

ТАТЬЯНА МУЖИЦКАЯ
психолог, бизнес-тренер

Теория Неверо ятности

КАК МЕЧТАТЬ, ЧТОБЫ СБЫВАЛОСЬ,
КАК ПЛАНИРОВАТЬ, ЧТОБЫ ДОСТИГАЛОСЬ

УДК 159.922
ББК 88.53
М89

Литературная запись текста *Ирина Белашева*

Во внутреннем оформлении и в оформлении обложки
использованы иллюстрации *М. Клава-Янат*

М89 Мужицкая, Татьяна. Теория невероятности : как мечтать, чтобы сбывалось, как планировать, чтобы достигалось / Татьяна Мужицкая. — Москва : Эксмо, 2022. — 192 с.

ISBN 978-5-04-096135-1

Никакой магии. Только здравый смысл, психология и чуть-чуть веры в чудеса. Книга Татьяны Мужицкой – известного психолога, тренера и телеведущей – раскрывает механизмы исполнения желаний. Она предлагает до изящного простую технологию превращения «хочу» в «имею». Без аффирмаций, визуализаций и танцев с бубном. Зато почти со стопроцентной гарантией, что задуманное сбудется. Главное – быть последовательным и оперативно реагировать на счастливые возможности, которые подкидывает судьба.

**УДК 159.922
ББК 88.53**

ISBN 978-5-04-096135-1

© Мужицкая Татьяна, текст, 2019
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2022

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

Татьяна Мужижкая

ТЕОРИЯ НЕВЕРОЯТНОСТИ

Как мечтать, чтобы сбывалось, как планировать, чтобы достигалось

Главный редактор *Р. Фасхутдинов*
Руководитель направления *Л. Ошеверова*
Ответственный редактор *Л. Романова*
Младший редактор *Р. Муртазина*
Художественный редактор *М. Клава-Янат*

Страна происхождения: Российская Федерация
Шығарылған елі: Ресей Федерациясы

ООО «Издательство «Эксмо»
123308, Россия, город Москва, улица Зорге, дом 1, строение 1, этаж 20, каб. 2013.
Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru

Өндiрушi: «ЭКСМО» АҚБ Баспасы,
123308, Ресей, қала Мәскеу, Зорге көшесi, 1 үй, 1 ғимарат, 20 қабат, офис 2013 ж.
Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru.

Тауар белгісі: «Эксмо»

Интернет-магазин : www.book24.ru

Интернет-магазин : www.book24.kz

Интернет-дүкен : www.book24.kz

Импортер в Республику Казахстан ТОО «РДЦ-Алматы».
Қазақстан Республикасындағы импорттаушы «РДЦ-Алматы» ЖШС.
Дистрибьютор и представитель по приему претензий на продукцию,
в Республике Казахстан: ТОО «РДЦ-Алматы»
Қазақстан Республикасында дистрибьютор және өнім бойынша арыз-талаптарды
қабылдаушының өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС,
Алматы қ., Домбровский көш., 3-а, литер Б, офис 1.
Тел.: 8 (727) 251-59-90/91/92; E-mail: RDC-Almaty@eksmo.kz
Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.

Сертификация туралы ақпарат сайты: www.eksmo.ru/certification

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

Өндiрген мемлекет: Ресей. Сертификация қарастырылмаған

Дата изготовления / Подписано в печать 11.05.2022. Формат 70x90^{1/16}.

Печать офсетная. Усл. печ. л. 14,0.

Доп. тираж 5000 экз. Заказ

ISBN 978-5-04-096135-1



9 785040 961351 >

16+

В электронном виде книги издательства вы можете
купить на www.litres.ru

ЛитРес:
ОДИН КЛИК ДО КНИГ



Москва. ООО «Торговый Дом «Эксмо»

Адрес: 123308, г. Москва, ул. Зорге, д.1, строение 1.
Телефон: +7 (495) 411-50-74. **E-mail:** reception@eksmo-sale.ru

По вопросам приобретения книг «Эксмо» зарубежными оптовыми
покупателями обращаться в отдел зарубежных продаж ТД «Эксмо»
E-mail: international@eksmo-sale.ru

*International Sales: International wholesale customers should contact
Foreign Sales Department of Trading House «Eksmo» for their orders.*
international@eksmo-sale.ru

По вопросам заказа книг корпоративным клиентам, в том числе в специальном
оформлении, обращаться по тел.: +7 (495) 411-68-59, доб. 2261.
E-mail: ivanova.ey@eksmo.ru

Оптовая торговля бумажно-беловыми
и канцелярскими товарами для школы и офиса «Канц-Эксмо»:
Компания «Канц-Эксмо»: 142702, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное-2,
Белокаменное ш., д. 1, а/я 5. Тел./факс: +7 (495) 745-28-87 (многоканальный).
e-mail: kanc@eksmo-sale.ru, сайт: www.kanc-eksmo.ru

Филиал «Торгового Дома «Эксмо» в Нижнем Новгороде
Адрес: 603094, г. Нижний Новгород, улица Карпинского, д. 29, бизнес-парк «Грин Плаза»
Телефон: +7 (831) 216-15-91 (92, 93, 94). **E-mail:** reception@eksmonn.ru

