

ВИТАЛИЙ ВЛАДИМИРОВИЧ
СУНДАКОВ



ИНСТРУКЦИЯ
ПУ ЭКСПЛУАТАЦИИ
УЗЛАБЫ



КЛАДЕЗЬ
Издательство АСТ
Москва

УДК 133.4
ББК 86.42
С89

Все права защищены.

Ни одна часть данного издания не может быть воспроизведена или использована в какой-либо форме, включая электронную, фотокопирование, магнитную запись или какие-либо иные способы хранения и воспроизведения информации, без предварительного письменного разрешения правообладателя.

Сундаков, Виталий.

С89 Инструкция по эксплуатации судьбы / Виталий Сундаков. — Москва: Издательство АСТ, 2026. — 352 с.

ISBN 978-5-17-184957-3 (Клуб Виталия Сундакова)

ISBN 978-5-17-100700-3 (Академия Виталия Сундакова)

Виталий Сундаков — профессиональный путешественник-исследователь, член Русского географического сообщества СССР и РФ, ведущий эксперт по первобытным цивилизациям и древнеславянской традиции, этнополитолог, топософ и инкультуролог. Организовал более 40 экспедиций на всех континентах, часть которых стала мировой сенсацией. Писатель, публицист, поэт, журналист и автор ряда научно-популярных и документальных фильмов и разножанровых книг.

Эта книга-инструкция предназначена для всех тех, кто отныне готов взять свою судьбу в свои руки. Благодаря автору вы обнаружите свои подлинные мотивы, ценности, возможности, цели и способы их воплощения и достижения и приобретете простые инструменты для строительства собственной желаемой судьбы.

УДК133.4
ББК 86.42

ISBN 978-5-17-184957-3
(Клуб Виталия Сундакова)
ISBN 978-5-17-100700-3
(Академия Виталия Сундакова)

© Виталий Сундаков, текст, 2023
© ООО «Издательство АСТ»,
оформление, 2026

СОДЕРЖАНИЕ

ОТ ИЗДАТЕЛЕЙ	5
ОБ АВТОРЕ И ОБ ЭТОЙ КНИГЕ	6
ВВЕДЕНИЕ В КУРС ПРЕДСТОЯЩЕГО	
НАМ ДЕЛА, или ПЕРВАЯ СТУПЕНЬ КУРСА	12
Вступление к первой ступени	12
Урок 1. Сценарий судьбы	23
Урок 2. Цели и мотивации	39
Урок 3. Счастье — несчастье	55
Урок 4. Что, как, зачем и почему мы делаем?	69
Заключение первой ступени курса	89
ВТОРАЯ СТУПЕНЬ КУРСА	91
Вступление к второй ступени	92
Урок 1. Рефлексия. Осознанность. Сознательность. Потребители. Производители. Авторы	105
<i>Ответы на вопросы слушателей курса</i>	125
Урок 2. Любовь и дружба	144
Урок 3. Время	168
<i>Ответы на вопросы слушателей курса</i>	186
Урок 4. Традиционная семья	203

<i>Ответы на вопросы второй ступени курса</i>	232
Заключение второй ступени курса	249
ТРЕТЬЯ СТУПЕНЬ КУРСА	255
Вступление к третьей ступени	255
Урок 1. Глобальные проблемы человечества	267
Урок 2. Сверхзадачи человечества	286
Урок 3. Человек и постчеловечество	305
Урок 4. Профессии будущего	328



ОТ ИЗДАТЕЛЕЙ

Уважаемые наши читатели!

Сегодня мы к вам с долгожданным сообщением о том, что давно обещанный антигренинг Виталия Владимировича Сундакова «Инструкция по эксплуатации судьбы» будет отныне доступен в любой точке и нашей страны, и в кругах русского зарубежья, без необходимости непосредственного визита нашего Мастера к вам или вас к нему.

Кстати, мы это издатели книг Виталия Сундакова. О том же, кто такой Виталий Владимирович Сундаков, излишне рассказывать тем, кто знаком с результатами его сенсационных экспедиций, с его книгами и видеоуроками, или тем, кому посчастливилось лично присутствовать на его лекциях, участвовать в его экспедициях и путешествиях, побывать в его Славянском кремле...

