

КОНСТАНТИН ШЕРЕМЕТЬЕВ

# ИНТЕЛЛЕКТ:

ИНСТРУКЦИЯ  
ПО ПРИМЕНЕНИЮ



ВСЕ

# Константин Петрович Шереметьев

## Интеллект: инструкция по применению

[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=8638047](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=8638047)

Константин Шереметьев. *Интеллект: инструкция по применению: ИГ  
«Весь»*; Санкт-Петербург; 2014  
ISBN 978-5-9573-2742-4

### Аннотация

Существует признак, по которому можно безошибочно определить, работает у вас интеллект или нет, – это ощущение того, что задачи решаются как-то сами собой. Это как щелчок пальцами – и готово! Суть в следующем: есть некий механизм, который находит решения в разных ситуациях: и в построении карьеры, и в финансовых делах, и в личной жизни, и в проблемах со здоровьем. Причем находит мгновенно. Для этого нужно привести в соответствие все составляющие интеллекта – мысли, чувства, речь, энергетику. Константин Шереметьев – кандидат технических наук, практикующий психолог, исследователь интеллекта – в этой книге приводит методы и техники, благодаря которым вы научитесь «настраивать» свой интеллект на 100 %-ю работу. И вы убедитесь, что развивать интеллект очень приятно. Ведь чем больше приемов и методов вы знаете, тем проще и лучше ваша жизнь.

# Содержание

Часть I	6
Наедине с бесконечностью	8
Воин на диване	8
Вселенная ждет	11
Признак работы интеллекта	14
Как чувства управляют нами	16
Я-образ	18
Ум	21
Остроумие	25
Лень, энергетика и секс	30
Начальная стадия	30
Средняя стадия	31
Высшая стадия	32
Речь, общение, лидерство	34
Низкий уровень	35
Средний уровень	36
Высшая стадия	38
Интеллект в целом	40
Базовая техника управления умом. Часть 1	44
1. Срываем стоп-кран	45
2. Что написано на паровозе?	45
3. Катим назад	48
4. Переводим стрелки	48

Базовая техника управления умом. Часть 2	50
Привязка к событию	50
Привязка к жесту	51
Талисман	53
Поток сознания	54
Базовая техника управления умом. Часть 3	56
Генераторы страшилок	56
Генераторы рекламных заглавок	58
Главный признак ума	60
Сколько ног у осьминога?	60
Ой, мороз, мороз, не морозь меня...	62
Что в реальности показывает IQ	64
Что такое IQ?	64
Проверка теста на IQ	65
Что показывает IQ?	65
Уровни развития интеллекта. Часть 1	67
Критерии оценки интеллекта	67
Уровни развития интеллекта	69
Уровни развития интеллекта. Часть 2	71
Дикарь	71
Обыватель	72
Личность	74
Что же в реальности	75
Уровни развития интеллекта дикарь	76
Восприятие дикаря	76
Позиция дикаря	77

Владение умом	78
Понимание причины и следствия	79
Нравственное поведение	80
Как не быть дикарем	82
Я бы в личности пошел, пусть меня научат...	82
С чего начать	83
Дальнейшие шаги	84
Путь к вершине	84
Уровни развития интеллекта обыватель	86
Высшие психические функции	86
Культура	87
Логика	88
Обыватель и общество	90
Самостоятельность	91
Уровни развития интеллекта личность	92
Конец ознакомительного фрагмента.	93

**Константин Шереметьев**  
**Интеллект: инструкция**  
**по применению**

**Часть I**  
**Интеллект в целом**

i

Q

# Наедине с бесконечностью

Меня часто спрашивают, как я отношусь к книгам Карлоса Кастанеды, Пауло Коэльо, Александра Свияша, Валерия Синельникова, Вадима Зеланда и прочих уважаемых авторов. Их объединяет некоторый общий подход: главное в жизни – настрой на успех и позитивное мышление, а дальше все хорошее образуется само собой.

