так будет и впредь, пока они не отрекутся от той ложной отваги и упрямства; теперь они воображают, что им можно идти — по морю ли, по суше — во всякое время».

Вывод: ментальные программы римской цивилизации были прекрасно приспособлены для конкурентной борьбы с себе подобными. И плохо — для борьбы со стихией<sup>1</sup>...

---

## 27 ПРИНЦИПОВ СТРАТЕГИИ УДАЧИ

А давайте я сразу — прямо в предисловии — дам своеобразную выжимку из книги? Эти принципы я опубликовал в социальных сетях месяцев за девять до начала работы над книгой, так что это что-то вроде ее генетического кода. Многим эти принципы зашли. А те из вас, кто не захочет приобретать эту книгу, могут сразу получить все, не тратя времени и денег. Халява, друзья! Привыкайте к удаче!

---

<sup>1</sup> Никонов, А.П. Судьба цивилизатора. Теория и практика гибели империй. — Питер, 2010. (Прим. автора)

- 
1. Знай свои ценности и желания, чтобы отличать шансы.
  2. Держи себя в форме, чтобы хватило сил поймать.
  3. Заботься о своей репутации, чтобы не терять людей.
  4. Делай удачу возможной, заботься о необходимых условиях.
  5. Умей ждать, не пытаясь заменить удачу напряжением.
  6. Открой глаза и уши — впитывай информацию, слушай, лови намеки.
  7. Запасай свободное время, чтобы не профукать шанс.
  8. Откладывай жирок, чтобы легко переждать неспруху.
  9. Намекай и предлагай, а не требуй и принуждай.
  10. Бодрость духа, легкость души — изривый настрой рулит!
  11. Не принимай себя всерьез: погрязнешь в рефлексии.
  12. Благодарю и подкрепляю, чтобы хотелось снова и снова.
  13. Убирай шаблоны восприятия — смотри как в первый раз.
  14. Излучая оптимизм, привлекаешь людей и возможности.
  15. Отпускай прошлое, чтобы не упускать настоящее и будущее.
  16. Пробуй и бросай, если не по вкусу и не поперло. Раз за разом.
  17. Что зависит от тебя — делай! Красота и порядок способствуют.

18. Коллекционируй случаи удачи, чтобы жизнь состояла из них.

19. Подгоняй ум под мир, а не мир под ум. Впрочем, можно и так.

20. Лучше сделать и улучшить, чем строить идеал на фантазиях.

21. Цени свой ритм, живи и работай в нем — тогда и силы будут.

22. Не влипай в баталии: они притягивают силы и внимание.

23. Извлекай уроки, чтобы жизнь не водила тебя по кругу.

24. Учись добровольно, ведь незнание — штука платная.

25. Если слушать людей, станет ясно, как с ними лучше быть.

26. Лучше сделать бесполезное, чем потерять рабочий настрой.

27. Исцели травмы прошлого, чтобы не превращать их в судьбу<sup>1</sup>.

---

Впрочем, я уверен, что мои люди останутся со мной, а уйдут лишь те, кому со мной и правда не по пути. Зато теперь у вас есть минимальное представление о том, чему вы дальше будете учиться.

## ГДЕ Я НАУЧИЛСЯ ДРУЖИТЬ С УДАЧЕЙ?

С одной стороны, мы дружили с ней всегда. Так что мне не пришлось себя переучивать. С другой — осознание законов удачи пришло через контакты с людьми и учения. От

---

<sup>1</sup> Мой пост от 2.11.2022. (Прим. автора)

древнейших до современнойших. Это не я такой умный — это с учителями мне повезло. Как обычно, да.

Более или менее полный список литературы я приложу в самом конце, а здесь перечислю тех, у кого я учился в той или иной форме непосредственного взаимодействия.

Раз — «Школа Достигатора» Тимура Гагина. Они с Алексеем Кельным изучали особенности поведения, настроения и мышления везучих людей и разработали цикл тренингов. С помощью Тимура я научился базовым навыкам разговорного гипноза, которые за последующие годы переросли в систему удачи в мире людей. Именно в таком виде я сейчас преподаю разговорный гипноз.

Два — внутренний стиль ушу илицюань, построенный на принципах философии даосизма. Мы учимся воплощать их в рамках боевого искусства, но возможности стиля куда шире, и я постарался рассказать об этом в книге. Важнейшие фигуры в илицюань для меня — грандмастер Александр Скалозуб и мой друг Виктор Башкеев, китаист и автор, возможно, лучшего из переводов «Дао дэ цзин» Лао-Цзы. Илицюань я изучаю уже двенадцать лет и бросать это дело не планирую.

Три — процессуальная работа Арнольда Минделла. Научил меня ей Арман Бекенов (и через него я сумел погрузиться в работы Минделла), а сопровождает мою регулярную практику Константин Грингут. Благодаря их содействию чудеса стали естественной частью моей жизни. Удивляют и радуют — привычно и регулярно.

Четыре — психософия Андрея Курпатова. Он больше известен своими научпоп-книгами, но его методологические труды на порядок ценнее и глубже. И столь же сложнее для изучения. Поэтому, хоть я и не учился у Андрея на курсах, я приравниваю чтение этих трудов к мощнейшей тренировке для мозга, а то и к его управлению.

Пять — лекции Алексея Батищева. Он учитель моих учителей. Человек незаурядной эрудиции и, как мне кажется, практик даосизма (не в религиозном смысле, конечно). Он пронес через всю жизнь лаконичные труды Эпикура и Лао-Цзы и научился по ним жить. Человек фантастической простоты и поражающей глубины. Единственный преподаватель, в ком я не сумел заметить ни малейшего стремления нравиться публике — только научить, передать знания.

## КАК ЧИТАТЬ ЭТУ КНИГУ?

В отличие от большинства других моих книг, читайте все разделы подряд. От первой до последней страницы. Тогда вам будет все понятно и доступно. Потому что это учебник, хоть и легкий да веселый.

---

*На поиск и добавление примеров в виде цитат, баек и анекдотов я потратил больше времени, чем на сам текст.*

---

Читайте с паузами на подумать и переварить. Как минимум с паузами между главами. А лучше останавливаться каждый раз, когда вам попадается интересная или неожиданная мысль. На мой взгляд, их тут довольно много.

Читайте, применяя к себе и своей жизни, соотнося написанное с вашим личным опытом. Идеально, если вы тут же пробуете то, о чем узнали, на практике. Задумываетесь, как все это может сработать для вас, ваших ценностей и желаний.