Филиал ООО «Издательство «Эксмо» в г. Санкт-Петербурге
Адрес: 192029, г. Санкт-Петербург, пр. Обуховской обороны, д. 84, лит. «Е»
Телефон: +7 (812) 365-46-03 / 04. **E-mail:** server@szko.ru

Филиал ООО «Издательство «Эксмо» в г. Екатеринбург
Адрес: 620024, г. Екатеринбург, ул. Новинская, д. 2щ
Телефон: +7 (343) 272-72-01 (02/03/04/05/06/08)

Филиал ООО «Издательство «Эксмо» в г. Самаре
Адрес: 443052, г. Самара, пр-т Кирова, д. 75/1, лит. «Е»
Телефон: +7 (846) 207-55-50. **E-mail:** RDC-samara@mail.ru

Филиал ООО «Издательство «Эксмо» в г. Ростове-на-Дону
Адрес: 344023, г. Ростов-на-Дону, ул. Страны Советов, 44А
Телефон: +7(863) 303-62-10. **E-mail:** info@rnd.eksmo.ru

Филиал ООО «Издательство «Эксмо» в г. Новосибирске
Адрес: 630015, г. Новосибирск, Комбинатский пер., д. 3
Телефон: +7(383) 289-91-42. **E-mail:** eksmo-nsk@yandex.ru

Обособленное подразделение в г. Хабаровске
Фактический адрес: 680000, г. Хабаровск, ул. Фрунзе, 22, оф. 703
Почтовый адрес: 680020, г. Хабаровск, А/Я 1006
Телефон: (4212) 910-120, 910-211. **E-mail:** eksmo-khv@mail.ru

Республика Беларусь: ООО «ЭКСМО АСТ Си энд Си»
Центр оптово-розничных продаж Cash&Carry в г. Минске
Адрес: 220014, Республика Беларусь, г. Минск, проспект Жукова, 44, пом. 1-17, ТЦ «Outleto»
Телефон: +375 17 251-40-23; +375 44 581-81-92
Режим работы: с 10.00 до 22.00. **E-mail:** exmoast@yandex.by

Казахстан: «РДЦ Алматы»
Адрес: 050039, г. Алматы, ул. Домбровского, 3А
Телефон: +7 (727) 251-58-12, 251-59-90 (91,92,99). **E-mail:** RDC-Almaty@eksmo.kz

**Полный ассортимент продукции ООО «Издательство «Эксмо» можно приобрести в книжных
магазинах «Читай-город» и заказать в интернет-магазине: www.chitai-gorod.ru.**
Телефон единой справочной службы: 8 (800) 444-8-444. Звонок по России бесплатный.

Интернет-магазин ООО «Издательство «Эксмо»
www.book24.ru

Розничная продажа книг с доставкой по всему миру.
Тел.: +7 (495) 745-89-14. **E-mail:** imarket@eksmo-sale.ru

book 24.ru

Официальный
интернет-магазин
издательской группы
«ЭКСМО-АСТ»

ЧИТАЙ·ГОРОД

Эта книга посвящается всем тем,
кто верит в чудеса и сам их создает.

Меня научила этому мама.

Мне повезло! Спасибо!

ОГЛАВЛЕНИЕ

Вместо предисловия	8
НАЧАЛО. Человек желающий.....	10
Не волшебство, а стройная система.....	11
Чего хотеть? Откуда берутся желания.....	18
Четыре способа получать желаемое.....	31
Раздел 1. «ЦЕЛИ». Решил и сделал.....	40
«Вижу цель — не вижу препятствий».....	42
Люди процесса.....	52
Сработало или не сработало?.....	55
Последний штрих.....	60
«Волшебный пинок».....	63
Раздел 2. «ЖЕЛАНИЯ В НЕБЕСНУЮ КАНЦЕЛЯРИЮ». Волшебство и ритуалы.....	71
Новогодний ритуал.....	73
Общие слова не работают.....	77
Примиримые противоречия.....	92
А что, можно было?.....	98
Мечтать не по средствам.....	104



Раздел 3. «СУДЬБА». «Знаки Вселенной».....	111
На распутье.....	113
Я прав или я прав?.....	118
Послания от бессознательного.....	124
Погадаем?.....	129
Раздел 4. «ВНУТРЕННИЕ УСТАНОВКИ». Уже можно!.....	137
«Ангельск» или «Архангельск»?.....	139
Карты на стол!.....	147
Шоколадное мороженое и шоколадное настроение.....	153
В поиске счастливых событий.....	158
...с теми, кто их пробовал!.....	163
«Ну пожалуйста, разреши!..».....	166
ФИНАЛ. В машине времени.....	181
Любовь к себе.....	186
Спасибо, спасибо, спасибо... ..	189



ВМЕСТО ПРЕДИСЛОВИЯ

Я очень осторожно отношусь к инженерным терминам в применении к явлениям житейского порядка: «женская энергия», «общение со Вселенной», «лучи добра», «волны успеха», «положительное поле» и так далее. Скажу больше, обычно сторонюсь авторов, которые используют такие понятия.