Отношение к подобной литературе у меня двойственное. С одной стороны, читать эти книги – это намного лучше, чем смотреть сериалы про невротиков. Поэтому я всегда отвечаю: «Да, читайте эти книги, размышляйте над ними, польза будет».

Но вот с другой стороны...

## Воин на диване

*Лежал богатырь на печи 30 лет и 3 года, пока родственники не догадались вызвать «Скорую».*

Красной нитью через все эти книги проходит убеждение: хотя ты на вид и невзрачен, но на самом деле в тебе скрыт могучий воин. Поэтому в один прекрасный момент ты вскочишь с дивана, победишь всех врагов, и тебе достанется принцесса и полцарства в придачу.

Приятно, конечно.

Только мешает один неудобный момент. Все эти прекрасные рекомендации неосуществимы в реальной жизни. Вы можете сколь угодно убеждать себя, что в вас кроется вершитель мира, но вам нужно где-то жить и что-то есть.

Жизнь строится по определенным законам, и существует единственный способ жить успешно – понять эти законы. Для этого у человека и имеется интеллект.

Иначе получается, как у автора одного из писем ко мне:



*Мне 51 год. Всю свою молодость я потратила на личностный рост, но к своим годам так и осталась нищей.*

*Теперь меня интересует только один вопрос: как делать деньги?*

И результат благих пожеланий совершенно не тот, который описан в этих книгах.

Например, там обычно пишут красивые слова о том, что людей надо любить, делать им добро и жить с ними в любви и согласии. В реальной жизни человек, который пойдет ко всем с добром, будет восприниматься окружающими как

дармовая рабочая сила. На нем будут ездить все кому не лень.

В одном из отчетов мужчина написал, что его жизнь состоит в удовлетворении требований начальника, жены, детей и тещи. А когда дело доходит до него, то желание одно – лечь и смотреть в потолок.

Или замечательная фраза: «Полюби себя!»

Подходит тетя к зеркалу, видит, что человек в зеркале весит как минимум на 40 килограмм больше, чем ей хочется. И вы думаете, она себе скажет: «Люблю себя»? Ну-ну.

Поэтому благие пожелания – это хорошо, но успешен в жизни только тот, кто умеет решать проблемы. А для этого нужно становиться умнее и учиться зарабатывать деньги, общаться, противостоять наездам, строить личные отношения и многое, многое другое.

Лежать на диване и мечтать о собственных подвигах недостаточно. Мне неприятно говорить вам горькую правду, но вы – не воин. И под кроватью у вас не лежит меч-кладенец.

Более того, скорее всего вы уже не будете чемпионом мира по фигурному катанию, не станете президентом США и не полетите на Марс. Вам не грозит слава Бетховена, Эйнштейна или Элвиса. Признайте это. И не занимайтесь пустыми мечтаниями.

Но есть и еще момент, который неверен в этих книгах.

Неверен вектор развития. Эти книги исходят из предположения, что успешный человек – это богатый, популярный,

всеми признанный герой, которому еще при жизни поставили памятник.

Но это не так. Для человека эта цель слишком мелкая и скучная.

## **Вселенная ждет**

Поймал старик Золотую рыбку и только рот открыл, а она ему:

– Кончай прикалываться, Хоттабыч!

Как только вы начинаете развивать интеллект, то скоро понимаете, что те проблемы, с которыми сталкивается большинство людей, – это проблемы от невежества.

То есть, если у человека нет денег, – это он не понимает, что такое деньги и как их зарабатывают.

Если парня бросила девушка, то он не понимает, что именно она от него хотела.

Если у человека начались проблемы со здоровьем, то он не знает, как здоровье сохранять.

А самое главное, если человеку плохо, то он совершенно не понимает, что с этим делать.

Проблемы легко решаются, если знаешь ключик к их решению. И тогда возникает вопрос, а что делать, если можешь сделать все, что угодно.

