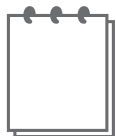


КАК РАБОТАТЬ С КНИГОЙ

Каждая глава содержит теоретическую и практическую части. Не спешите сразу охватить как можно больше теории, читайте небольшими фрагментами, а для лучшего усвоения перечитывайте несколько раз. Это не про «повторение — мать учения», а про увеличение вашей емкости. Читая первый раз, вы можете взять себе столько, сколько в вас есть места, не больше. Эту порцию знаний вы встраиваете в себя, делая их своими. Затем так же забираете и встраиваете следующую порцию. Таким образом, ваша емкость постепенно увеличивается с каждым следующим прочтением. Попытка вложить в себя все и сразу сделает из вас подобие раздувшегося шарика, который вот-вот лопнет от перекорма.

Перечитывая фрагмент заново, уже из увеличенной емкости вы будете обращать внимание на то, чего прежде не заметили, и не удивляйтесь, если иногда будет казаться, что тех слов, смысл которых вы уловили сейчас, при предыдущем прочтении не было. Нет, в тексте не изменилось ни одной буквы, просто вы начинаете все больше и больше понимать, углубляться, осознавать, и тогда то, что было белым шумом, становится действительно реальной историей с сильным содержанием.

Как говорил А.В. Суворов, теория без практики мертва, поэтому за теорией у нас следуют задания, они обозначены таким значком:



Задания на первый взгляд могут показаться незатейливыми, и не один раз вы подумаете: «Зачем это делать? Серьезная работа не может быть такой ерундовой». Ну да, мы призывали, что только изнурительный труд приводит к успеху, счастью и деньгам. Неудивительно, если

мозг призовет вас спастись бегством: «Разве может работать то, что дается легко и не требует напряжения? Мы с тобой такие прокачанные, а тут натуральный детский сад. Какое отношение все это имеет к экспертизе, бизнесу, доходам? Что мы здесь забыли? Чем мы вообще здесь занимаемся?»

Тем не менее уже огромное число участников степевеев отметили, что стоит только убрать оценочность и просто начать делать — и сколько, оказывается, силы, нужности, ясности, озарений вскрывают именно такие будто бы незначительные и несуразные задания. Оказывается, результат может быть достигнут без тяжести, сложности и надрыва, а с совершенно другой эмоциональной составляющей — с радостью, уверенностью, наполненностью и в ресурсе.

Выполнять задания нужно письменно, именно это многое расставляет по местам. Если вы удовлетворитесь устным ответом и решите, что вам уже и так все понятно, осознания не произойдет. Записывая ответы, вы формулируете мысль, придаете ей словесную форму.

Процесс письма чрезвычайно сложен, при нем задействуется огромное количество нервных окончаний и максимально активизирована мыслительная деятельность. Мысль формируется в смысл, смысл формируется в слово, а потом это слово еще и надо воспроизвести с помощью условных знаков — это же феноменальный алгоритм, который может выполнить только человек! Записывать — значит не только воспринимать мир, но еще и воздействовать на него, поскольку мысль, зафиксированная в слове, — это первый шаг к ее материализации и реализации.

В процессе написания, объяснения, нахождения языка своему пониманию, подбора наиболее точных определений вы начинаете ясно видеть, как нужно сложить логические цепочки. В этот момент и происходит волшебство!

Сколько раз я слышала от многих, что, начиная писать, они вообще не понимают, что к чему: высказывают какие-то обрывочные фразы и неуловимые смыслы. А слово за слово раскручиваешь эту спутанную нить, и вдруг открывается, что значат для вас эти слова и смыслы и что именно к этому выводу (порой неожиданному и парадоксальному) вы, оказывается, шли. Это самая ценная работа, потому что она экономит массу сил, нервов, денег, времени. Ведь в жизни вы подчас тратите годы, чтобы прийти к тому же выводу. А здесь вы можете, выполняя вроде бы элементарные задания, преодолеть огромную дистанцию за несколько дней.

Специально для того, чтобы вы видели, какие прорывы возможны, я привожу примеры выполнения заданий участниками моих авторских программ. Таким образом, на ваших глазах будет разворачиваться подлинная трансформация реальных людей. По этическим соображениям я не могу представить их полные имена и внушительные послужные списки, но без этих примеров нам не обойтись, тем более что, узнав схожую со своей ситуацию, вы наверняка получите ответы на свои собственные запросы. Это станет исключительно полезным вкладом в вашу, дорогие читатели, трансформацию. А их истории послужат для вас вдохновением и доказательством того, что чудеса возможны и мы способны творить их сами!

