

МОНАХ, ОСНОВАВШИЙ КОМПАНИЮ С ОБОРОТОМ В 250 МЛН ДОЛЛАРОВ

МАЙКЛ РОУЧ

КАРМИЧЕСКИЙ МЕНЕДЖМЕНТ

**ЭФФЕКТ
БУМЕРАНГА
В БИЗНЕСЕ
И В ЖИЗНИ**



Майкл Роуч
Кармический менеджмент:
эффект бумеранга
в бизнесе и в жизни
Серия «Система Алмазный Огранщик»

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=28737162

Кармический менеджмент: Эффект бумеранга в бизнесе и в жизни /

Майкл Роуч; предисл. М. Норбеков; пер. с англ. Е. Погосян: АСТ;

Москва; 2018

ISBN 978-5-17-109183-5

Аннотация

Есть люди, истории которых меняют наше представления о возможностях человека. Майкл Роуч провел более 20 лет в тибетском монастыре, став первым западным человеком, получившим степень «Геше», или доктора буддийской философии. Без опыта, денег и связей, опираясь лишь на буддийские знания об устройстве мира, он основал одну из самых успешных компаний в Нью-Йорке. Эта книга – продолжение культового бестселлера «Алмазный Огранщик», набор принципов, которые сделают управление компанией успешным, выведут и укрепят ее позиции на рынке, помогут

прыгнуть выше поставленных ранее задач. Система Кармического менеджмента работает всегда: при общении с поставщиками, клиентами, сотрудниками. Эта книга заставит вас по-новому посмотреть на бизнес и на вашу жизнь. Прочитав ее, вы поймете как, помогая другим людям, вы сможете всегда достигать своих целей независимо от внешних обстоятельств.

Содержание

Предисловие Мирзакарима Норбекова	6
Успех говорит сам за себя	10
Индустрия, образование и салон красоты	13
Реальная жизнь	16
КМ. Правило 1	20
Игра вслепую	21
Личная плата за игру в удачу	25
Общественная плата за игру в удачу	27
КМ. Правило 2	31
Конец ознакомительного фрагмента.	32

Майкл Роуч

Кармический менеджмент: Эффект бумеранга в бизнесе и в жизни

Оригинальное название «Karmic Management»



Предисловие Мирзакарима Норбекова

- © Roach Michael, текст
- © Норбеков М., предисл.
- © Погосян Е., перевод
- © ООО «Издательство АСТ»

Майкл Роуч

Предисловие

Мирзакарима Норбекова

Здравствуйте, драгоценные мои!

Хочу поделиться с вами великой радостью! Вы знаете, как нелегок труд проводника, помощника и наставника на пути человека к самому себе, к раскрытию его талантов и пробуждению интуиции, к достижению ничем не замутненного и безусловного счастья?

Это ведь очень непросто – столкнуть вас с любимого дивана, чтобы вы раскрыли заключенный в вашей душе прекрасный алмаз, дали ему огранку и расположили так, чтобы он заиграл всеми своими гранями. А говоря иными словами, сделать вас активным создателем своей судьбы, заново сформировавшим свой характер и семимильными шагами движущимся к своим целям – какими бы недостижимыми они ни казались с точки зрения так называемых нормальных людей.

И стоит ли удивляться, что на моем пути редко удается встретить не просто единомышленника, но такого же ненормального, готового бросить все, чтобы помочь еще одной мятущейся душе в поисках прекрасного алмаза.

Представьте же себе, что такой человек не просто повстречался на моем пути – он еще и написал книгу под на-

званием «Алмазный Огранщик»! И хотя труд нашего брата-писателя очень даже нелегок, Геше Майкл Роуч не остановился на этом, он снова взялся за перо и подарил нам еще одну прекрасную книгу: «Кармический менеджмент».

Я со всей ответственностью могу сказать: эта книга Геше Майкла Роуча – следующий шаг на нашем с вами пути к раскрытию своего потенциала. Это книга для тех, кто видит «сны о чем-то большем», выходящем за рамки ценностей, навязанных окружающим миром. Это книга для тех, кто стремится достичь чего-то в своей жизни. Это книга для тех, кто уже чего-то достиг и даже может позволить себе приобретать все – дома, самолеты, острова, бассейны с подводной лодкой, но начинает понимать: у него есть все, но нет счастья.

