

# ИТАЛИЯ СЧАСТЬЕ В КВАДРАТЕ ПОДЕРЖИ

ПАВЕЛ  
ПИСКАРЁВ



**БОМБОРА**  
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Москва 2023

# ЖЕЛТЫЕ КВАДРАТЫ

СЧАСТЬЕ В КВАДРАТЕ

ПАВЕЛ  
ПИСКАРЁВ



**БОМБОРА**  
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Москва

УДК 159.9  
ББК 88.52  
П34

Во внутреннем оформлении использована иллюстрация:  
KPP / Shutterstock.com

Используется по лицензии от Shutterstock.com

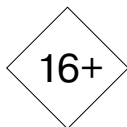
**Пискарев, Павел Михайлович.**

П34 **Метамодерн. Счастье в квадрате / Павел Пискарев. — Москва : Эксмо, 2025. — 304 с. : ил. — (Драйверы счастья).**

Автор книги — профессор и доктор психологических наук Павел Пискарев — предлагает нам новый метод движения вперед, к целям и достижениям. В основе метода лежит аналитическая система четырех квадратов, которая позволяет увидеть весь пул задач и перспектив — с совершенно разных сторон и в полном объеме. Книга, безусловно, рассчитана на интеллектуального читателя. Изучение ее потребует от вас усилий и сосредоточенного внимания. Однако, освоив метод мета-модерна, вы получите ощутимый результат. Теперь в бизнесе и творческих задачах, в личной жизни и выстраивании правильных коммуникаций вы сможете реализоваться играючи и научиться быть счастливым. Книга снабжена цветными иллюстрациями автора.

УДК 159.9  
ББК 88.52

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.



Издание для досуга

ДРАЙВЕРЫ СЧАСТЬЯ

**Литрес**   
Я ТАК ЧИТАЮ

**Пискарев Павел Михайлович**

**МЕТАМОДЕРН  
СЧАСТЬЕ В КВАДРАТЕ**

Главный редактор **Р. Фасхутдинов**  
Руководитель направления **М. Виноградова**  
Ответственный редактор **М. Виноградова**  
Редактор **Л. Гречаник**  
Младший редактор **А. Ангелова**  
Художественный редактор **П. Петров**  
Компьютерная верстка **Н. Зенков**  
Корректоры **И. Львова, Л. Снеговая**



Страна происхождения: Российская Федерация  
Шығарылған елі: Ресей Федерациясы

**ООО «Издательство «Эксмо»**  
123308, Россия, г. Москва, ул. Сорте, д. 1, стр. 1, эт. 20, каб. 2013. Тел.: 8 (495) 411-68-86.  
Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru)  
Өңдүрүш: «Издательство «Эксмо» ЖШК  
123308, Ресей, Москва каласы, Сорте көчөсү, 1-үй, 1-күрөңү: 20 кабинет, 2013-каб.  
Тел.: 8 (495) 411-68-86. Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru).  
Тауар белгиси: «Эксмо»

**Интернет-магазин:** [www.book24.kz](http://www.book24.kz)  
**Интернет-дукен:** [www.book24.kz](http://www.book24.kz)

Импортер в Республику Казахстан: ТОО «РДЦ-Алматы»,  
Казахстан Республикасына импорттаушы «РДЦ-Алматы» ЖШС.  
Дистрибутор и представитель по приемке претензий на продукцию  
в Республике Казахстан: ТОО «РДЦ-Алматы»  
Дистрибутор және Қазақстан Республикасында өнімге шағымдар  
қабилдау жөніндегі өкіл: «РДЦ-Алматы» ЖШС.  
Алматы қ., Домбровский көш., 3-а, литер Б, өңіс 1.  
Тел.: 8 (727) 251-99-90/91/92. E-mail: [RDC-Almaty@eksmo.kz](mailto:RDC-Almaty@eksmo.kz)

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ  
о техническом регулировании можно получить на сайте Издательства «Эксмо»:  
[www.eksmo.ru/certification](http://www.eksmo.ru/certification)

Техникалық реттеу туралы РФ заңнамасына сай басылымның сәйкестігін растау  
туралы мәліметтерді мына адрес бойынша алуға болады: <http://eksmo.ru/certification/>  
Ресей Федерациясында өмірденің  
Сертификаттауға жатпайды

Дата изготовления / Подписано в печать 21.02.2025.  
Формат 70x90<sup>1/16</sup>. Печать офсетная. Усл. печ. л. 22,17.  
Доп. тираж 3000 экз. Заказ



**eksmo.ru**


Официальный  
интернет-магазин  
издательства «Эксмо»



Хочешь стать  
автором «Эксмо»?