Ответы участников обозначены так:



Вы прочтете очень личные истории и рассуждения людей, стремящихся к экспертности. Я благодарна им за то поле, которое они создали своей глубокой работой, за активность и результативность, за щедрость, с которой они поделились инсайтами с читателями этой книги.

Владимир Т., 53 года, предприниматель с опытом 32 года, финансовый консультант, Ростов-на-Дону.

Ольга З., 20 лет в предпринимательстве, 7 лет в сетевом бизнесе, владелица сети магазинов женской одежды, инвестор, Подмоскowie.

Эстер Г., 49 лет, провокативный психолог, холистический коуч сознания, коуч, ментор, супервизор ICF РСС, мама пятерых детей, переехала в Израиль из Украины.

Юлия Б., специалист-консультант по внешнеэкономической деятельности.

Julia W., студия художественной эротической фотографии, Вильнюс/Лондон.

Гуля Н., 52 года, инженер-экономист, психолог, цифролог, специалист по квантовым играм, Казахстан.

Елена П., аудитор, юрист, специалист по защите прав предпринимателей, Курган.

Зинаида Ю., дизайнер интерьеров, наставник молодых дизайнеров, Москва.

Благодарю вас, лучшие люди на свете!

Ваше обучение происходит не только с помощью теоретических материалов и практических заданий, но и через мои комментарии. Комментарии обозначены так:



В комментариях вы найдете ответы и на свои запросы, которые еще даже не успели сформулировать и озвучить. Все здесь про вас и для вас, так работает поле! Здесь все не случайно, я знаю, что случайностей не бывает. Случайность — это закономерная необходимость. В каждом есть каждый. То, что вас «триггерит» в другом, точно есть в вас. И если при чтении осознаний, ответов на вопросы или комментариев у вас пошла

реакция на состояние, фразы, мысли другого человека, это свидетельство того, что в вас «попали» и началась личная динамика.

Также в книгу включены ответы на вопросы, которые мне часто задают на консультациях. Они помогут вам разобраться с системами, связанными с четвертой основной ролью, о которой вы узнаете позже. Вопросы и ответы обозначены так:



На степвях, как правило, проработке одной темы отводится 1 день, мы идем бодрым шагом именно для того, чтобы максимально активировать ресурсы мозга. Мозговой штурм, а если точнее, то мозговой шторм — вот как я охарактеризовала бы степень напряжения, которая достигается некоторыми участниками. Конечно, выдержать темп непросто, но те, кто включил себя на всю мощь, действительно уносят с собой солидный результат. Будет отлично, если вы тоже мобилизуетесь и дадите почувствовать мозгу деятельное напряжение. Хотя главное — не скорость. Идите в комфортном для вас темпе, но выполняйте все задания «от и до» и по порядку.

Рекомендую фиксировать свои ответы и инсайты не на разрозненных бумажках, а завести отдельный блокнот или тетрадь. Это удобно, потому что, во-первых, время от времени мы будем обращаться к предыдущим заданиям. А во-вторых, вы увидите, насколько кардинально и быстро способно меняться мышление и состояние. Вы по-новому взглянете на себя вчерашнего в сравнении с собой сегодняшним и получите наглядную иллюстрацию того, что мгновенная трансформация — это не вымысел.

Кроме блокнота, обзаведитесь еще одним предметом — игральным кубиком. Как бы странно в дан-

ный момент это ни звучало, но кубик станет продолжением вашей руки, поэтому нужен не виртуальный, а совершенно обычный кубик, у которого на каждой грани от одной до шести точек.



С помощью кубика вы будете проверять, в верном ли направлении вы строите догадки и гипотезы. Можете считать подбрасывание кубика магической частью нашей работы. Вообще-то у этого есть некоторые объяснения с психологической, кинезиологической и физиологической точек зрения, но нам важно не то, как это работает, а то, что это работает в 100 % случаев!

Как выполнить проверку кубиком? Анализируя что-то, выдвигая гипотезу, делая вывод, приводя какое-то объяснение, бросьте кубик. Выпали числа «1», «2» или «3» — вы идете в неверном направлении. Не тратьте время, ищите дальше. Кубик показал «4» или «5» — вы нащупали верную дорогу, додумывайте, докручивайте. Увидели «6» точек на кубике — бинго, стопроцентное попадание! Только после этого задание считается пройденным. Все инсайты, возникающие в процессе поиска верного ответа, фиксируйте в блокноте.