Геше Майкл Роуч – не только монах, но и бизнесмен. На своем собственном примере он показывает, как, помогая другим, можно преуспеть в своем собственном бизнесе, в личной жизни – вообще во всем, что ты делаешь. По сути это универсальная техника достижения ЛЮБЫХ целей. И в то же время Геше Роуч открывает нам дверь к высочайшей духовности. Он толкует тексты самых сокровенных уроков Будды и тибетских мудрецов, но с гениальной простотой облекает их учение в понятную нам форму, вплетая нити древней мудрости в свои поступки в бизнесе, в отношения с поставщиками, с партнерами, с клиентами и подчиненными: он говорит с нами на простом и образном языке.

Тех, кто готов с умным видом сказать, что наша встреча с Геше Майклом – просто алмазное совпадение, и уже собрался вернуть его книги на полку, я хочу спросить: вы сделали за короткий срок бизнес оборотом 250 миллионов долларов? Можно долго рассуждать о разных теориях, но каждый доллар его компании служит доказательством того, что «Алмазный Огранщик» – не очередные откровения прекрасного бесребренника. Это инструкция и руководство к действию от сверхпрактичного и успешного бизнесмена.

Прожив многие годы в тибетском монастыре, Геше Майкл вернулся в социум, чтобы расширить нашу реальность, на практике показав, как работают знания. Он своей скромной персоной доказал, что получить успех в бизнесе так же просто, как получить конфету, если твоя реальность достаточно широка. На своем примере он доказал: то, чему он учит, – истинно.

За последние несколько лет, посвященных Геше Майклом Роучем распространению своего учения, в мире успела сформироваться прослойка людей, которые занимаются бизнесом, у которых есть запрос на что-то большее, которые объединились друг с другом и которые желают общаться с такими же людьми в других странах. Такова сейчас главная цель Геше Роуча: объединять в разных странах людей с похожей системой ценностей.

Если у вас нет ничего, послушайте Геше Майкла. Если у вас есть все, послушайте Геше Майкла. Постарайтесь по-

нять.

Если не поймете, постарайтесь почувствовать ту радость и надежду, что ждут вас на этом пути. Со временем к вам придет понимание, а с ним – все преимущества того взгляда на жизнь, которому учат нас «Алмазный Огранщик» и «Кармический менеджмент».

Общаясь с богатыми, вы приближаетесь к богатству, общаясь с глупыми, вы двигаетесь в их сторону. Но в каждом из нас живет и гений. Он просыпается от общения с такими же ненормальными. Эта книга величайшей личности. Добро пожаловать в беседу с гением.

Искренне ваши, Мирзакарим Норбеков

Успех говорит сам за себя



«Кармический менеджмент» – долгожданное продолжение «Алмазного Огранщика», одной из самых популярных в мире книг о бизнесе. «Алмазный Огранщик» переведен более чем на двадцать языков, его советами пользуются многие миллионы читателей в разных концах света. В книге от первого лица изложена история одной из самых преуспевающих корпораций Нью-Йорка и объясняется, как вы можете применить этот опыт по отношению к себе, своему бизнесу и своей жизни. Вот отзывы лишь нескольких человек из тех, кому уже посчастливилось применить этот древний подход, испытанный веками, но не утративший своей новизны даже с точки зрения наших самых продвинутых современников.

Линда Каплан Тейлер, основательница рекламной фирмы, которая стоит сейчас больше миллиарда долларов, и автор бизнес-бестселлера «Сила хорошего»: «Основу для моего благосостояния создали истины, почерпнутые из «Алмазного Огранщика»: мы обеспечиваем условия для своего успеха, когда насаждаем в своем сознании правильные отпечатки, обеспечивая успех других людей».

Джилл Мёрфи, медсестра в составе действующей группы войск США в Ираке: «Я глубоко убеждена, что эффект, продемонстрированный применением в нашем госпитале принципов «Алмазного Огранщика», мог бы стать универсальной схемой действий для прекращения не только этой локальной войны, но любого вооруженного конфликта в будущем. Просто поразительно, как обычное внимание и уважение к людям может погасить в них тягу к жестокости и насилию».