Издательство «Эксмо» — универсальное  
издательство №1 в России, является  
одним из лидеров книжного рынка Европы.

ЭКСМО 

ISBN 978-5-04-178998-5

ISBN 978-5-04-178998-5



9 785041 789985 >

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2025

*Посвящаю моему учителю  
Владимиру Васильевичу Козлову —  
увидеть в новом значимое дано  
не каждому человеку.*

# СОДЕРЖАНИЕ

4

<b>БЛАГОДАРНОСТИ</b> .....	<b>8</b>
<b>СЧАСТЬЕ: ПРОПЕДЕВТИКА ОТ ПАВЛА (ВМЕСТО ПРЕДИСЛОВИЯ)</b> .....	<b>9</b>
<b>ОТ АВТОРА</b> .....	<b>12</b>
<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	<b>16</b>

## **ГЛАВА 1. СОЗДАЕМ СВОЙ УСПЕШНЫЙ ПРОЕКТ**.....**25**

1. Что такое проект?.....	28
2. Миссия проекта.....	28
3. Экологичность проекта.....	29
4. Что нам может помешать?.....	29
5. Позиция наблюдателя метамодерна.....	33
6. Четыре позиции восприятия проекта.....	34
7. Мир четверичный.....	36
8. Сила экрана метамодерна.....	37

## **ГЛАВА 2. «КВАДРАТ МЕТАМОДЕРНА»: «ВОЛШЕБНЫЙ» ИНСТРУМЕНТ ТВОРЧЕСТВА**.....**42**

1. «Круг творения»: понять и осознать все этапы.....	45
2. Парадигмальный анализ: раскрыть свое мышление.....	47
3. Четырехшаговая геометрическая логика модели.....	48
4. Амплификация: как увидеть все многообразие мира.....	51
5. Ключевые слова метамодерна: концентрат смыслов.....	57

## **ГЛАВА 3. НАУЧИТЬСЯ ВИДЕТЬ И ДЕЙСТВОВАТЬ: КАК РАБОТАТЬ С ЭКРАНАМИ МОДЕЛИ**.....**66**

1. Смысл ключевых слов экрана «Сезоны».....	71
2. Смысл ключевых слов экрана «Состояния вещества».....	71
3. Характеристики четырех квадрантов двух экранов метамодерна.....	72
4. Развитие проекта: по образу и подобию природы.....	76
5. Задание для самостоятельной работы.....	77

## **ГЛАВА 4. МОДЕЛЬ «КВАДРАТ МЕТАМОДЕРНА»: АЛГОРИТМ РАБОТЫ С МОДЕЛЬЮ**.....**82**

1. Алгоритм работы с моделью.....	85
2. Экран «Этапы развития».....	87
3. Экран «Базовый алгоритм мышления».....	92

**ГЛАВА 5. ЭКРАН МЕТАМОДЕРНА: РАБОЧИЙ ПРОЦЕСС.....96**

1. Основные элементы экрана.....100
2. Диагональные взаимосвязи между квадрантами, или Смысловая геометрия внутри экрана ..... 102
3. Вертикальные и горизонтальные взаимосвязи между квадрантами.....104
4. «Исторические», или временные, взаимосвязи между квадрантами.....105

**ГЛАВА 6. ИНСТРУМЕНТ «БОГОБАН»: ЖИТЬ БУДЕТ ПРОЩЕ ..... 108**

1. Что такое «БоГобан»?.....111
2. «БоГобан»: эффект превосходит все ожидания .....114
3. Основные принципы работы с «БоГобаном».....118
4. Основные способы работы с моделью «БоГобан».....122
5. Как работать с «БоГобаном».....124
6. Практическое применение «БоГобана» на примере вашего проекта.....125
7. Рекомендации по дальнейшей работе с книгой и практическому применению инструмента «БоГобан».....133