Полная включенность — вот что от вас потребуются в обязательном порядке. Я по-честному отдаю все свои знания, не жалея и не пряча их, делюсь с вами по максимуму, а ваш выбор и ответственность — что из этого вы для себя возьмете. Результат в огром-

ной степени зависит от того, насколько вы погружены в процесс. Только при выполнении определенной должностной инструкции, находясь в роли ученика в системе «Я и обучение», вы приходите к бонусам. Если же игнорируете, считаете необязательным выполнить то или иное задание или изучить теорию, то неизбежны последствия. Какие? Останетесь там, где вы есть.

Если порой возникает мысль, что вы знаете все, о чем здесь читаете, то вы себя обманываете. Иначе почему нет тех результатов, которых вы хотите? Получается, что не так уж много вы и знаете. А даже если знаете, то ничего не делаете и никуда не двигаетесь. Так тоже можно, и меня устраивает любой ваш выбор, но я хочу, чтобы вы не отсиживались в сторонке в пассивном ожидании, вяло перелистывая страницы и просматривая их по диагонали. Подумайте, зачем вы здесь. Сколько можно дурить самих себя? Для чего делать как попало? Если нет результата, который вы хотите, то это не значит, что метод на вас не сработал. Это значит, что вы не делаете так, как должны. Вы поддались проискам мозга, который всеми правдами и неправдами старается сохранить прежний стабильный мирок, к которому привык. И когда на горизонте появляется настоящая, живая история, мозг блокирует информацию. Ведь чтобы стало по-новому, придется что-то менять. Зачем, если и до этого вы как-то жили и неплохо себя чувствовали? Зачем делать, если можно не делать? А ведь чем дальше мы двигаемся по книге, тем больше заданий. И за углом вообще какая-то неизвестность. Мозг не знает, как там, а здесь ему все ясно. Конечно, он будет вас отвлекать: найдутся более срочные дела, или ни с того ни с сего навалится усталость, или в зоне внимания возникнет что-то необычайно интересное — да мало ли что еще выдумает

затейник мозг, лишь бы вы не тратили энергию, которую он так экономит, чтобы она досталась только ему и никому иному.

Ваша задача — бдительно относиться к моментам, когда мозг включит свой неувядающий хит: «Да зачем нам с тобой это надо? Это непонятно, скучно, наивно, это наверняка не сработает, это не твое». Считайте его песню гимном вашим точкам роста — они именно там, откуда больше всего хочется сбежать. Не останавливайтесь — двигайтесь! Показывайте мозгу: «Дорогой, если мы сейчас это пройдем, то дальше будет все совсем легко».

Настоятельно прошу вас выполнять все предложенные задания, не пропуская ни одного. Не будете делать — снова упретесь в вопросы, с которыми решили разобраться. Но вы же этого не хотите? Так давайте разберемся с ними раз и навсегда. Давайте в этот раз сделаем все по-взрослому, не для галочки, а по-настоящему, ведь кто не просто читает и слушает, а работает, тот гарантированно двигается и получает результат.

ЧТО ВАМ ДАСТ НАША СОВМЕСТНАЯ РАБОТА

Вы получите новые знания, которые позволят двигаться легко — как в вашей социальной проявленности, так и по жизни в целом. Вместе с этими знаниями придет новая колоссальная энергия для реализации и воплощения замыслов — не пропустите ее. Не проработав то, что получили, вы просто растратите впустую всю полученную энергию и останетесь на прежнем месте или вообще уйдете в минус. Знания и осознания будут настолько мощными, что появится

желание куда-то это все сбросить, потому что емкость ваша еще мала и как будто бы все приходящее трудно в себя вместить. Зуд внутри будет подстегивать вас мчаться и рассказывать, и вы начнете поучать, давать советы, влиять, воспитывать — ведь на вас свалилось так много новой необычной информации, вы прозрели и теперь знаете, как осчастливить мир.

Понимаю, что вас будет распирать — перетерпите, пожалуйста. Не спешите делиться с каждым встречным-поперечным, потому что, побежав рассказывать, вы сольете информацию, пришедшую лично для вас, по вашему запросу. Значит, вы не усилитесь и не расширитесь. Эффекта — ноль. Ваша задача — не выискивать соломинки в чужих глазах, а разобраться с бревнами в своих. Поле, в которое вы пришли, не про других. Оно про вас. Не нужна никакая имитация бурной деятельности, сделайте работу для усиления себя. Прочувствуйте, проживите истройте в себя полученные знания, сделайте их своей сутью. А потом уже можно и делиться — если только вас об этом попросят, и никак иначе.