Когда мне предложили прочитать книгу Татьяны Мужижкой, я в самом названии увидел именно такое сочетание. Но, поскольку автора я знаю давно и с лучшей стороны, поскольку у нее непревзойденный авторитет в профессиональной (и довольно рационально настроенной) среде, я без колебаний согласился.

Не секрет, что рецензенты часто лишь просматривают текст, к которому готовят предисловие или отзыв. Я же прочитал с интересом и вниманием все до последней буквы. И вот почему.

Много лет назад я попал на семинар известного на тот момент автора. Билет мне, признаюсь, достался даром, на семинаре постоянно звучало: «энергия», «поле» и «карма» — так что работал я спустя рукава. Однако к концу мероприятия у меня был готов список желаний, часть из которых были понятными и предсказуемыми, а часть — экзотическими, в исполнение которых я сам не верил. Впрочем, как человек дисциплинированный, я некоторое время после семинара проделывал со своим списком все предписанные процедуры и ритуалы.

Прошли годы. О списке я забыл, но о семинаре вспоминал, используя те или иные техники. Однажды, уже живя в Москве и переезжая из арендованного жилья в собственную, недавно купленную квартиру, я разбираю старые вещи. И на глаза мне попался потертый тетрадный листок, на котором я с трудом смог разобрать список желаний из более чем десятка пунктов. Вчитавшись, я за-

стыл в изумлении: все без исключения желания сбылись! Лишь некоторые — с легкой коррекцией.

«**Везде летать**» — и у меня порядка двухсот перелетов в год, даже этот текст я пишу в самолете.

«**Кататься на горных лыжах**» — и вот я, родом из бесснежной Одессы, где в помине нет гор, переезжаю в Москву и каждую зиму катаюсь на лыжах с друзьями.

«**Родить дочь**» — к моменту, когда я читаю список, моей первой дочери Маше исполнился годик, и именно из-за ее рождения мы задумались о своей квартире.

«**Построить дом на Москве-реке**» — дом не получился, небольшая поправка, вы уже догадались — квартира на берегу Москвы-реки, и из окон спальни можно наблюдать проплывающие мимо пароходы и лодки.

Я долго не мог оправиться от потрясения. Ладно бы одно-два, но целый список! Позднее, когда я стал серьезнее изучать технологии исполнения желаний, понял, как они работают, и теперь пользуюсь ими осознанно и постоянно. Могу без преувеличения сказать: все, что я сделал, все, кем являюсь, все, чего достиг, — результат осознанного подхода к формулированию и исполнению желаний.

Чудо без мистики. С инженерным подходом.

Книга Татьяны Мужижкой — четкая и исчерпывающая инструкция для людей вроде меня: рациональных и приземленных, но которые верят в возможность чуда — исполнения своих желаний.

Радислав Гандапас, бизнес-тренер,
президент Ассоциации спикеров СНГ,
автор бестселлеров «Камастура для оратора»,
«Харизма лидера», «Полная Ж.
Жизнь как бизнес-проект» и др.



Началю

wish



НЕ ВОЛШЕБСТВО, А СТРОЙНАЯ СИСТЕМА

Один из способов выбрать будущее —
просто поверить в то, что оно неизбежно.

Ричард Бах¹

...1987 год. Мне 15 лет, и я настоящий фанат группы «Машина времени». Они особенные. Они наполняют мою жизнь смыслом, у них невероятно глубокие для меня песни, мощные...

Много лет я со всей своей страстью слежу за жизнью этой группы, знаю наизусть все тексты, собираю статьи из газет и журналов. У меня в комнате висит огромный плакат с изображением Макаревича. Мой парень ревнует меня к нему и незаметно подрисовывает Макаревичу рожки и усы. За что получает страшную кару! Ну как можно покушаться на святое! Понимаете, да? И конечно же, я больше всего мечтаю попасть на концерт «Машины времени».

¹ Ричард Бах. Карманный справочник мессии. «София», 2007.

Группа по тем временам считается бунтарской: концертов в Москве не бывает. Но я точно знаю, что обязательно попаду и спою вместе с ними всю их программу, отдам им в аплодисментах всю свою накопившуюся любовь и буду совершенно счастлива.

И тут в один прекрасный день я прихожу в школу и узнаю от одноклассников, что в спорткомплексе «Олимпийский» два дня подряд идет сборный концерт, в котором «Машина времени» исполняет аж 6 песен! Причем вчера был первый концерт, а сегодня второй, и последний.

И в этот момент я поняла, что должна туда попасть. То есть не могу не попасть. Вернее, я подумала даже не так: я просто ЗНАЛА, что я обязательно туда попаду! Вот он — шанс увидеть живьем моих кумиров, вот мечта — на расстоянии вытянутой руки! Я не могу упустить этот момент.

Билеты, разумеется, достать было невозможно. Это сейчас ты заходишь в интернет и покупаешь билеты куда хочешь, за любые деньги. А тогда... тогда в кассах их купить было нельзя вообще, распределяли по организациям. А уж с учетом популярности исполнителей... Это было совершенно нереально.

НО МЕНЯ НЕ ОСТАНОВИТЬ. Я ПОНИМАЮ,
ЧТО ЭТО ТОТ САМЫЙ ШАНС, УПУСТИТЬ
КОТОРЫЙ Я СОВЕРШЕННО НЕ МОГУ.