Уильям Макмичел, пилот американских авиалиний, утверждает: «Прежде я едва мог заставить себя находиться в кабине пилота... Я прочел «Алмазный Огранщик» и стал использовать его подход, чтобы избавиться от предрассудков в отношении коллег. Вы не поверите, с какой радостью я теперь воспринимаю свою работу!»

Линдси Крауз, актриса – номинант на награду Академии: «Я купила эту книгу, зашла с нею в кафе и не заметила, как прочла ее от корки до корки... Теперь я сама веду занятия на актерских курсах, где секреты профессии переплетаю с древней мудростью Востока. И я вижу на своем опыте, как забота о карьере других людей помогает мне самой сделать карьеру».

Мохаммад Салам, вице-президент крупнейшей холдинговой компании AC Holdings Capital, убежден: ««Алмазный Огранщик» буквально открыл мне глаза: теперь я вижу, как щедрость к тем, кто беднее меня, открывает дорогу для моего собственного успеха на финансовом рынке».

Рассел Симмонс, один из самых влиятельных воротил в американском бизнесе, человек с состоянием 320 млн долларов, основатель движения хип-хоп в музыке и преподаватель философии «Алмазного Огранщика»: «Мне удалось привести к богатству множество людей по всему миру. Я делал деньги для себя, делая деньги для других. Я стал богаче потому, что разбогатели другие люди».

Ева Натанья, профессиональный теолог и танцовщица из труппы Лондонского Королевского балета: «Я отлично помню, как подействовало на меня знакомство с истинами «Алмазного Огранщика». Однажды прочитав эту книгу, я убедилась, что уже никогда не смогу по-прежнему относиться к окружающему миру, потому что усвоила единственный в своем роде взгляд на то, как все в нем работает. И мне удалось справиться со своими проблемами именно благодаря тому, что я пришла на помощь своим товарищам по труппе».

Барни Джонс, топ-менеджер по связям с нефтяной промышленностью в компании Bentley Systems: «Я долго мучился оттого, что сослуживцы не желали слушать меня и мои предложения. Но друг уговорил меня прочитать «Алмазный Огранщик», и по его советам я стал избегать сплетен и пустых разговоров. Представьте себе: теперь окружающие буквально ловят каждое мое слово!»

А теперь судите сами, каким мощным подспорьем станет для вас «Кармический менеджмент»!

Индустрия, образование и салон красоты

Начальник выделил команду из 12 человек для нового проекта, а вас назначил главным. Вам поручено, ни много ни мало, выпустить 100 000 единиц новой продукции и успеть продать ее за шесть месяцев, считая с нынешнего дня. Или, возможно, ваша драгоценная половина потребовала полностью переоборудовать кухню в доме и дала вам на это ровно месяц. А может, вы приняли решение похудеть не меньше чем на два килограмма и не позднее чем к будущему понедельнику! 100 000 единиц продукции могут оказаться чем угодно: книгами, пиццей или онлайн-услугами – по большому счету нет никакой разницы. Главное в этом условии то, что какой-то особенный проект или задачу нужно, кровь из носу, завершить к определенному сроку. И за то, чтобы проект уложился в этот срок, отвечает не кто иной, как вы.

Давайте скажем прямо: наша жизнь есть не что иное, как бесконечная череда сменяющих друг друга различных задач и проектов. И нам необходимо научиться выполнять их правильно. Нам всем нужен абсолютный рецепт успеха. Сейчас мы будем говорить о финансовом успехе, но в то же время мы хотим быть успешными еще и в более широком смысле, что означает быть хорошим человеком, счастливым человеком, здоровым физически и умственно. И если мы будем де-

лать вещи правильно, то одновременно мы будем помогать и себе, и другим, и всему миру.

Эта книга дает нам совершенно новый путь решения задач и выполнения проектов. И хотя для вас изложенный здесь подход может сперва показаться странным, тем не менее он работает, он *всегда* работает. Попробуйте сами. От вас всего-то и требуется – потратить час своего времени. Потому что мы глубоко убеждены: верную идею легко можно изложить в нескольких словах, а дальше все зависит исключительно от вас.