Вы научитесь видеть то, что мешает вашему движению к своим целям. У каждого из нас своя емкость, скорость и... целый воз вторичных выгод! Ох уж эти вторичные выгоды! Они-то часто и удерживают нас от того, чтобы взять и сделать. Нет, умом мы понимаем, что делать надо, но почему-то даже пальцем не пошевелим. Почему? Что нас держит? Что пугает? Что мешает оторваться от насиженного места? Вторичная выгода, оправдывающая нас и позволяющая оставаться там, где мы сейчас. Приведу свой пример. Я никак не могла подобрать оперативного директора, хотя уже давно ощущала потребность в специалисте, который настроит все процессы и согласует работу всей команды. Я понимала, что без него мне как без рук, даже давала запрос, но под-

ходящий человек никак не находился. Так длилось не день, не два, а очень долго. Тогда я начала рыться в себе: что не так, почему мне выгодно, чтобы его не было? И оказалось, что есть страх: появится человек, который будет руководить, в том числе и мной. Мной! И, может быть, окажется даже круче меня. Готова ли я терпеть рядом такого человека? Созрела ли для этого? Позволю ли ему руководить процессами, смирившись, что он сильнее, профессиональнее, продуктивнее меня? Вот эта вторичная выгода — оставаться единственной и неповторимой, не разделяя ни с кем место на троне, — и мешала мне сделать то, что необходимо для результата. Стоило только договориться с собой, тут же обнаружился и нужный человек — как будто стоял за углом и ждал, когда я, наконец, образумлюсь.

Вы получите знание порядков этого мира, его систем и правил игры под названием «Жизнь». Нам предстоит сформировать фундамент профессионализма, и для этого необходимо мыслить категориями систем. Знания о системах дадут именно то, без чего мы сколько угодно можем искать предназначение, работать с самооценкой, повышать свою стоимость, создавать свой продукт, но никогда не станем творцами жизни. Имея системное мышление, вы ясно увидите, что занимаетесь всем, чем угодно, вместо того, зачем поставлены. А раз вы не выполняете то, что должны, раз вы не занимаете свое место и не работаете на цель той системы, с которой пришли разобратся, то последствий не избежать.

Главным образом вы будете работать с четвертой основной ролью в системах «Я и бизнес», «Я и деньги», «Я и самореализация», хотя перепрошивка будет происходить во всех системах.

Вы научитесь легко расставаться с тем, что препятствует вашему переходу на новый уровень.

Вы пришли разобраться, что тормозит и мешает вашей самореализации. Но сделать это с прежних позиций не получится — на старых колесах и по старой траектории вы придете туда, где уже много раз бывали. По новой, непроторенной тропе иногда придется идти через боль и преодоление. Что-то придется разрушить, поменять, потерять, от чего-то отказаться. Вместе с тем обязательно будут и приобретения, но именно **готовность потерять** является ключевым фактором перехода на новый уровень.

Нужно будет пересобрать себя, поскольку в новой реальности старые порядки не работают. Конечно, вам никуда не деть те сценарии, с которыми вы практически сроднились за всю предыдущую жизнь, и вы их не станете выбрасывать, потому что это не балласт, а ваш опыт. Вы научитесь анализировать его и, взяв пользу, идти дальше.

Вы научитесь выдерживать атаки системы.

А с ними вы столкнетесь обязательно! Не все обрадуются тому, что вы начали меняться, выходить на свое место и получать бонусы. Относитесь к этому как к неизбежным временным неудобствам. Именно появление атак системы говорит о том, что все заработало. Если все гладко и ничего не происходит, значит, вы не сдвинулись с прежнего места и у вас ничего не меняется.

Вы общаетесь с огромным количеством людей и выстраиваете с ними определенные отношения, соединяющие вас между собой, как ниточки. Окружение привыкает к вам — человеку с определенными качествами в определенной проявленности. Оно адаптировалось, притерлось к вам — плохо ли, хорошо ли, но создалась определенная конфигурация, в которую встроились все. Начав движение на свое место, вы сдернете с насиженных мест всех, с кем связаны. А они этого не ожидали, не хотели и не закладывали. Конечно, они будут сопротивляться, забе-

гают и засуетятся. Начнутся атаки системы: все же было привычно и всех устраивало, и вдруг вы дергаетесь сами и куда-то тянете их. «Стоп, — воскликнет окружение, — ты куда? Ну-ка, иди туда, где стоял!»