Помню, что есть такое понятие «лишний билетик». Вот на него и делаю ставку. Прихожу за поддержкой к бабушке: «Ба, помнишь, мы с тобой с самой Олимпиады собираем пятидесятикопеечные

монеты в банку из-под пива «Золотое кольцо»? Так вот сейчас тот самый момент, когда эти полтинники мне нужны. Я готова заплатить любые деньги за билет, так что банку я забираю!» Сраженная моим напором, бабушка не сопротивляется.

Когда я вышла из метро, моя решимость претерпела суровое испытание: вдоль дороги стояли толпы людей, выпрашивающих лишний билетик. Сотни людей, а может, даже тысячи... Воображение сразу начало вычислять вероятность... но... но желание было настолько велико, что логика была задвинута в дальний угол сознания. Я упрямо направилась ко входу. И вот я стою в большой толпе, мерзну в слишком легкой для такой погоды курточке. Погода мерзкая, мокрый снег, но я, как заведенная, повторяю посиневшими губами: «У вас есть лишний билетик? Есть лишний билетик?»

Мимо проходят счастливые обладатели билетов, а я стою даже не у центрального подъезда. До концерта остается пятнадцать минут. Ну а потом я, наверное, разрежусь или буду умолять бабушек-билетерш... Но пока еще продолжаю спрашивать: «Лишний билетик есть?»

Вдруг за спиной голос: «Вам билет нужен?» С надеждой оборачиваюсь, вижу мужчину, произнесшего это: крупная фигура в куртке-«аляске», капюшон скрывает лицо... «Пойдемте со мной, девушка, только очень-очень быстро!» — бросает он, не останавливаясь. И я, конечно, бегу за ним, громяхая банкой с полтинниками. Мы именно бежим, проносимся мимо бабушек-билетерш, которые ни о чем не спрашивают ни его, ни меня. Мы поднимаемся на ярус под самой крышей, полтинники отбивают в моей сумке безумный ритм, я все пытаюсь понять, сколько же ему их отсыпать... но вот он сажает меня, запыхавшуюся, на простую скамейку на последнем ряду седьмого этажа — и уходит... вот прямо даже исчезает! Не потребовав денег, не пытаясь познакомиться. Просто так! Я предполагаю, что он тут работает — звукооператором или осветителем.

Итак — счастье есть! Я на концерте — это плюс. Ничего не видно, потому что я сижу очень высоко — и это минус. Но тут этот самый верхний ярус наполняется ротой солдат, которых привезли на мероприятие. Солдатики мне очень рады — девичье лицо среди них?! Я рассказываю им свою невероятную историю, они вдохновляются. И вот уже один солдатик говорит мне: «Ничего не видно, да? Хочешь рассмотреть получше?» — и протягивает настоящий полевой бинокль. И вот оно! Сцена становится видна как на ладони, я вижу родинки на лице Макаревича и каждый волосок в бороде Кутикова. Слезы счастья льются по щекам фанатки-подростка.

Вот так, вопреки теории вероятностей и житейской логике, я окунулась в свою мечту, то есть познакомилась с теорией невероятности.

У меня было столько причин отказаться! Если бы я заранее подумала, что шансов у меня нет, я бы не стала даже пытаться, ведь эта невозможность была очевидна любому, кто видел толпы жаждущих билетика. Я бы, как порядочная девушка, не пошла с незнакомым мужчиной, и уж тем более не поверила бы, что он делает это бесплатно, да и с солдатами не разговорилась бы. Но — счастье случилось! Потому что я этого очень хотела.

Я вернулась домой счастливая, наполненная чудом происходящего. Как будто в меня, как в воздушный шарик, накачали какого-то другого воздуха и мне стал доступен иной мир.

МИР, В КОТОРОМ ПРАВИТ ТЕОРИЯ
НЕВЕРОЯТНОСТИ, МИР, В КОТОРОМ МОЖНО.

В этот момент я впервые подумала, что, наверное, есть секреты, благодаря знанию которых любое желание может исполниться.

Желания — это мощный двигатель нашей жизни, ее компас. Таинственно рождаясь внутри нас, являясь неизвестно откуда, они направляют нашу жизнь и меняют и ее, и нас самих.

ЖЕЛАНИЯ — ЭТО ДОРОГА В ОДНОМ
НАПРАВЛЕНИИ, ОНИ СУЩЕСТВУЮТ ТОЛЬКО
В БУДУЩЕМ ВРЕМЕНИ.

Желания являются причиной наших поступков и стимулом нашего роста. «По моему хотению» люди совершают великие дела и добиваются невозможного. Желания — это путеводный маяк, который зовет к себе и заставляет преодолевать преграды. Желания — это наша любовь. Мы никогда не желаем себе того, чего не любим. Наверное, не случайно в некоторых языках, например в испанском, глаголы «желать» и «любить» обозначаются одним словом — *querer*.

Каждый из нас — не просто «человек думающий», каждый — «человек желающий».

ЭНЕРГИЯ ИСПОЛНЕНИЯ ЖЕЛАНИЯ СПОСОБНА
СВЕРНУТЬ ГОРЫ, ПРЕОБРАЗИТЬ ГЕОГРАФИЧЕСКИЕ
КАРТЫ И ОТКРЫТЬ ДОРОГУ В КОСМОС.