Тем же, кто с ним еще не знаком, будет не просто объяснить, кто же он такой — Виталий Сундаков? Если отвечать одной фразой, это живая легенда. Ну а чтобы открыть для себя подробности невероятной судьбы этого человека и его многочисленных квалификаций, энциклопедических знаний, масштабных реализованных проектов по всему миру, достаточно набрать в любой поисковой системе фамилию «Сундаков». Тысячи публикаций, видеоматериалов, лекций, интервью, книг и телеэфиров наглядно расскажут вам о «человеке тридцати профессий и двадцати имен», которые ему дали в различных племенах, народностях и религиозных конфессиях мира.

ОБ АВТОРЕ И ОБ ЭТОЙ КНИГЕ

Виталий Владимирович Сундаков — лидер общественного мнения и профессиональный путешественник-исследователь.

Действительный член Русского географического общества СССР и РФ. Ведущий эксперт по колыбельным (первобытным) цивилизациям планеты и древнеславянской традиции. Член экспертного совета Национальной премии РГО «Хрустальный компас». Этнополитолог. Инкультуролог. Топософ.

Первый профессиональный путешественник. В 1999 году внес эту профессию в кадастр мировых профессий. Президент Фонда российских экспедиций и путешествий. Руководитель экспедиций организации «Всемирные географические исследования». Лидер по организации научно-исследовательских экспедиций в труднодоступные регионы планеты. Организовал более 40 (автомобильных, морских, подводных, а также на всех ездовых животных) экспедиций на всех континентах, часть из которых стали мировой сенсацией. В его активе исследовательская деятельность в Ливии, Сирии, Афганистане, Иране, Австралии, Новой Зеландии, почти во всех странах Латинской Америки и Юго-Восточной Азии и ряде африканских стран, а также в Папуа — Новой Гвинее, королевстве Бутан, Канаде, США, на Тибете, в Индонезии, на Филиппинах, в Мьянме, Непале, Индии, Китае, Египте, Ирлан-

дии, Дании, Греции, Мексике, Турции, на Галапагосских островах, Карибах и, конечно, по всей России и во всех бывших республиках СССР.

Профессиональный водитель-испытатель с многолетним стажем. Президент Открытого клуба автомобильных путешествий и исследований «ОКАПИ» МО РГО. Девиз клуба — «Полезные приключения» — собирает в экспедиционные команды Сундакова автомобилистов со всего света.

Основатель Горно-Алтайского экспедиционно-тренингового центра «Сталкер».

Создатель и руководитель первой Советской школы безопасности при АН СССР под патронажем Красного Креста и Красного Полумесяца (1991 год), а затем Российской Школы выживания VITALIS с многочисленными филиалами и отделениями по всей стране. Эксперт по комплексной безопасности.

Инициатор создания школьной дисциплины ОБЖ (основы безопасной жизнедеятельности). Автор и ведущий научный редактор энциклопедии «Безопасность» для детей.

Автор командных и лидерских тренингов для гражданских лиц «Я мужчина», «Контрольная для Рембо».

Был воспитанником полка. Служил срочную службу в армии и по личной просьбе затем и в ВМФ (Северный флот). Закончил службу командиром отделения на авианесущем крейсере «Минск».

Почетный гражданин Подольска.

Основатель историко-культурного центра «Славянский кремль», на территории которого реализуются проекты «Кологодные праздники славян», «Лесная школа», «Купала на Рожайке», «Славянская дружина», «Цивилизаторы», «Забывшие ремесла»...

Основатель музеев колыбельных цивилизаций, славянского быта, «Обережные куклы Руси», «Ведический Храм», «Шатровая мельница».

Автор курса «Инструкция по эксплуатации судьбы», очными слушателями которого стали многие тысячи наших соотечественников и граждан русского зарубежья.

Профессиональный филолог-педагог (Педагогический институт Белинского). Ведущий преподаватель популярного видеопрокта «Русская Школа Русского языка».