**ГЛАВА 7. ЭКРАН «ЛИЧНЫЙ ПРОЕКТ»: ЭТАПЫ, БЕЗ КОТОРЫХ НЕЛЬЗЯ ОБОЙТИСЬ ..... 138**

1. Проектное и потоковое мышление.....140
2. Что такое личный проект?.....141
3. «Зачем мы все это изучаем?».....142
4. Экран «Личный проект».....142

**ГЛАВА 8. ЭКРАН «САМОАКТУАЛИЗАЦИЯ»: ШАГИ К ВЕРШИНЕ..... 148**

- Расширенное описание экрана «Самоактуализация» .....152

**ГЛАВА 9. ЭКРАН «РАЗВИТИЕ ВООБРАЖЕНИЯ»: ПРЕВРАЩАЕМ МЕЧТУ В РЕАЛЬНОСТЬ ..... 156**

- Расширенное описание экрана «Развитие воображения» .....160

**ГЛАВА 10. ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ: МОТИВИРОВАННАЯ, ЦЕЛЕНАПРАВЛЕННАЯ, УСПЕШНАЯ..... 168**

1. Экран «Деятельность».....171
2. Экран «Мотивация».....182



## СОДЕРЖАНИЕ

6

3. Экран «Бизнес-анализ/Крайпман» ..... 193
4. Экран «Бизнес» .....197

### **ГЛАВА 11. КОММУНИКАЦИЯ: УНИВЕРСАЛЬНЫЙ РЕЦЕПТ ЭФФЕКТИВНОСТИ..... 204**

1. Экран «Коммуникация/форма»..... 207
2. Экран «Коммуникация/Содержание».....212
3. Экран «Литература» .....218
4. Экран «Отношения» .....225

### **ГЛАВА 12. ЭКРАН «ПАРАДИГМАЛЬНЫЙ АНАЛИЗ»: «ЧЕЛОВЕК ПОД МИКРОСКОПОМ» ..... 230**

1. Экран «Парадигмальный анализ» ..... 234
2. У каждого человека во всех эпохах есть свои имена ..... 243
3. Задание для самостоятельной работы ..... 248

### **ГЛАВА 13. ЧЕЛОВЕК — МЕРА ВСЕХ ВЕЩЕЙ .....252**

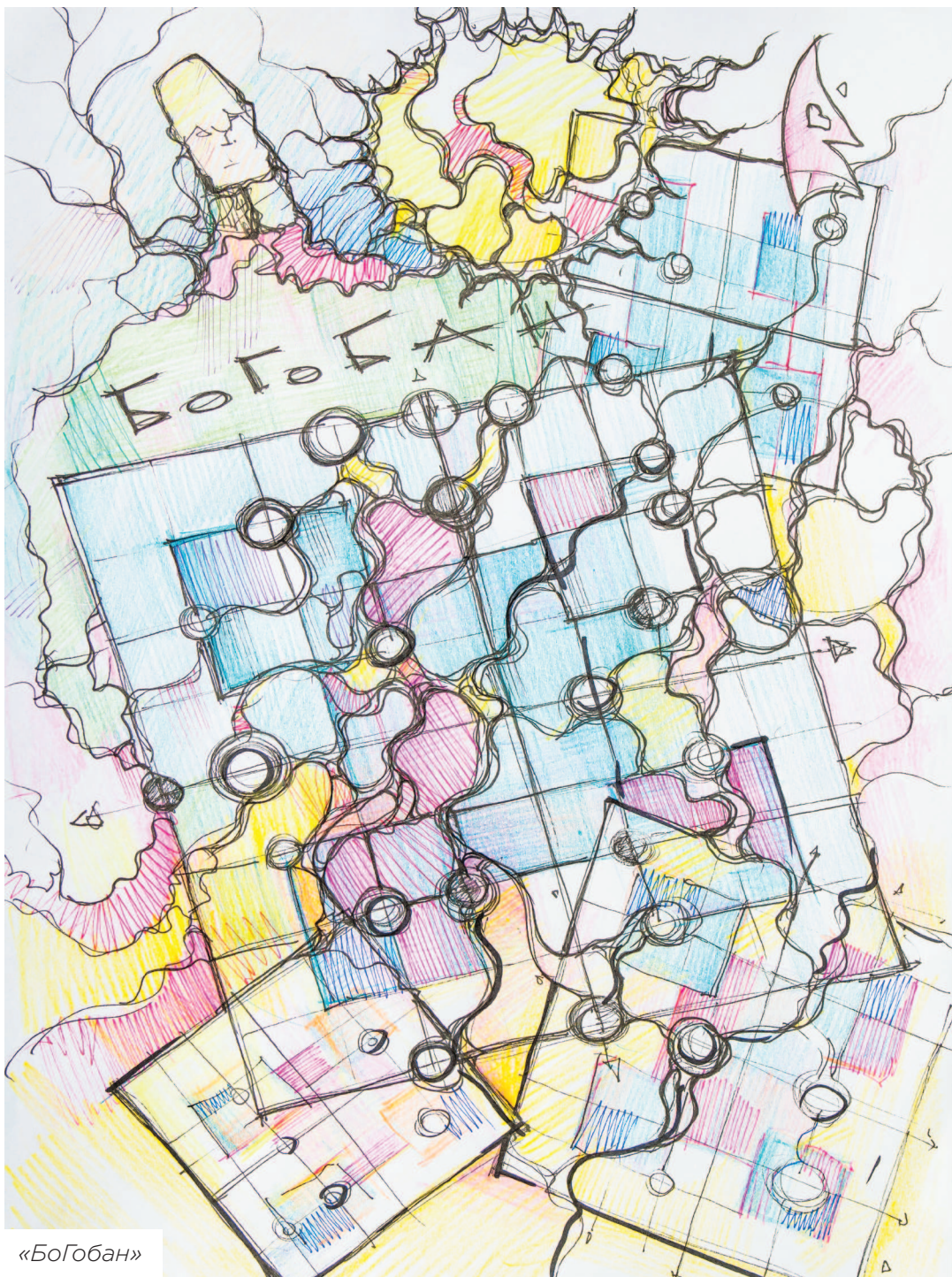
1. Экран «Модель личности»..... 256
2. Экран «Антропология» ..... 258
3. Экран «Реализация» ..... 262
4. Экран «Воля»..... 265
5. Экран «Управление вниманием»..... 268