А в масштабах человеческой жизни — круто изменить окружение, занятия, тело человека.

Желание отличается от воли — способности сознательно управлять поступками на пути к цели. И от мотивации — неосознаваемых, глубинных потребностей, лежащих в основе человеческой деятельности. Желание — это и мотив, и его переживание, и стимул, и эмоция. Свои желания мы частично понимаем. Но такой же большой частью они лежат в сфере интуитивного, связанного с той великой силой, в потоке которой происходит наша жизнь.

Наши желания — на грани реального и сказочного миров, и поэтому лучше всего желать умеют дети, у которых еще не стерлась разница между этими мирами, они верят в сказки. И потому они совсем не удивляются, когда их желания сбываются.

Так же и те взрослые, которые сохранили в себе эту детскую способность. Они не просто верят, но и точно знают разнообразие путей, которыми дружественная Вселенная ведет тебя к тому, чего ты очень хочешь.

Все это мне предстоит открыть потом. Возможно, интерес к этому явлению и сделал когда-то из меня психолога. А инженерные мозги не могли успокоиться, пока я не привела данные об исполнении желаний в стройную систему. Кажется, у меня получилось. Уже много лет я провожу тренинг, через который прошли тысячи людей с самыми разными судьбами. Вот что с ними происходит: «Татьяна, решила вам написать, чтобы поделиться радостью. Я вышла замуж на днях за того самого мужчину, которого загадывала на вашем тренинге по исполнению желаний в декабре 2014 года. Можете посмотреть фотографии на моей страничке. Я тогда описала, кого хочу встретить, с каким перечнем качеств, но, как я теперь понимаю, подсознательно подгоняла эти качества под своих знакомых. И вдруг ровно через полгода я встретилась с этим мужчиной в танцевальной школе. В тот день он не успел со мной

познакомиться, но почувствовал, что я та самая. Он нашел меня в группе «вконтакте», мы начали переписываться, а потом снова встретились, чтобы уже не расставаться. Я «заказывала» тогда «такого же, с одинаковыми интересами», а у него даже колено травмировано в том же месте, что и у меня, даже болячки совпали! И еще я пожелала, чтобы он не алкоголик был — мой муж не алкоголик, но коньячок любит, так что надо было более точно прописывать этот пункт!»

Это работает!

НИКАКОЙ МИСТИКИ ИЛИ МАГИИ ТУТ НЕТ —
ЭТО ПРОСТО ЦЕЛЬНАЯ СИСТЕМА ПРЕДСТАВЛЕНИЙ,
КОТОРАЯ ОПИСЫВАЕТ ВСЕ СТОРОНЫ ЖИЗНИ,
СВЯЗАННЫЕ С ИСПОЛНЕНИЕМ ЖЕЛАНИЙ.

Причем для того, чтобы научиться этому, не надо ехать в Москву ко мне на тренинг или ждать, когда я приеду в ваш город. Можно начать действовать самому, познакомившись с этой техникой.

ЧЕГО ХОТЕТЬ? ОТКУДА БЕРУТСЯ ЖЕЛАНИЯ

A large, irregular orange watercolor splash on the right side of the page, containing text.

хочу жить в домике у моря
у моря счастья и любви
вдруг сверху голос
че мешает живи

© Вайшу Майт & cindy

Наверное, каждому из нас встречались люди, которые не боятся желать. И люди, всегда получающие желаемое. Их принято считать везунчиками, счастливыми. Но давайте предположим, что во Вселенной ничего не пущено на самотек. И то, что называется везением, лишь объективное следствие поступков, мыслей, намерений этих людей. А значит, можно отследить закономерности, выстроить систему и действовать уже не наугад. Иными словами,

ИСПОЛНЕНИЕ ЖЕЛАНИЙ – ЭТО ТЕХНОЛОГИЯ.
А ЗНАЧИТ, ОНА ДОСТУПНА НЕ ОТДЕЛЬНЫМ
УДАЧЛИВЫМ ЛЮДЯМ, А ВСЕМ.

Удачливые просто раньше других поняли, как это работает.

Обычно люди знают только пару простых способов исполнять желания — или загадать его как следует в новогоднюю ночь, посыпав шампанское пеплом, или, не поднимая головы, идти к цели, напрягаясь так, что она может стать ненавистой.

Еще хуже ситуация, которую недавно я услышала от своего приятеля:

«Представляешь, у меня юбилей, кругом друзья и родственники, торт со свечками шикарный, и даже колдуна позвали, чтобы я загадал самое настоящее желание. А я сижу и понимаю, что не могу ничего придумать, не знаю, что пожелать. Что я вообще не привык. Такая дурацкая ситуация... Из меня вдруг откуда-то вылезло «хочу мира во всем мире!». Я конечно, свечи задул, а потом переживал еще месяц. Где брать желания, Таня? Как понять, чего хотеть? Может, и на этот случай у тебя технология есть?»

Технология, конечно, есть. Именно над ее созданием я вдохновенно и работаю все эти годы. И она, как оказалось, двухфазная. Сначала понять, чего хотеть. А потом правильным образом над выбранным желанием работать. И все. Звучит заманчиво? Ну, что ж. Обещаю ничего от вас не скрывать.