Будучи членом Федерации детских организаций России, является автором масштабных всесоюзных и всероссийских проектов для детей: «Контрольная для Робинзона», «Байкальская кругосветка», «Смоленское кольцо», «Пермский треугольник». Организатор детских экспедиций по России, а также по Камбодже, Кении, Танзании, Афганистану, Вьетнаму.

Журналист (Московский государственный университет, журфак), прошедший путь от корреспондента заводской многотиражки до научного редактора центрального журнала ММФ СССР.

Писатель, публицист, поэт, автор ряда научно-популярных и документальных фильмов и разножанровых книг: «Внимание — опасность», «Спящий варвар», «Выиграть жизнь», «Сказки из сундука», «Бумажный посох» (объявлена прессой «пропущенной сенсацией»), «Забутые тайны золотого языка» (объявлена Союзом издателей бестселлером), «Сокрытые тайны золотого языка».

Ряд стран предлагает Сундакову лидерские должности в долгосрочной деятельности на их территориях и даже смену гражданства под его авторские проекты. Но надо знать Сундакова, чтобы понимать, что для русского «исследователя жизни» нет ничего важнее служения своей Родине и Отечеству.

Оправдываемо и постоянно «держа Сундакова под своим прицелом», журналисты вот уже 40 лет будто изощряются в изобретении все новых эпитетов этому герою многочисленных российских и зарубежных телепрограмм и публикаций в отечественных и зарубежных СМИ: «Гражданин Мира», «Человек глобуса», «Самый народный дипломат», «Славянский вождь», «Президент бездорожья», «Человек-вездеход», «Русский Рембо», «Профессиональный Странник», «Исследователь жизни», «Московский Индиана Джонс», «Современный Кортес», «Рекламный клондайк», «Эксперт жизни», «Маэстро приключений», «Бродячий академик», «Король дорог», «Городской туарег», «Певец колыбельных цивилизаций», «Неутомимый искатель», «ТАМГДЕНИКТО»...

Сундаков является прообразом ряда литературных, компьютерно-игровых и киногероев. Наверное, потому, что его яркая жизнь и фантастическая судьба похожи на сказочный вымысел, столь привлекательный для всех без исключения.

Поэтому и авторский курс Мастера — «Инструкция по эксплуатации судьбы» — тоже для всех. Для всех тех, кто отныне готов взять свою судьбу в свои руки. Вы с удивлением и восторгом обнаружите свои подлинные мотивы, ценности, возможности, цели и способы их воплощения и достижения. А также приобретете простые инструменты последующего строительства собственной судьбы из вашего состояния, положения, возраста и любых иных статусов.

Каждый урок будет направлен на то, чтобы все участники, возможно, впервые, узнали себя настоящего, открыли свои совершенно иные возможности, ресурсы и, конечно же, способы их активации. Когда человек обретает и развивает осознанность и сознательность, управ-

ля собственной судьбой и отсекая привнесенные собой же ложные стереотипы прежней, рефлексорной жизни, происходит волнующее знакомство с собой настоящим, понимание того, чего ты действительно хочешь от собственной жизни. А в итоге — совершенно иная и непременно счастливая судьба.

Базовый курс лекций «Инструкции по эксплуатации судьбы» состоит из четырех теоретических занятий. Пройдя их и убедившись в их эффективности, вы либо сочтете услышанное и понятое уже достаточным, либо продолжите с нетерпением ждать следующих двух ступеней курса. Эта же структура сохраняется и в этой книге: она состоит из трех частей-ступеней, внутри которых по четыре урока. На каждом уроке одновременно, а не последовательно обсуждаются влияющие на судьбу аспекты жизни и то, из чего сотканы наши судьбы, а после урока вас ждет домашнее задание.

Кроме того, Виталий Владимирович Сундаков лично отвечает на вопросы, приходящие от участников в процессе курса, на своих «живых» вебинарах. Темы этих вебинаров продиктованы вопросами слушателей, их уточнениями и пожеланиями. Ответы на эти вопросы есть во второй части книги.