### **ГЛАВА 14. ЭКРАН «ПОЗИТИВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ОПЫТА»: ЧЕЛОВЕК СЧАСТЛИВЫЙ..... 278**

- Расширенное описание экрана  
«Позитивное содержание опыта»..... 282

### **ПРИЛОЖЕНИЕ ..... 286**

### **ОТЗЫВЫ ПРАКТИКУЮЩИХ МОДЕЛЬ «КВАДРАТ МЕТАМОДЕРНА: ПАРАДИГМАЛЬНЫЙ АНАЛИЗ» И ЭКРАН «БОГОБАН»..... 292**



«Богобан»

## БЛАГОДАРНОСТИ

На первых страницах книги хочу выразить благодарность Андрею Сигутину за наши беседы и диалоги, которые позволили собрать композицию, отбросить лишнее, сказать самое главное. Без него эта книга была бы невозможна.

Я благодарен коллегам из Института психологии творчества: Татьяне Пошенюк, Денису Полуэктову, которые помогли мне прочитать большое количество лекций на темы, описанные здесь, и сделать эти лекции доступными для вас.

Также я благодарен своему учителю Владимиру Васильевичу Козлову, который в свое время направил меня с темой парадигмального анализа и эпохи будущего, метамодерна, на научную стезю, чтобы эта информация стала не только общественно полезной, но и научно обоснованной.

Еще хочу выразить признательность Виктории Абдрахмановой за помощь в работе над текстом, внимательное отношение к композиции и умение ставить правильные вопросы.

# СЧАСТЬЕ: ПРОПЕДЕВТИКА ОТ ПАВЛА (ВМЕСТО ПРЕДИСЛОВИЯ)

Название предисловия к книге моего друга и ученика Павла Пискарева весьма метафорично и вызывает множество культурных ассоциаций, очень точно описывающих реальность относительно издания, которое вы держите в руках.