Я люблю системность. Ведь если посмотреть на очень разные истории сбывшихся желаний, открытых Америк, случившихся рекордов, то в них обнаружится много общего. И один из моих лю-

бимых способов систематизировать информацию — это декартовы координаты. Не бойтесь, это несколько больше, чем привычные глазу икс и игрек.

Еще в XVI веке математик и философ Рене Декарт предложил представлять местоположение точки на плоскости при помощи пары координат, придав им ориентиры — две пересекающихся оси. Он сам писал, что его система координат выходит за пределы геометрии:

«Те длинные цепи выводов... которыми геометры обычно пользуются, чтобы дойти до своих наиболее трудных доказательств, дали мне возможность представить себе, что и все вещи, которые могут стать для людей предметом знания, находятся между собой в такой же последовательности»¹.

ВЕЩЬ В СЕБЕ ИССЛЕДОВАТЬ НЕВОЗМОЖНО, ПОТОМУ
ЧТО ОНА — ЧАСТЬ СИСТЕМЫ, А ЗНАЧИТ, У НЕЕ
ЕСТЬ В НЕЙ МЕСТО, ПРИВЯЗКА К КООРДИНАТАМ.

Давайте исследуем и исполнение желаний с помощью декартовой системы координат. Я — инженер по своему первому образованию, и мне нужно системное описание.

Итак, первая фаза нашего с вами исследования. Как захотеть? Откуда вообще берутся желания?

¹ *Рене Декарт*. Рассуждение о методе для верного направления разума и отыскания истины в науках. М., Эксмо-пресс, 2015

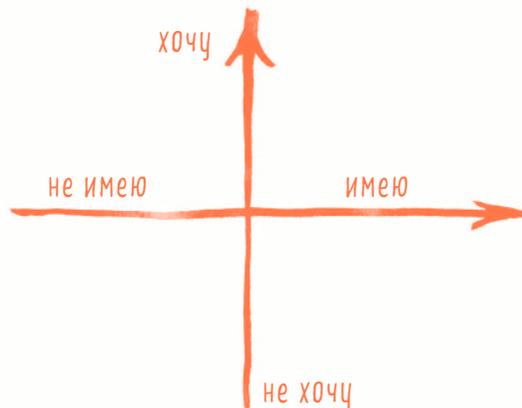
Бывает, что система перенасыщена и ничего нового туда просто не поместится, пока мы не освободим для него место. Если вы хоть раз стояли перед переполненным шкафом с мыслью «мне нечего надеть» или пытались запихнуть в набитый чемодан еще парочку бутылок вина из романтической Италии, возможно, вы понимаете, о чем я говорю.

ЕСТЬ ПРЕКРАСНЫЙ СПОСОБ ОСВОБОЖДЕНИЯ
ПРОСТРАНСТВА — НАВЕДЕНИЕ ПОРЯДКА.

Давайте проведем инвентаризацию. Пусть вас не пугает это слово, мы можем обнаружить несметные сокровища. (Видите? Несметные — то есть те, которых нет в смете! Их никто просто до этого за сокровище и не считал!)

Ну что? Задумаемся, чего хотим? Рене Декарт нам в помощь!

Проведем две оси — хочу/не хочу, имею/не имею.



В таблице получится четыре сектора: «Хочу и имею», «Имею и не хочу», «Не хочу и не имею», «Хочу и не имею».



Предлагаю вам заполнить эти квадранты относительно себя самого. Первое, что приходит в голову. Что получается? Наполните своим содержанием. Замечаете, что при этом происходит в теле, что с настроением? Какие эмоции? Итак, приступаем? Запишите хотя бы по три пункта в каждом квадранте.

Мне взялась помогать в выполнении этого упражнения моя клиентка Вера.

Вот что получилось у нее:

1. ХОЧУ И ИМЕЮ: ЛЮБИМУЮ РАБОТУ ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА, ПОЕЗДКИ ПО ВСЕМУ МИРУ, ДОЧЬ;
2. ИМЕЮ И НЕ ХОЧУ: ЛИШНИЙ ВЕС, НЕ САМЫЕ ЛУЧШИЕ ОТНОШЕНИЯ С БЫВШИМ МУЖЕМ, РАЗДРАЖЕНИЕ ОТ ТОГО, ЧТО ЖИВУ НА ОКРАИНЕ ГОРОДА;

3. НЕ ХОЧУ И НЕ ИМЕЮ: НЕ ХОЧУ ПИСАТЬ ДИССЕРТАЦИЮ И НЕ ПИШУ, НЕ КУРЮ УЖЕ ТРИ ГОДА И НЕ ХОЧУ КУРИТЬ, НЕ УЕХАЛА В ДРУГУЮ СТРАНУ НА ПМЖ, И РАДА ЭТОМУ;

4. ХОЧУ И НЕ ИМЕЮ: СВОБОДНОЕ ВРЕМЯ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ ТАНЦАМИ, ЛЮБИМОГО И ЛЮБЯЩЕГО МУЖЧИНУ, СВОЮ СОБСТВЕННУЮ КВАРТИРУ.