Добрый десяток лет по всей России в среднем три-пять раз в год (а в Москве вообще почти каждый месяц) многие и многие встречались с Виталием Сундаковым на курсе «Инструкция по эксплуатации судьбы», посвящая этой теме минимум два дня. Люди практически со всех материков и из разных стран прилетали даже в самые удаленные от нашей столицы города и веси, туда, где проходили встречи. И это тысячи людей всех возрастов и социальных статусов, от самых молодых до людей сен-

сационно преклонных лет. Поэтому мы даже не беремся определить будущую аудиторию этой книги.

На очных встречах Сундаков всегда просит организаторов о том, чтобы людей было как можно меньше, дабы у него была возможность встречаться глазами с каждым и чтобы каждый слушатель имел возможность задать свои главные вопросы к нему. Теперь наша аудитория может быть неограниченной числом участников. И это, конечно, не единственное преимущество печатной «Инструкции».

Второе преимущество — это расстояние между ним и вами, которое теперь не помеха. Третье — это возможность читать книгу в любой момент. Очную встречу необходимо согласовывать с экспедиционными графиками Виталия Владимировича и с возможностями слушателей курса. Да и стоимость, устанавливаемая различными организаторами его семинаров по всему миру, плюс расходы на оплату авиабилетов и аренду гостиничных номеров, которые вы осуществляли самостоятельно, в итоге не всем оказывались по карману. А ведь порой именно этим людям, как показала жизнь, подобные встречи нужны были более всего...

Словом, вы просили об этом и ждали. А мы убедили Виталия Владимировича в назревшей необходимости осуществления публикации этого курса.

Ну и, наконец, кто, как не он сам, расскажет нам, как под его руководством и наставничеством мы будем создавать и воплощать в жизнь свою уникальную, неповторимую, личную «Инструкцию по эксплуатации судьбы» и почему наш мудрый автор назвал этот процесс «анти-тренингом».

Итак, слово Мастеру!



ВВЕДЕНИЕ В КУРС ПРЕДСТОЯЩЕГО НАМ ДЕЛА, ИЛИ ПЕРВАЯ СТУПЕНЬ КУРСА

Вступление к первой ступени

Вы взяли в руки эту книгу, чтобы создать свою личную «инструкцию по эксплуатации судьбы». Во вступлении к этой книге я намерен настроить вас на предстоящее путешествие, рассказав о нем.

Что же это такое — «инструкция по эксплуатации судьбы»? Или, иначе говоря, несуществующее пока *искусство стать и быть человеком*? Ну, или комплексная «наука о судьбе», которую, казалось бы, давно вызрела необходимость синтезировать? Наука для человека о человеке, его жизни, средах обитания, в которых она проистекает, о популярных и неведомых целях и смыслах жизни, об эффективных и несложных путях ее сохранения, качественного улучшения и, конечно, о существующем и необходимом для этого инструментарии, а также о методах и способах непременно осознанного выбора...

А нужна ли вообще такая инструкция? Не посягаем ли мы на некий высший замысел относительно нашей судьбы, пытаясь самостоятельно изменять будто бы predetermined курс нашего корабля под названием «Судь-

ба»? Ведь вскоре после рождения нам всем автоматически предложено отправиться в плавание, полное и волшебных открытий, и трудных испытаний. И на пути нашего маршрута-курса к берегам-целям всем нам понадобится сверять карты с показаниями компаса и придется научиться ловить ветер, ставя те или иные паруса. Обходить рифы, отмели или айсберги, подстерегающие нас.

Развивая эту метафору, где море — это жизнь, а парусник, плывущий по безбрежному океану, — наша судьба, давайте поразмышляем вот о чем.

Согласитесь, что, говоря метафорично, в расчете на долгое далекое плавание нам нужен надежный и подходящий корабль; нужны запасы пресной воды, еды, медикаменты, инструменты и материалы для возможного ремонта нашего судна. А в проходе через недружественные акватории нам нужны пушки и пицали для отражения атак пиратов, мечтающих захватить и наше судно, и наши припасы, да и нас самих, если мы не станем для них лишь обузой. И, пожалуй, едва ли не главное — нам нужен верный, умелый и большой экипаж, если мы, конечно, не отправились в свое плавание на утлой лодочке с веслами.