Мы познакомим вас с «Восьмью правилами КМ» (кармического менеджмента) и докажем, что все происходящее вокруг нас реально подчиняется этим правилам: и в бизнесе, и в личной жизни. Чтобы вы полнее почувствовали связь КМ с источниками древней мудрости, каждую главу мы начнем с цитаты из какой-либо старинной книги. И хотя это будут разные книги, написанные в разных местах разными авторами, в итоге все они оказались в распоряжении великих мыслителей Тибета, где на протяжении тысячелетий служили бесценными кладями знаний. Таким образом вы получите принципиально новый подход к бизнесу, зародившийся тысячи лет назад и успешно преодолевший суровое испытание временем.

И первой из этих жемчужин древней буддийской философии будет высказывание великого мыслителя по имени Чандра Кирти, жившего в VI веке:

ДРЕВНЯЯ МУДРОСТЬ

Во всем, что нас окружает, заложен шанс на 100 %-ный успех.

После чего мы объясним вам, как такая цитата поможет вам вовремя распродать 100 000 пицц и стать «номером первым» в своем коллективе (или у себя дома, что иногда бывает несравненно труднее).

Мы никогда не сомневались, что наставления для желающих добиться успеха должны писать только люди, уже доказавшие свою успешность. Вот почему каждый раз следом за такой вот рамкой вы найдете непридуманную историю о том, как мы сами воспользовались правилами КМ для достижения собственных целей.

Реальная жизнь

Лама Кристи: «С первого дня моего обучения в Нью-Йоркском институте азиатской классики главным моим предметом стали Восемь правил КМ. Мечтой моей жизни было создание такого образовательного центра, который действительно изменил бы что-то в нашем мире. И КМ помог мне добиться этой цели.

Хотя начинать пришлось буквально с нуля, сейчас наш Университет Даймонд Маунтэнс (УДМ) представляет собой уютный кампус, занимающий площадь около тысячи акров в живописных предгорьях на юге Аризоны. Здесь живут и учатся несколько сотен студентов со всех пяти континентов нашей планеты, а в выездных мероприятиях участвуют многие тысячи слушателей по всему миру. КМ не выдумка, он реально помог мне воплотить в жизнь самую сокровенную мечту, причем в том возрасте, когда обычные люди еще только защищают свой первый диплом».

Майкл Гордон: «По сравнению с Ламой Кристи мой путь начинался совершенно с другого конца. Никогда в жизни я ничего не слышал о КМ. Мне всего лишь хотелось открыть в Нью-Йорке свой шикарный салон красоты, не имея для этого ни средств, ни связей, ни знакомых, – что называется, «с нуля». Любой бизнесмен присвоил бы моему плану название «Миссия невыполнима», однако же за те 30 лет, что минова-

ли с открытия моего салона Bumble&Bumble, скромная парикмахерская успела вырасти в одну из самых успешных в мире компаний, выпускающих средства для ухода за волосами, с годовым оборотом более 50 млн долларов.

Можно сказать, что в компанию последователей КМ я проник самовольно, буквально с черного хода. Когда я с ним познакомился, то понял, что именно это я и делал все время, что и привело меня к успеху. Для меня КМ всегда был чем-то естественным. Я интуитивно чувствовал, как нужно правильно сделать. Теперь вы понимаете, какой подъем я испытываю при виде этой небольшой книги, где изложены по порядку все Восемь правил, которыми можно поделиться со всеми желающими, чтобы они тоже добились успеха в своих делах!»

Геше Майкл: «Я оказался где-то посередине между Ламой Кристи и Майклом Гордоном. За годы обучения в тибетском монастыре мы, конечно, успели изучить самые разные книги с секретами древней мудрости, впоследствии заложившие фундамент для «Кармического менеджмента». Но никому и в голову не пришло отдельно растолковать нам, как следует использовать эту мудрость в повседневной рутине, в реальных проектах, на службе и дома. Предполагалось, что каждый должен дойти до этого самостоятельно. И лично для меня это был долгий поиск методом проб и ошибок, но в итоге я обрел совершенно четкое видение того, что нужно делать. Оказавшись у истоков корпорации Андин Интернешнл Дай-

монд, я использовал подходы КМ и с нуля поднял эту компанию до уровня годовых оборотов 100 млн долларов»¹.