А у вас что получилось? Может быть, вы заметили, что пишется и даже читается каждый квадрант по-разному? Где-то больше энергии, где-то меньше? Где-то радость и гордость, а где-то сожаление и печаль. Да-да, это не просто так! Мы создаем с вами систему. Я специально попросила вас сначала подумать, потому что сейчас, конечно же, будет «правильный ответ».

Раздел «**Хочу и имею**» (**благодарность**) кажется будничным и неинтересным. Но на самом деле здесь очень много энергии. Это не только реализованные желания, достигнутые цели, но и своего рода «заводские настройки», настройки по умолчанию, которые очень важно сохранять. Чтобы не получилось как в анекдоте: «Хозяйка, дрова нужны? — Нет, не нужны! — Мужики, забирайте дрова! Ей не нужны!»

Например,

ЧЕЛОВЕК НЕ ЗАГАДЫВАЕТ ЖЕЛАНИЕ «ХОЧУ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ»,
ПОТОМУ ЧТО ЗДОРОВЬЕ У НЕГО И ТАК ОТЛИЧНОЕ.
ОН ЭТО НЕ ЦЕНИТ И ОСТРО ЖЕЛАЕТ ХОРОШЕГО
САМОЧУВСТВИЯ, ЛИШЬ КОГДА НАЧИНАЕТ ЕГО ТЕРЯТЬ.

Поэтому так важно осознавать, что у тебя есть то, что ты имеешь: семья, работа, таланты, — быть за это благодарным. Очень полезная практика, кстати! Она присутствует во многих религиях. Да и безотносительно наличия или отсутствия вероисповедания никто не мешает сделать небольшую медитацию. Просто перечитать свой список «хочу и имею» и поблагодарить Творца, Вселенную, самого себя за все это. К сожалению, некоторым нужно все потерять, чтобы начать ценить то, что есть. Не будем такими! Давайте сразу начнем с того, что мы с вами, оказывается, богатые и счастливые люди! Ура! Как говорил поэт Вишневский: «Спасибо мне, что есть я у тебя!» Спасибо мне за то, что я... Далее по списку из квадранта. И вот тут я вас очень прошу идти строго по технологии. Ведь порядок — штука неумолимая. Если у вас есть хороший рецепт пирога, а вы начинаете сыпать в тесто абсолютно все специи подряд, о гарантированном результате речь не идет. Поэтому, пожалуйста, не делайте так, как все эти обыватели. Они к любому факту дописывают или договаривают «...а могло бы быть и лучше». Например, к фразе «хочу и имею любимое дело преподавателя английского языка» Вера почему-то добавила «А могла бы выйти замуж за дипломата и работать в консульстве». И в этот момент ужасно расстроилась. Да, на пути мы будем встречаться с мыслительными вирусами, которые изрядно портят работу нашего компьютера. Но если вы доверитесь мне и пройдете по той технологии, которую я предлагаю, то все получится! Поэтому сейчас смело пишем или просто мысленно перечисляем как можно больше того, что у вас есть и чего вы при этом хотите.

ХОЧУ И ИМЕЮ! ИМЕЮ И ВСЕ ЕЩЕ ХОЧУ! ХОТЕЛ И ПОЛУЧИЛ!
И РАД ЭТОМУ! И БЛАГОДАРЕН ЖИЗНИ И СЕБЕ!

Давайте возьмем за правило все-таки сознательно продлевать контракт, пролонгировать. Вот уже как минимум одно желание нашлось: ХОЧУ, чтобы и дальше было так же счастливо, хорошо, интересно. И можно даже лучше, чем я думаю!

Ну, как настроение?

В разделе **«Не хочу, но имею» (проблемы)** сошлись нелюбимая работа, надоевшие отношения, исчерпавшие себя обязательства. С ними надо что-то делать, потому что они все время оттягивают энергию, портят восприятие. Человек не понимает, как ценно то, что у него есть, потому что он все время думает про проблемы. Они обладают свойством космической «черной дыры» поглощать энергию. Проблема — это то, что у меня есть, а я этого не хочу. И, кстати, многие люди считают, что это вообще самый важный квадрант из всех, что борьба с трудностями — это и есть предназначение человека. Возможно. Но давайте посмотрим, какой настрой это формирует. Вспоминается анекдот:

Едет в автобусе мужчина и думает: «Ну вот. Погода ужасная, работа отвратительная, зарплата нищенская, жена сволочная, дети тупицы, здоровье никуда не годится...» А за спиной у него стоит ангел-хранитель, все записывает в книжечку и комментирует: «Надо же! Каждый день одни и те же желания, но, что поделаешь, приходится исполнять!»

Но даже если вернуться к земным реалиям, то настроение у нас от таких мыслей явно не повышается. И энергии на реализацию целей не прибавляется. Проблемы — они такие. Могут и засасывать.

Что же с ними делать? Их надо превращать в задачи. Очень четко определить — что тебе не нравится и что должно быть вместо этого?

Сначала выписать, перечислить прямо по списку, что тебя раздражает, чтобы в итоге все проблемы переформулировать в позитив-

ном ключе, превратить в задачи и переместить в квадрант «хочу и не имею».

Давайте начнем вместе с Верой, а дальше вы продолжите сами.