Наверняка многие из вас помнят тринадцатую главу из Первого послания апостола Павла к коринфянам о христианском счастье: «Если я говорю языками человеческими и ангельскими, а любви не имею, то я — медь звенящая или кимвал звучащий. Если имею дар пророчества, и знаю все тайны, и имею всякое познание и всю веру, так что могу и горы переставлять, а не имею любви, — то я ничто. И если я раздам все имение мое и отдам тело мое на сожжение, а любви не имею, нет мне в том никакой пользы. Любовь долготерпит, милосердствует, любовь не завидует, любовь не превозносится, не гордится, не бесчинствует, не ищет своего, не раздражается, не мыслит зла, не радуется неправде, а сорадуется истине: все покрывает, всему верит, всего надеется, все переносит. Любовь никогда не перестает, хотя и пророчества прекратятся, и языки умолкнут, и знание упразднится. Ибо мы отчасти знаем и отчасти пророчествуем; Когда же настанет совершенное, тогда то, что отчасти, прекратится. Когда я был младенцем, то по-младенчески говорил, по-младенчески мыслил, по-младенчески рассуждал; а как стал мужем, то оставил младенческое. Теперь мы видим, как бы сквозь тусклое стекло, гадательно, тогда же лицом к лицу; теперь знаю я отчасти, а тогда познаю, подобно как я познан. А теперь пребывают сии три: вера, надежда, любовь, но любовь из них больше».



## СЧАСТЬЕ: ПРОПЕДЕВТИКА ОТ ПАВЛА (ВМЕСТО ПРЕДИСЛОВИЯ)

10

Представляемую вам книгу в определенном смысле тоже можно назвать посланием от Павла. Она о счастье, более того — о счастье в квадрате. Человечество в течение 40 тысяч лет пытается достичь этого состояния — или индивидуально, или соборно. И те, кто описывал путь к нему, назывались учителями, проповедниками, пророками.

Профессор Павел Пискарев действует как ученый, применяя возможности научного исследования и традиционные для психологии способы анализа к очень специфическому и одновременно универсальному феномену — человеческому счастью.

В этой книге представлена пропедевтика (от греч. προλαβέω — «предварительно обучаю»), то есть введение в науку счастья, предварительный курс, изложенный систематично, в сжатой и доступной, но не элементарной форме.

Так, автор рассказывает о том, как устроены мир, человек и все те проекты, которые он затевает, с точки зрения их развития или реализации. Ясное видение принципов и закономерностей развития мира и любого явления в нем позволяет обнаружить, на какой стадии этого процесса находимся мы и наши проекты, включая, например, семью или организацию, в которой работаем.

Когда мы знаем, в какой точке маршрута жизненного пути находимся, то нам понятно, откуда брать ресурсы для развития и что нас ждет впереди. Поэтому мы можем легко двигаться к реализации желаемого.

Каждый из нас находится в каком-то пункте траектории своей реализации. И сейчас, когда стремительно меняется жизнь, нам необходимо чувствовать себя надежно и иметь ясное представление относительно будущего. Эта книга о том, как построить свое будущее, реализовав мощный потенциал, присущий каждому из нас.

Эта книга для тех людей, кто желает проложить свой маршрут к успеху, счастью и эффективной жизни. Для тех, кто сам делает выбор в жизни и способен отвечать за те результаты, которыми его награждает действительность.

## СЧАСТЬЕ: ПРОПЕДЕВТИКА ОТ ПАВЛА (ВМЕСТО ПРЕДИСЛОВИЯ)

11

Я очень давно знаю Павла. Было время, когда он подписывался «Архитектор реальности». С тех пор я помню сотни проектов, которые он создавал и реализовывал.

Книга, которая сейчас перед вами, — это уникальный и яркий проект, раскрывающий концепцию интегративного метамодерна и философию человека метамодерна — Homo beatus, человека счастливого. Слова «Счастье в квадрате» в названии книги побуждают вспомнить некоторые «квадраты» из истории культуры: Четыре благородные истины (осознание которых приводит к нирване в буддизме), четыре Евангелия Нового Завета (ведущие к счастью любви в христианстве), квадрат Декарта.

Модель «Квадрат метамодерна», раскрываемая в книге, как пишет профессор Пискарев, «дает обретение гармоничного, целостного восприятия себя и окружающего мира. Это приводит к порядку в мыслях, а значит, и в жизни. В результате мы начинаем действовать по проверенным моделям и технологиям, а не по привычкам и „заводским настройкам“, воспринятым в детстве».

Автор предупреждает читателя, что информация, представленная в книге, — для интеллектуалов. И в этом стоит с ним согласиться. Изучение предлагаемого материала потребует от вас усилий и сосредоточенного внимания. Но после этого появится возможность с помощью модели «Квадрат метамодерна» получить великолепный результат, играючи реализовать собственный проект и научиться быть счастливым.