И вот тут появляется совершенно другое видение себя. Ты выходишь на вершину холма звездной ночью, и тебя манит

эта бесконечность. И ты понимаешь, что много про себя еще не знаешь.

Ведь атомы вашего тела состоят из звездной пыли, которая рождалась в глубине звезд.

Вы – дети Вселенной. Социальное признание – это игра в песочнице. Это хорошо, но пора взрослеть.

Бесконечность внутри вас. И ваш путь лежит именно туда.

О том, как туда идти, писал Джиду Кришнамурти:



*Как же нам начать понимать себя самих?*

*Вот я – и как мне изучить себя, наблюдать себя, понять, что в действительности во мне происходит? Я могу наблюдать себя лишь в отношении, ибо вся жизнь есть отношение. Бесполезно, сидя в углу, медитировать о самом себе.*

*Я не могу существовать сам по себе. Я существую лишь в отношении к людям, вещам и идеям, и, изучая мое отношение к внешним вещам и людям, так же, как к вещам внутренним, я начинаю понимать себя. Всякий иной подход к пониманию себя есть просто абстракция.*

*Я не могу изучать себя абстрактно, я не являюсь абстрактной сущностью, поэтому я должен изучать*

*себя в действительности таким, каков я есть, а не таким, каким я желаю быть.*

# Признак работы интеллекта

Чем больше развит интеллект, тем большего внимания и настройки он требует. Цель этой книги в том, чтобы познакомить вас с инструментами по настройке вашего интеллекта.

И первое, что нам нужно сделать, – научиться отличать хорошо настроенный интеллект от расстроенного.

Существует признак, по которому можно безошибочно определить, работает у вас интеллект или нет, – это ощущение того, что задачи решаются как-то САМИ СОБОЙ.

Щелчок пальцами – и готово!

Названий этому процессу дано множество: озарение, интуиция, инсайт, эврика, но все они сводятся к тому, что существует некий механизм, который находит решения. Причем находит мгновенно.

Именно поэтому развивать интеллект очень приятно. Чем больше приемов и методов вы знаете, тем проще и приятнее ваша жизнь.

Если же у вас ощущение, что все идет как-то не так и кругом одни проблемы, вы мучаетесь, нервничаете и переживаете – это означает, что интеллект расстроен.

Настройка интеллекта очень сходна с настройкой рояля. Множество струн, и звучание каждой нужно привести в точное соответствие с камертоном. Это долгая и кропотливая

работа. Но пока хотя бы одна струна фальшивит, весь рояль в целом будет играть фальшиво.

Так и с интеллектом. Он включает множество составляющих, которые нужно привести в точное соответствие с реальностью. Именно этому и посвящена книга.

И в следующем разделе мы поговорим о составляющих интеллекта.

# Как чувства управляют нами

Продолжаем разговор о составляющих интеллекта.

И теперь поговорим о том, что нами управляет, – это ЧУВСТВА.

Когда природа создавала интеллект, ей был нужен механизм мгновенной и подсознательной оценки работы интеллекта. Чтобы сразу определить, что он пошел куда-то не туда.

В результате, если интеллект правильно настроен, то человек испытывает приятные чувства, если неправильно – то неприятные.

Именно это и составляет движущую силу интеллекта.

Часто обсуждается вопрос: «Зачем нужен личностный рост?»

Так вот: именно за этим. Для постоянного увеличения удовольствия от жизни. Чем более развит интеллект, тем более глубокие и тонченные чувства вы получаете.

При высоком уровне развития интеллекта человек испытывает необыкновенное чувство счастья, граничащее с блаженством, от того что ЕСТЬ МИР и ЕСТЬ Я в этом мире.

И наоборот. Если что-то не в порядке с интеллектом, то жизнь становится трудной, тяжелой и беспросветной.