Я не хочу иметь лишний вес, но имею. А дальше следует продолжение: но я хочу красивую фигуру и работаю над этим!

У меня плохие отношения с бывшим мужем. Я этого не хочу, но имею. А хочу снова выйти замуж счастливо, установить нейтральные деловые отношения с бывшим мужем как с отцом моей дочери и не нервничать по этому поводу.

Мы живем на окраине города, я трачу на дорогу полтора часа в один конец. И это меня раздражает. Я этого не хочу, но имею. А хочу... (Здесь Вера надолго задумалась. Как она призналась потом, такая ситуация продолжалась уже три года, но она впервые прямо спросила себя, чего же она хочет.) А хочу жить рядом с работой, или работать рядом с домом, или вообще на дому, или свободный график, в общем, хочу получать удовольствие и от жилья, и от работы! (Тут Вера буквально просияла.)

Ну что, теперь ваш ход! Чего вы не хотите, но имеете? А что хотите вместо этого? Ведь каждая проблема — это заархивированное желание. Ведь эмоции раздражения, злости, зависти содержат в себе массу энергии. Осталось только поработать над этим, впустить туда жизни, и вы увидите, как птичка желаний тут же выпорхнет из клетки и начнет радостно носиться в воздухе. А квадрант проблем опустеет, вы лишитесь вашей «черной дыры».

ВАЖНО ПОМНИТЬ: ВМЕСТО ФРАЗЫ «ЭТО НЕВОЗМОЖНО»
ПРОИЗНОСИМ ФРАЗУ «КАК ЭТО СДЕЛАТЬ ВОЗМОЖНЫМ?».

Это вообще хорошая привычка. И если вы приучите себя и своих близких так думать, у вас будет гораздо больше сил!

Квадрант **«Не хочу, но имею»** в идеале должен все время оставаться пустым.

А мы идем дальше.

«Не хочу и не имею» (осознанный выбор) — очень странный квадрант. Вы можете мне сказать: «А я и не знаю, что сюда писать! «Не хочу» — разве это желание?»

НО СОЗНАТЕЛЬНЫМ ВЫБОРОМ ДОЛЖНО БЫТЬ
НЕ ТОЛЬКО ЖЕЛАНИЕ, НО И ОТКАЗ ОТ НЕГО.

«Я не хочу на пианино играть, не играю и не мучаюсь по этому поводу». «Не хочу учить испанский язык и не буду!»

Например, я четко знаю, что не хочу учиться играть на гитаре, хотя я пишу песни и выступаю с концертами. Я играю плохо, поэтому со мной на концерте всегда есть гитарист. Я предпочитаю работать с профессионалами, а мне достаточно писать и исполнять песни. И таким образом, я избавлена от переживаний по этому поводу.

«Не хочу жить со свекровью и не живу, какая я молодец!» Или молодец, что я так выбрала, или молодец, что освободила себе пространство для любимых занятий.

Видели бы вы лицо Веры, когда она с гордостью заявляла: «Не хочу курить и не курю! Не хочу писать диссертацию и не пишу!»

А потом чуть менее уверенно, но все же: «Я вот думаю, могла же остаться тогда в США, после стажировки были возможности. Жалела иногда. А сейчас смотрю и понимаю: нет, не смогла бы я там. Да и дочка Саша появилась у меня здесь именно благодаря этому решению, потому что я тогда выбрала любовь к ее отцу. И, несмотря на то что мы в разводе, ни о чем не жалею. Мы прожили вместе восемь прекрасных лет. Так что да. Не хочу и не имею. Знаешь, Таня, это для меня квадрант принятого решения, что ли. И это делает меня устойчивей. Меня пытаются опрокинуть: надо было тогда уезжать, да и сейчас еще можно с твоим-то английским. А я понимаю, что не мое это. И поэтому меня даже не задевают такие комментарии. Надо же, только сейчас это обнаружила! Спасибо за такое исследование! Столько сил! Но пойдем уже в квадрант желаний! Что-то я уже прямо зуд ощущаю!»

Скажу по секрету, что в начале нашего эксперимента Вера говорила, что не знает, хочет ли чего-то вообще. Так что можно считать нашу работу удавшейся, да? А ваш настрой как? Сейчас мы как раз переходим к желаниям. Сейчас мы готовы.

После того как мы заполнили и проанализировали три части, в конечном итоге все, что мы записали, может собраться в квадранте **«Хочу, но не имею» (желания и цели)**. Из первого сюда перешла благодарность: «Пусть сохраняется на этом же уровне, пролонгируем договор здоровья и благополучия, спасибо большое!» Из **«Не хочу, но имею»** — задачи: «Этого я не хочу, но хочу вот это и это». Из **«Не хочу и не имею»** осознания — «Я освобождаю себе пространство от того, что мне не нужно, не хочу заниматься ненужными вещами»; «Не хочу платить налог на бессмысленное», как говорит известный режиссер Павел Мунтян.

И, наконец, квадрант **«Хочу и не имею»**. Изначально здесь может содержаться не очень большой список того, что я хочу. Но, когда мы его дополняем записями из предыдущих квадрантов, он становится обширным. Именно здесь и будет происходить наша основная работа по исполнению желаний. И об этом вся остальная книжка. Готовы? Пристегните ремни!