В добрый путь, уважаемый читатель, на поиск и обретение счастья в квадрате!

**Владимир Козлов,**

президент Международной академии психологических наук,  
академик МАПН, доктор психологических наук, профессор,  
заведующий кафедрой социальной и политической психологии  
ЯрГУ им. П. Г. Демидова  
Ярославль, 12 июня 2020 года



## ОТ АВТОРА

Эта книга обращена к читателю, который, с одной стороны, любит мыслить, а с другой — уже вышел за пределы алгоритмичного мышления. За каждой строкой, за каждым словом он умеет видеть смысл и способен чувствовать сердцем сокровенное значение тишины, наполняющей пустоту.

Модель «Квадрат метамодерна» описывает целое, которое состоит из простых элементов, этапов, в совокупности дающих возможность увидеть картину мира в полноте и найти в ней свое место.

Движение человека, смотрящего только себе под ноги, не столь продуктивно и эффективно, как движение человека, который ясно видит местность вокруг, свою цель, мотив и в каждом шаге способен осознавать свою судьбу. Жизнь такого человека похожа на творческое произведение. Он уверенно двигается к счастливому будущему.

Задача этой книги в том числе — напомнить человеку, что именно он отвечает за свою жизнь и является ее автором. **Ответственность — это качество, определяющее взрослость и зрелость человека, это способность в любой момент ответить за свои действия.** Совесть, говорящая вслух...

«Квадрат метамодерна» представляет собой интегративную теорию гуманитарного знания. Эта модель — системный взгляд на историю, и вызвана она необходимостью теоретического обоснования будущего. Мы живем в мире, где все стремительно меняется, и никто из нас не уверен, что эти изменения к лучшему. Информация о нарастающей деградации общечеловеческих ценностей, о признаках экологической катастрофы, постоянно колеблющиеся экономические показатели заставляет нас задуматься: «Что же будет завтра со всеми нами? Есть ли будущее у нас, наших детей и внуков?»

Поэтому первостепенная задача — ответить на вопрос: куда мы идем? В каком направлении развивается человеческое общество и мир в целом? Нам необходима новая теория развития, которая обосновала бы модель будущего и подарила уверенность в завтрашнем дне.

В 2010 году голландские ученые ввели понятие «метамодернизм» в культурологическом смысле, чтобы показать новое видение в области искусства. Однако мы представляем «метамодерн» в социокультурном смысле, и это авторская модель. Она родилась как научное исследование и превратилась в защищенную докторскую диссертацию по психологии. Философская основа модели — это 500 страниц докторской диссертации и 120 страниц монографии по психологической составляющей метода.

Теперь же, когда эта модель парадигмального анализа (метамодерн) признана в науке и на эту тему вышло уже три монографии и ряд научных статей, мы решили представить ее в доступной форме. Потому что считаем, что модель «Квадрат метамодерна» созрела для массового использования широким кругом людей, желающих развиваться. И она может быть применена не только в каких-то глобальных областях — создании финансовых компаний, предприятий, организаций, творческих коллективов. Ведь, например, семья по большому счету — это тоже проект. Карьера конкретного человека — проект. Даже план действий на ближайший год (куда поступить, в какую танцевальную студию записаться) — тоже проект! Поэтому модель, которая представлена в этой книге, может быть использована в самых разных практических ситуациях.

Парадигмальный анализ — это способ смотреть на различные феномены мира, в том числе феномены внутренней жизни, через четыре качественные парадигмы. То есть любую «рамку реальности» можно разбить на четыре качества и через них понять, где мы сейчас находимся в своем развитии, соответственно, что было прежде и что будет потом.



Парадигмальный анализ, если посмотреть на него с точки зрения исторических эпох, рассматривает такие парадигмы, как преמודерн, модерн, постмодерн и метамодерн. Они совершенно разные по качеству, по методам познания, по принципам антропологии, устройства человека.

Вслед за великим русским социологом Питиримом Сорокиным мы можем сказать, что живем в обществе, где присутствуют все четыре парадигмы одновременно, причем не линейно. Например, в современном многоквартирном доме на одной лестничной площадке могут жить четыре семьи, воплощающие качества четырех разных эпох (парадигм). В первой квартире — семья, члены которой искренне исповедуют религию предков, во второй — семья, состоящая из людей абсолютной науки. В третьей квартире — семья совершенно индустриальная, постмодернистская. В четвертой — жильцы метамодернистские, духовные, «энергетические» и так далее.