Может возникнуть вопрос: а если действительно возникли какие-либо проблемы? Ответ на это был дан в предыдущем разделе. Для развитого интеллекта проблем не суще-

ствует. Они решаются как будто сами собой, принося дополнительное удовольствие. Для развитого интеллекта нет проблем – есть приключения.

Критерий правильности работы интеллекта: как только вы испытываете плохие чувства, вы подумали что-то не то. Вы где-то ошиблись. Вернитесь к исходной мысли и передумайте ее.

# Я-образ

В этом разделе мы познакомимся со следующей составляющей интеллекта, которая называется: Я-образ.

Я-образ – это то, что вы думаете о самом себе. Это единственное, на что вы можете реально повлиять. И это – главный источник вашей силы.

Чем лучше и точнее вы себя знаете, тем успешнее вы действуете. Чем лучше вы знаете ваши потребности, тем лучше вы их удовлетворяете. И, наконец, чем лучше вы понимаете свои истинные цели, тем быстрее и проще вы их достигаете.

И наоборот. Если вы не знаете СЕБЯ, то что бы вы ни делали, вам всегда будет плохо. Вы будете работать на скучной работе, встречаться со скучными людьми, достигать чужие цели, не получая от их достижения никакого удовольствия.

А раз так, то Я-образ должен быть в центре вашего внимания. Именно работа с Я и является главной задачей умного человека.

Как же работать с Я-образом?

Во-первых, все время помните правило из предыдущего раздела: если вам стало плохо, неприятно, скучно, то что-то не в порядке с интеллектом.

Чаще всего это значит, что вы занимаетесь не тем, что хочется ВАМ, а тем, что нужно ДРУГИМ.

Поэтому, как только вам стало плохо, спросите себя: «Это

то, что Я реально хочу делать?» Если ответ: «Нет!», то бросьте это. Это не ваше.

Хотите иметь здоровый интеллект – будьте другом самому себе. Занимайтесь тем, что вам нравится.

Возможно, у вас возник вопрос: «Но я работаю там, где скучно, только потому, что я больше ничего не умею».

Это знакомая песня неудачника: «Я не умею, Я не знаю, Я боюсь, Я вынужден».

А интеллект на что?

Слабый интеллект практически ничего не получает от жизни. Но сильный выбирает то, чем ему нравится заниматься.

Замените песню неудачника на песню успешного человека: «Я сумею, Я научусь, Я добьюсь». Видите, насколько эта песня более приятна!

Помните, что вы реально можете влиять только на Я-образ. Но, поменяв Я-образ, вы можете повлиять на все остальное в вашей жизни.

Обращаться с Я-образом нужно аккуратно. Если вы устали или ошиблись, не нужно становиться судьей самому себе, или, еще хуже, собственным палачом. Пожалейте себя, дайте отдохнуть, а потом поддержите добрыми словами.

Чуть позже мы будем очень подробно говорить о том, как работать с Я-образом, а пока маленькое задание.

Придумайте любое новое состояние вашего Я. Например:

- Я – моряк.

- Я – далай-лама.
- Я – дайвер.
- Я – композитор...

И поживите в этом состоянии некоторое время. Попробуйте реально ощутить, что изменится в вашей жизни, если вы, например, величайший режиссер...

# Ум

Здесь пойдет речь о следующей составляющей интеллекта, которая называется: ум.

Ум – это главный инструмент интеллекта, который нужен для решения задач. Это наиболее таинственная часть интеллекта, так как в основном работа ума протекает в подсознании. Наружу выскакивают только отдельные мысли, и иногда они являются озарением. И тогда мы восклицаем: «Эврика!»

Интеллект пользуется умом, чтобы достигать целей. Как только на пути возникает препятствие, то в дело идет ум.

Ум решает задачу и строит план действий. Остается только реализовать этот план и получить требуемый результат. Чем лучше развит ум, тем больший класс задач он может решить.

Но ум имеет одну особенность. Им трудно управлять. Как только он запустился, то он начинает думать и думать, думать и думать. Уже и не нужно, а он все думает.