Вам начнет казаться, что вы видите людей насквозь, поэтому наверняка захочется наставить их на путь истинный. Здесь самое время остановить себя, потому что вас явно понесло наверх, к небожителям и вершителям судеб. Так вот, отойдите от места Бога, оно занято. Любите людей настолько, чтобы позволять им быть такими, какие есть. И если вам захочется «просеять» свое окружение «через сито», отделив лишних, которые вам не нравятся, вспомните, как говорится в пословице: вместе с водой можно выплеснуть и ребенка. «Ни с кем не общаюсь, всех убиваю, все глупцы» — это проявление высокомерной позиции. Прежде чем кого-то отсеивать, хорошенько подумайте, что вы благодаря этим людям получили, осознали, оценили. И только тогда делайте выводы — может, и не стоит этого человека вычеркивать из жизни. Может, «такая корова нужна самому»?

Как могут проявляться атаки системы? Как угодно: ссоры, конфликты, несогласие, болеющие или не слушающиеся дети, требующие повышенного внимания родители, появляющиеся на горизонте и проявляющиеся «бывшие», неожиданные проблемы у братьев, сестер, подруг и т.д., и т.п. Всколыхнется огромное количество вопросов, отвлекающих вас от происходящего. И все это — нормально! Так должно быть, это часть процесса. Скоро все успокоится — дайте время. Просто продолжайте делать, и все, что вам мешало, постепенно отвалится. Из окружения уйдут «не ваши» люди, а с остальными отношения придут в норму, но уже на новом уровне.

Будьте готовы к любым неприятностям и помните: чаще всего мы создаем их сами. Любые ситуа-

ции — дело наших рук. А раз мы это создали, значит, именно мы и можем это исправить. Как зашли в ситуацию, так можем из нее и выйти, потому что выход всегда там, где вход. Как соскочили со своего места, так и зайдем его снова.

Вы получите умение мгновенно выходить на свое место в любой системе. И, встав на свое место, сможете увидеть себя во всех окружающих — а это уже про умение любить и принимать себя и других!

Вы научитесь читать и применять подсказки от мира. Вы пойдете шаг за шагом, постепенно вскрывая зоны, мешающие вам жить свою жизнь. Отслеживайте, что вас отвлекает и не дает двигаться. Любые события, которые будут происходить, — это подсказки от системы «Жизнь», и вы узнаете, как их читать и использовать.

Кроме того, вы получите подсказки от поля, созданного в пространстве книги мной, вами и участниками степвея. Какая бы подсказка вам ни приходила, везде все будет про вас. В целом информация в книге — это прямая подсказка, как вырुлить на ровную дорогу. Не услышите здесь, в любом случае через какое-то время придете к ответам на свои вопросы — вас без церемоний ткнут в них носом! Но сейчас вы стоите перед возможностью не ждать годы и не доводить до экстремальных ситуаций, когда знания достаются дорого и долго. За несколько дней, пока будете работать с книгой, вы сэкономите десятилетия и, получив огромный багаж, выйдете на высокий уровень. Включайтесь на 100 %, чтобы сэкономить время, деньги, нервы и здоровье.

Вы совершите прорыв, увидев, что, каких бы вершин уже ни достигли, вам есть куда расти. «Я прошел уже столько обучений, столько тренингов, столько лет работаю в своей сфере, заработал столько денег, имею такой опыт — что нового вы мо-

жете мне сказать?» — с таким настроением на мои авторские программы нередко заходят сильнейшие профессионалы, крупные руководители, владельцы крупных бизнесов. Но уже через несколько дней после начала нашей работы настроение становится совершенно другим. А выходят они после курса вообще новыми людьми — с огромным количеством прозрений и осознаний. И тогда случается прорыв — как будто у человека за спиной вырастают крылья, и он свободно взмывает ввысь, к новым вершинам.

Предела знанию не существует, и выучиться один раз и навсегда в наше время практически невозможно. Мир настолько быстро меняется и преобразуется, что, если мы хотим вписаться в новую реальность, нам надо поспевать за ее скоростями. Когда-то считалось, что вполне достаточно окончить школу, институт, стать хорошим специалистом и на этом остановиться. Самым ценным сотрудником считался тот, кто имел единственную запись в трудовой книжке, то есть всю жизнь проработал на одном и том же месте. А в наше время кого больше всего ценят? Того, кто имеет как можно больше компетенций в разных областях. Того, кто не ограничивается однажды полученным образованием, а постоянно углубляет, расширяет, совершенствует свои знания, умения, навыки.

Вы откроете в себе экспертность. Вы увидите, что экспертность заложена в каждом, ее только надо раскрыть, «докрутить», подсветить. Кто такой эксперт и в чем его отличие от профессионала? Эксперт — это профессионал, осознающий, что ему всегда есть куда расти. И он никогда не упрется в потолок, потому что потолка над ним не существует! Над ним — бескрайняя небесная свобода, и взлететь он может на любую высоту.

Ну что, взлетаем? Пристегните ремни, лучшие люди на свете!