Сложившуюся сейчас ситуацию, когда в обществе свободно живут совершенно разные люди, можно смело назвать чудом времени. И это время называется метамодерн, четвертая парадигма, эпоха будущего, которое уже наступило.

В каждом из нас есть все четыре парадигмы и все элементы этой структуры. Мы способны находить их в себе, что очень важно, и можем понимать, какого типа социальное действие требуется нам или другим людям для того, чтобы верно ориентироваться в картах индивидуального жизненного маршрута. У нас есть инструмент, позволяющий мыслить интегративно, в очень больших масштабах, учитывая все величины — от самых малых до самых больших.

Мы предлагаем вам изучить на практике модель, описанную в книге, и освоить проектное мышление. Это модель, с помощью которой можно сделать сложное простым, непонятное — понятным, увидеть зону своего развития, мобилизовать свой опыт, использовать прошлое как ресурс.

Использование модели «Квадрат метамодерна» придает мышлению четкую структуру и результативное направление развития. А значит, и сам человек обретает четкую структуру, потому что он — продукт своего мышления.

Это знание — для интеллектуалов. Изучение материала, представленного здесь, потребует от вас усилий и сосредоточенного внимания. Однако впоследствии вы сможете с помощью предложенной модели получить великолепный результат, играючи реализовать собственный проект и научиться быть счастливым.

Если у вас в руках данная книга — это не случайно. Значит, вы готовы встретить и осознать новое время, вы — в авангарде, а светлое будущее метамодерна коснулось и вас.

Дорогой читатель, я буду счастлив, если эта книга поможет вам лучше ориентироваться в повседневности, освободившись от плены чужих мнений и множественных представлений. Верю, что с помощью предложенной карты из четырех этапов мы все когда-нибудь дойдем до той точки, где встретимся в эру метамодерна, который заложен в каждом из нас.



# ВВЕДЕНИЕ

Перед вами книга-тренажер. Ее основная задача — помочь вам после изучения теоретического материала и выполнения практических заданий реализовать свой проект (в широком смысле этого слова). Что может быть проектом? Все, чего мы хотим, к чему стремимся и куда направляем свой фокус внимания, можно назвать проектом. Например: бизнес, карьера, коммуникация, образование, семья и жизнь в целом.

Мир не сложен, а жизнь не проста. Обыкновенный человек вовлечен в обыденность, в решение задач сегодняшнего дня. Не так много тех, кто способен поднять взор от дороги под ногами и взглянуть вдаль, чтобы определить перспективу своей жизни и системно ее построить как проект.

Человек думающий, мыслящий, творящий — это тот, кто способен посмотреть на свою жизнь со стороны, оценивать себя и обстоятельства так, чтобы они поддавались осознанному управлению. Этому как раз способствует освоение модели «Квадрат метамодерна». Используя полученные знания, вы сможете реализовать не только какой-то конкретный проект, но и увидеть картину своей жизни целиком.

Эта книга прежде всего для тех, кто понимает важность своего развития в разных областях жизни, от личностного роста до построения бизнеса. Как известно, то, что не развивается, — деградирует. Поэтому мы представляем вам пошаговое руководство, как выйти из застоя, стагнации, сдвинуть проект с мертвой точки, «пробить потолок».

На первой стадии работы с моделью мы будем делать диагностику проекта: исследовать то, что он представляет собой в настоящее время, то есть действовать из точки «дано». Затем, с учетом анализа полученных данных, моделировать желаемый конечный результат и двигаться к его реализации.

Например, личный проект «Здоровье». Для его осуществления потребуется диагностика и затем моделирование: проектирование здорового образа жизни, изменение отношения к телу и так далее. Улучшение взаимоотношений — тоже проект, который требует дальнейшего моделирования и реализации.

Согласно нашей модели, развитие любого явления, сущности, проекта происходит в четыре этапа. Каждый из них обладает своими характеристиками, критериями и показателями. Книга, которую вы держите в руках, словно навигатор, поможет понять, на каком этапе сейчас находится ваш проект, какая оптимальная стратегия подходит к данному периоду, куда и как двигаться дальше. Например, как распланировать карьеру? Как построить дачу, чтобы это было не слишком дорого, отняло не слишком много времени и сил? Как выстроить отношения на работе?