В конце каждой главы вы найдете особый список заданий, которые необходимо самостоятельно выполнить тому, кто желает воспользоваться помощью КМ в своей жизни. Наша задача – рассказать вам, *что* надо делать для достижения успеха, тогда как ваша задача – относиться к этому короткому списку заданий со всей серьезностью. Вот например:

Список заданий:

- Не пытайтесь читать эту книгу взахлеб, в один присест, с неким размытым представлением о том, что вроде как надо бы что-то изменить. Вместо этого именно сейчас, в эту минуту, прежде чем перевернуть эту страницу, выберите для себя какую-то конкретную задачу или проект, который станет пробным камнем в испытании для КМ. Если это испытание пройдет успешно, КМ естественным образом станет частью вашей жизни, так что впредь вы сможете прибегать к его принципам для достижения любых целей, больших и малых.

- Итак, нам пора начинать практику под названием «Внутренняя тишина» – это станет своеобразной разминкой перед полноценной медитацией, о которой речь пойдет позже. Для

¹ В 2009 году оборот компании достиг оборота 250 млн долларов. – *Примеч. ред.*

этого вам лучше всего выбраться из дома и отправиться в такое место, где вам проще всего будет успокоиться и расслабиться, посидеть и подумать. Это может быть скамейка в парке по соседству, столик в тихом кафе или даже любимое место для прогулок.

- Прихватите с собой маленький карманный блокнот и ручку. Постарайтесь добиться внутреннего спокойствия и задайте себе мысленный вопрос: что я хотел бы совершить в своей жизни сегодня, сейчас, не откладывая? Когда должна быть достигнута эта цель? И чего я *в действительности* добьюсь, когда ее достигну?

Вам необходимо сформулировать в своих мыслях абсолютно четкие ответы на эти вопросы, прежде чем запускать в действие КМ. А мы покажем, как сделать так, чтобы ваши мечты стали явью – точно так же, как когда-то воплотились в реальность наши мечты. Только теперь мечтать будете вы сами.

КМ. Правило 1

Перестаньте делать то, что не работает



ДРЕВНЯЯ МУДРОСТЬ

Все неудачи происходят от непонимания.

«Колесо жизни», 500 г. до н. э.

Игра вслепую

Нам очень хотелось назвать этот раздел «Пятьдесят тысяч лет провалов». Считается, что развитая человеческая цивилизация появилась на земле около пятидесяти тысячелетий назад. То есть примерно с того времени люди стали пытаться действовать сообща, чтобы чего-то добиться или что-то создать: совместными усилиями поднимать огромные каменные блоки на стены пирамид или составлять и распродавать 100 000 единиц программного обеспечения.

История насчитывает миллиарды миллиардов самых разнообразных дел, совершенных руками человека. Это подразумевает такие же несчетные миллиарды миллиардов взаимоотношений: ты получишь эту горсть зерна, если передвинешь для меня вот этот камень. И у всех без исключения случаев таких отношений существовала одна-единственная цель – добиться, чтобы что-то было *сделано*.

И все они завершились неудачей.

Как такое может быть? Вот ведь и пирамиды стоят себе до сих пор, и компьютеры работают!

Но присмотритесь внимательнее. Любой человек, имевший опыт создания нового бизнеса, скажет вам, что из десяти запущенных бизнес-проектов девять обречены либо на немедленный провал, либо на постепенное увядание и закрытие не более чем в течение первых трех лет. И если ци-

тата из «Колеса жизни» верна, мы не ошибемся, сделав вывод, что практически никто из нас не понимает, как заставить что-либо работать.

Но как же тогда быть с успешными проектами? Такими как Гугл, или Майкрософт, или Уол-март?²

Здесь начинается самое интересное! Потому что мы подо-брались к определению самого понятия «успех». Что это значит, когда человек в чем-то «преуспел»? Что означает «мы преуспели или добились успеха в чем-либо»? Мы бы сказали, что это когда ваша работа или проект идут именно так, как вы запланировали, благодаря тому, что вы делали. И тут мы снова вступаем на зыбкую почву игры в удачу.

Мы воистину странное племя – люди, населяющие планету Земля на протяжении последних 50 000 лет. Нам так и не хватило всего этого времени, чтобы хотя бы примерно разобраться в том, как работает *хоть что-то* в этом мире.