Более того, он начинает думать совсем не о том, о чем нужно его хозяину. Чем глупее человек, тем дальше от его реальной жизни бродит ум. Доходит до того, что взрослый человек всерьез думает о том:

- Как тренировать сборную по футболу?
- Как управлять страной?
- Кто был любовником принцессы Дианы?

И прочую лабуду. Какое отношение имеет все это к его жизни? Правильно, никакого. Но он думает и думает. Вагончики мыслей все катятся и катятся. Иногда человеку это надоедает, он выпивает рюмку какого-нибудь наркотика и устраивает крушение поезда.

Но потом сознание восстанавливается, и ум опять запускает свои вагончики.

Как же работать с умом?

Во-первых, его нужно уметь включать и отключать. Это очень сложно для неподготовленного человека.

Поэтому нужно начинать с малого. Как только вы почувствуете, что ум думает что-то не то, вы мысленно себе говорите: «Эту мысль я думать не буду, я буду думать другую мысль».

Обычно вы думаете то, что в вас вкладывают СМИ. А СМИ годами и десятилетиями крутят одну пластинку: «Кризис – не кризис, выборы – не выборы, олигарх – не олигарх, кандидаты —...»

Другая пластинка заряжает вас мыслями: «Богатые плачут – не плачут, просто Мария – не просто Мария, просто, но не Мария и т. д.».

Поэтому старайтесь не смотреть телевизор, не читать газет, не шарить по Интернету. Все это никак не способствует достижению ваших целей.

Во-вторых, умейте определять ситуации, где ум нужно включать.

Это легко. Ум нужно включать там, где вам захотелось по-

жаловаться или впасть в депрессию.

Ибо самый главный парадокс ума выглядит так:

**Большинство людей в ситуации, когда нужно ВКЛЮЧИТЬ ум, вместо этого ОТКЛЮЧАЮТ его и начинают ЖАЛОВАТЬСЯ на то, что они не включают ум.**

Это парадокс, но это на каждом шагу.

Например, девушка восклицает: «Я и умница, и красавица, но все подружки замужем, а почему же я одна?»

Это не повод для жалобы – это ЗАДАЧА! Как найти себе возлюбленного? Если ты УМНИЦА, то запускай УМ и вперед.

Или другой пример: «Почему мне, такому умному, так мало платят?» Это ЗАДАЧА!

Но самый поразительный пример этого парадокса – «Горе от ума» Грибоедова.

Почему-то считается, что Чацкий – это умный человек. Возможно. Но ведь он непрерывно жалуется:



– Служить бы рад, прислуживаться тошно.

– А вы! о Боже мой! кого себе избрали? Когда подумаю, кого вы предпочли!

*– Да, мочи нет: мильон терзаний Грудь от дружеских тисков, Ногам от шарканья, ушам от восклицаний,*

*А пуще голове от всяких пустяков.*

И т. д. В этих трех цитатах содержится три задачи. Ему осталось только включить ум и решить, но он предпочел жаловаться на всех и на вся.

И, в результате, оставшись без возлюбленной, без должности и став всеобщим посмешищем, он уезжает к тетке.

Как-то умом здесь и не пахнет.

Поэтому запоминаем первое правило по управлению умом:

**Как только вам хочется на что-то пожаловаться – это значит, у вас есть задача, которую нужно обдумать и решить.**

# Остроумие

Расскажу вам о следующей составляющей интеллекта, которая называется: остроумие.

Умный человек пользуется умом для решения задач. Но задач в жизни очень много. Каждый встречный пытается всучить вам целый ворох задач, которые вы должны решить. Государство придумывает одни задачи, ваш начальник – другие, ваши близкие – третьи. Также в очередь выстраиваются соседи сверху, снизу, слева и справа, сослуживцы и подчиненные, отцы и дети, семья и школа. Все только спят и видят, как только нагрузить вас какой-либо проблемой.