Жизнь бывает потоком без видимых берегов. Она течет во все стороны одновременно, и тогда невозможно определить, в каком направлении прилагать свои усилия. Но если человек хочет иметь желаемый результат, ему надо выставить границы: своего влияния, интереса, присутствия, сил. Эти границы могут быть настолько широки, что человеку будет просторно в их пределах. С другой стороны, у потока жизни появятся берега — определенность.

Как только у человека появляются границы для мышления, он сразу получает возможность управлять своей жизнью по сумме большого количества критериев и показателей. Тогда жизнь превращается в проект, в творческий акт. Согласитесь, что начинать какое-либо дело без определенного плана — довольно опрометчиво. Но даже составление плана для многих людей является проблемой. Эта книга дает возможность научиться не только мыслить системно, но и планировать, прогнозировать и моделировать.

Изменения, которые происходят с вами при работе с моделью, — исключительно ваша личная заслуга. С помощью этой книги вы, как в тренажерном зале, сами будете работать над проектом



и анализировать его, делать выводы и находить эффективные решения. Именно это приведет в дальнейшем к реализации вашего проекта и полной самостоятельности в управлении своей жизнью.

Модель «Квадрат метамодерна» — ключ к получению широкого взгляда на многие вещи, что способствует обретению новых возможностей. Стоит отметить, что эта модель основана на теории парадигмального анализа, которую мы называем «метамодерн». С ее точки зрения человечество в социокультурном плане проживает четыре этапа развития, так же как и природа проживает четыре сезона года, четыре фазы агрегатного состояния вещества и так далее. Те же самые четыре этапа развития проходит и любой наш проект.

У работы с моделью есть и неочевидные бонусы:

1. **Развитие умения видеть в малом многое, великое в малом, а это — мудрость и отличительная черта реализатора.** *Регулярное применение модели помогает жить интересно, осознанно и непрестанно развиваться.*
2. **Обретение умения видеть внутреннюю красоту в повседневной обыденности.** *Способность воспринимать неприметную на первый взгляд красоту ведет к созерцанию добра и духовному прозрению. Так рождается чудо нового видения жизни. Как говорится, «видение внутренней красоты сродни переживанию ощущаемого смысла».*
3. **Развитие в себе способности смотреть на проект системно, структурированно, с разных ракурсов, с четырех позиций.** *Благодаря такой стратегии мышления мы получаем больше информации о проекте, а значит, принимаем наилучшие решения.*
4. **Обретение гармоничного, целостного восприятия себя и окружающего мира.** *Это приводит к порядку в мыслях, а значит, и в жизни. В результате мы начинаем действовать*

*по проверенным моделям и технологиям, а не по привычкам и «заводским настройкам», воспринятым в детстве.*

**5. Развитие креативности, целостности, гибкости в мышлении и принятии решений.**

Одна из задач модели «Квадрат метамодерна» — помочь нам построить свой внутренний мир, сочетать его с внешним, согласовать внутреннее и внешнее. И в результате создать себя.

Итак, «Квадрат метамодерна» — это путь к полноте творческой самореализации и морю открытых возможностей для воплощения вашего проекта. Модель дает широту восприятия мира, помогает легко ориентироваться в любом виде деятельности и видеть ее перспективы.

Таким образом, реализуя свой проект, вы сможете поучаствовать в своего рода научной работе. Эта книга не столько развлекает, сколько включает исследовательский интерес, детскую любознательность, философский взгляд на мир, погружая читателя в состояние счастливой и результативной жизни. Она помогает проводить очень тонкие исследования окружающего мира и нашего на него воздействия.

Этому также способствует то, что модель «Квадрат метамодерна» позволяет посмотреть на свой проект с разных ракурсов, через многочисленные рамки мышления, так называемые экраны. Это квадратичные матрицы, каждая из которых состоит из четырех парадигм.

Далее мы подробно рассмотрим принципы работы с экранами, которые включает в себя «Квадрат метамодерна». Модель, представленная здесь, до гениальности проста, и это делает ее весьма эффективной.

Хотелось бы здесь привести лишь отдельные примеры людей, которые работали с этой моделью. Так, у женщины было не проектное мышление, а потоковое, нерезультативное, не нацеленное