Среди этого экипажа должны быть не только палубные матросы, но и боцман, следящий за исправностью судна; старпом, обеспечивающий должную дисциплину; штурман, прокладывающий путь; лоцман, знающий рельеф акваторий и преобладающие там ветра и течения; кок, обеспечивающий экипаж пищей; лекарь, поддерживающий здоровье экипажа; канониры, сигнальщик, толмачи-переводчики, если мы намерены общаться с иноземными жителями побережья, куда будем вынуждены заходить для пополнения запасов.

Нам следует понимать, как и чем мы будем рассчитывать с командой и снабженцами, как будем предот-

вращать возможные среди экипажа бунт или болезни, где будем пополнять запасы и так далее. При этом если большую часть возможных обстоятельств мы можем предусмотреть или хотя бы предвидеть, то, например, управление погодой не в наших силах.

Знаете, какая из погод грозит успеху нашего плавания на нашем величественном корвете, галеоне, бриге, каравелле или фрегате?.. Ясная, солнечная — называемая штилем. Ведь, если нет ветра, у парусного судна нет движения. А чем сильнее ветер, тем быстрее мы придем к нашим долгожданным берегам-целям. И в помощь нашему стремительному движению в идеале — ветер штормовой. Конечно, при условии надежности нашего судна и высокой квалификации такелажной команды.

Но, увы, наступил штиль. И вот уже выпита вся вода, съедены все, даже стухшие, запасы провизии, а мы стоим среди океана очередные сутки, очередную неделю, очередной месяц... Мы уже съели всех крыс и даже кожаные ремни и подошвы и каждый день опускаем в лазурное, ласковое, теплое море безжизненные тела погибших от жажды, истощения или цинги наших товарищей. При этом у нас большие планы и цели; мы богаты и знамениты, у нас роскошный корабль, трюмы которого набиты золотом-серебром...

Улавливаете все эти метафоры в их переложении на нашу жизнь, прямо указующие нам на необходимость целого ряда задач и выводов, прежде чем мы, покинув тихую родную гавань, отправимся в прекрасное далеко? Нам нужно решить: плывем мы все же к манящим горизонтам или пока не готовы? На чем, с кем, когда, как и (едва ли не главное) для чего?

Знаете, когда я служил на военном флоте, у нас была в фаворе такая шутка. Да, у нас есть экипаж, которому по

плечу любая боевая задача; есть штурман, который прокладывает путь, потому что есть командир, который знает, куда мы плывем (на флоте говорят «идем»); есть боцман, ну и так далее. Но вот только в штатном расписании у нас нет «кацмана», который мог бы нам всем рассказать, зачем мы туда плывем.

Думая обо всем этом, мы все отчетливее начинаем понимать, что паруснику, у которого нет цели, ни один ветер не будет попутным.

Понимаем также, например, и что второе дно или трюмы нашей судьбы должны быть наполнены тяжелым балластом, чтобы придать остойчивость нашему судну и предотвратить при неожиданном резком порыве бокового ветра его переворот, называемый оверкилем. В нашей метафоре этим полезным балластом являются, например, наши навыки, знания, связи, аварийные ресурсы любого рода. Способствует нашей устойчивости и большой киль, расположенный под днищем. Но при этом следует понимать, что нам уже не зайти на мелководье. И для этого понадобятся меньшие плавсредства — ял, баркас, шлюпка...

Размышляя над деталями этого образа, мы начинаем понимать, сколь много факторов и условий содержат в себе наши жизни и судьбы.

Вот подумайте, какие из тем не имеют значения в нашей жизни: здоровье, исполнение желаний, материальный достаток, удовольствия, безопасность, позитивные перемены, волшебные перспективы, взаимоотношения как с родными и близкими людьми, так и со всеми теми, кого вы желаете вовлечь в свою жизнь или не хотите впускать в свою судьбу даже на мгновения?..

А давайте назовем эти жизненные интересы, темы и обстоятельства, значимые для каждого из нас в разное