Заведется ли двигатель вашей машины с первой попытки, когда вы соберетесь ехать на работу? Если вы дадите себе честный ответ – а он *должен* быть честным по правилу КМ-1, – то он прозвучит так: «Я думаю, что заведется». Потому что вы понимаете, что нельзя честно сказать: «Я *знаю*, что он заведется». Даже если накануне вечером ваша машина была абсолютно исправна, жизненный опыт не позволит

² Уол-март – сеть однотипных универсальных магазинов, торгующих широким ассортиментом товаров по ценам ниже средних. Принадлежит корпорации Уол-март сторс.

вам с совершенной *уверенностью* обещать, что так же безотказно она будет работать сегодня.

И вот мы уже начинаем играть в удачу. По сути, вся наша жизнь представляет собой такую игру с непредсказуемым результатом. Потому что есть вероятность (пусть даже самая минимальная, но вероятность) разбиться насмерть в автомобильной аварии по дороге на работу. Так же как есть вероятность попасть под пули террористов, даже благополучно оказавшись на работе. И уж тем более есть вероятность того, что какие бы решения ни были приняты сегодня на работе, в итоге они окажутся неудачными.

Теперь понятно, отчего мы, люди, такие грустные все эти 50 000 лет. Успех в большом бизнесе слишком часто предопределен не столько тем, что идет в соответствии с вашими планами, сколько тем, насколько «гибким» вы можете себя проявить и как быстро изменить курс, когда что-то *не идет* в соответствии с планом. И поэтому мы считаем мудрым такой подход, когда человек отдает себе отчет в том, что в жизни никогда и ничто не идет в точности так, как он этого ожидает, – просто потому, что этого не бывает.

Пожалуй, из 50 000 лет опыта нашей цивилизации можно сделать единственный верный вывод. Мы до сих пор не приблизились к пониманию того, как сделать так, чтобы все происходило именно так, как мы хотим, потому что мы не знаем, *почему* все происходит именно так, а не иначе. Если бы мы это знали, то в мире просто не было бы неудач. Те

немногие избранные, кому посчастливилось добиться успеха, могут сколько угодно делиться с нами своим видением того, как все происходит, – но даже *они* играют вслепую. Даже *они* не могут твердо сказать, заведется или нет этим утром их машина и не приведет ли очередное решение к краху их бизнеса. Успех или провал? Мы все еще играем в удачу, надеясь на лучшее.

Личная плата за игру в удачу

Итак, любой наш поступок фактически можно расценивать как очередную ставку в бесконечной игре. «*Весь мой опыт* говорит о том, что есть лишь такой и такой способы добиться именно того, чего я хочу. Но при этом в глубине души я отдаю себе отчет в вероятности провала: я рискую в надежде на удачу».

Ничего себе, веселая получается у нас жизнь! И мы не ведем речь о всякой ерунде вроде ремонта на кухне или минутного опоздания на службу из-за неисправности в машине. Мы говорим о таких глобальных решениях, от которых может зависеть сама ваша жизнь. Жизнь, превратившаяся в игру в удачу, берет свою дань с каждого из нас, она запирает человека в его личной клетке, откуда нет выхода – только необходимость раз за разом принимать решения и бороться с отчаянием, потому что мы *не знаем*, что из этого выйдет, и можем лишь *надеяться*, что это сработает.

А сейчас на мгновение представьте, всего на одно мгновение, что больше нет необходимости играть в удачу. Да, мы пережили трагедию, но она уже в прошлом, теперь все в порядке. Теперь наше сознание свободно. Насколько бы уменьшилось страдание в мире, насколько бы уменьшилось время, потраченное на беспокойство о том, получится или нет то, что мы собираемся сделать, если бы мы просто были уве-

рены в успехе? Именно это нам обещает «Кармический менеджмент».

Общественная плата за игру в удачу

Нелегко в одиночку бороться за выживание, принимать одно решение за другим и никогда не знать, сработает ли оно, – просто делать ставки в бесконечной игре. А теперь представьте себе все человечество: шесть миллиардов индивидуальностей, ни один человек толком не знает, что делать, но все *пытаются действовать сообща*. Каждый день каждый из нас сотни раз говорит другому, пытаюсь чего-то добиться: «Если ты сделаешь для меня вот эту вещь, которая, как я знаю, вовсе не обязательно сработает, то я в ответ сделаю для тебя другую вещь, которая тоже может не сработать». А потом мы дружно обижаемся и обвиняем друг друга в очередной неудаче.

Самое поразительное – то, как нам удалось приспособиться выживать в этом море неуверенности. Мы просто смирились с нею, готовые безропотно страдать под этим ярмом, как покорные мулы, пока не околеем, окончательно сломленные неуверенностью и страхом. Мы просто «старались как могли».

Что же это за жизнь такая? Древние тибетские книги утверждают, что есть лишь один способ для человека выбраться из клетки. И что это возможно только в том случае, когда человек осознает, что он *внутри* этой клетки. Каждый сам замыкает себя в свою персональную тюрьму неуверен-

ности в том, сработает или нет то, что он собирается предпринять. Так давайте же разрушим ее, чтобы вырваться на свободу!

Список заданий:

- Как и в прошлый раз, начните с молчаливого созерцания. Вы можете выбрать для этой практики другое место, если вам так будет легче обрести спокойствие и ясность ума.
- Возьмите свой блокнот и ручку, запишите пять вещей, которые вы намечаете сделать на этой неделе. Под каждым пунктом из этого списка поставьте в процентах вероятность того, что вам удастся сделать это так, как вы намечали, например: *«Закончить эту главу в среду. Вероятность: 70 %»*.
- Подумайте над тем, какое давление эта вероятность неудачи, эта неуверенность, оказывает *на вашу жизнь*. А теперь вернитесь к списку и исправьте все вероятности на 100 %. Снова загляните внутрь себя и почувствуйте, как по-новому вы теперь смотрите в будущее.

Реальная жизнь

Лама Кристи: «У себя на родине, в Лос-Анджелесе, я училась в хорошей школе при колледже. Я любила свою школу и хорошо успевала и в учебе, и в спорте. Моей великой мечтой было учиться в университете в Нью-Йорке, и я была счастлива, когда осуществила ее. Четыре года спустя я уже готова

была получить научную степень и направление в аспирантуру – отличное начало для карьеры профессора английской литературы, которым я мечтала стать.

И внезапно на меня обрушилось осознание того, что все эти чудесные вещи просто не работают. Я всегда считала, что учеба должна подготовить нас к жизни, помочь нам добиться успеха и стать счастливыми, состоявшимися людьми. Но уже тогда я видела: что-то тут не так. Да, многие из тех, кто успешно учился, так же успешно шли дальше по жизни. Но были и другие, оказавшиеся неудачниками, несмотря на все свои отличные оценки. А еще были такие, кто бросил учебу и нашел свое счастье независимо от школы. А кто-то бросил учебу и окончательно скатился на дно. Налицо были все доказательства того, что учеба сама по себе не является гарантией успеха!

И вот перед самым выпуском я приняла жуткое решение... решение, о котором до сих пор вспоминаю с радостью. Я ушла из университета и вместо этого отправилась в кругосветное путешествие: Египет, Таиланд, Австралия – где только я не побывала в поисках лучшего пути!

Этот путь завершился в маленьком тибетском монастыре в горах Катманду, где я училась и медитировала, постигая мудрость КМ. Именно эти знания обеспечили успех нашего университета.

Мораль моей истории в том, что бывают такие моменты, когда нужно набраться храбрости и честно сказать себе: то,

что я делаю, не работает. Как бы давно вы этим ни занимались, и как бы уютно себя при этом ни чувствовали, и сколько бы народу ни занималось с радостью тем же самым. С той только разницей, что они не задумываются о том, что на самом деле это не работает.

Иногда нам просто нужна смелость для прыжка в пропасть».

КМ. Правило 2

Найдите причину причин



ДРЕВНЯЯ МУДРОСТЬ

Одно событие приводит к другому.

Будда, 500 лет до н. э.

Давайте кратко повторим то, к чему мы пришли. По сути, мы утверждаем следующее:

Если то, что вы делаете, иногда приводит к результату, а иногда нет, значит, это действие не работает. Перестаньте делать то, что не работает.

Тогда что же мы должны делать? То же самое, что мы делаем в случае, когда утром мы поворачиваем в машине ключ зажигания и она не заводится. Мы начинаем искать истинную причину. Мы открываем капот и проверяем, в порядке ли аккумулятор. С жизнью все обстоит так же. Будда когда-то сказал – и с ним согласны ученые: «Любому событию всегда предшествует другое событие»

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.