Если на все эти задачи запускать ум, то он у вас будет работать с утра до вечера как обогреватель в студеную зиму. Но задачи будут все сыпаться и сыпаться, и скоро накроют вас с головой.

Вот именно для такого случая существует остроумие. Остроумие – это способ решения задач, которые вам не нужны. Это способ избавления от лишних проблем сразу и без размышлений.

Что же такое остроумие и чем оно отличается от ума?

И ум, и остроумие нужны для решения задач. Только вот ум нужен для нахождения РАЦИОНАЛЬНЫХ решений, то есть таких, которые можно осуществить, а остроумие находит ИРРАЦИОНАЛЬНЫЕ решения, то есть которые осуще-

Ствить нельзя.

- *Сержант, а если мой парашют не раскроется?*
- *Принесешь его ко мне, я заменю на другой.*

В первой строчке задача, во второй – решение. Иррациональность решения вызывает смех.

Мощь остроумия в том, что оно позволяет, как косой, скашивать все ненужные проблемы на корню. Получается прямо по Жванецкому:



*Все проблемы мы уже решили, осталась последняя  
– сигналы из космоса.*

*Так все-таки: отвечать или отмалчиваться?*

Остроумие вырывает человека из скучной действительности и переносит в мир необычный и странный, и через секунду смеющегося возвращает назад:

*Лежат два помидора в холодильнике.*

*Один из них говорит:*

*– Как тут холодно!*

*Второй на него ошарашено смотрит и как заорет:*

*– А-а-а!!! Говорящий помидор!!!*

Человек с развитым интеллектом всегда в хорошем на-

строении, потому что на него пытаются навесить ненужные проблемы, а он все проблемы надевает на острую пику своего ума. Вам пытаются устроить разборки? Это его проблема, не ваша.

*Начальник входит в кабинет и орет на сотрудников:*

*– Я же сказал: во время работы курить запрещается!*

*На что получает ответ:*

*– А кто работает?*

Вам идет лишняя информация? Сразу мысленно отсекайте ее. Особенно много лишних проблем пытается создавать реклама.

*Дорогие девушки! У вас сухая кожа? Редкие волосы? Проблемы с фигурой?*

*Приходите к нам! У нас темно и мы пьяные.*

Развитый интеллект не встречается в чужие проблемы и не стопорится выдуманными препятствиями. Вам задают дикие вопросы? Давайте дикие ответы.

*– Что такое психоделическая музыка?*

*– Это такая музыка, под действием которой психи начинают размножаться делением.*

Остроумие – это самый главный признак здоровья интеллекта. Как только человек перестает реагировать на шутки, это говорит о том, что интеллект отключился. Ведь для того, чтобы понять суть юмора, нужно решить задачу, о которой

идет речь в шутке. При отключенном интеллекте это невозможно.

Кстати, именно поэтому тяжело объяснить, в чем смысл шутки. Ведь обычно человек сразу схватывает иррациональность решения. Если не схватил, то объяснять бессмысленно. Ведь объяснение всегда рационально. Как объяснить следующую шутку?

- *Кем ты будешь, когда вырастешь?*
- *Солдатом.*
- *Так тебя же могут убить в случае войны!*
- *Кто?*
- *Неприятели.*
- *Тогда я буду неприятелем.*

Отсюда следует простой критерий для проверки вашего душевного здоровья. В норме вам должно быть слегка весело. Ведь вокруг там много веселого:

*Объявление. Сдается двухкомнатная квартира со всеми удовольствиями.*

Если же смотрите на жизнь мрачно, то вам стоит задуматься о том, что с вашим интеллектом что-то не так. Скорее всего, вы слишком серьезно к себе относитесь. Зря.

**Не всякий человек настолько умен, чтобы осознать собственную глупость.**

Но точно так же, как и с умом, нужно уметь выключать остроумие, когда оно не нужно. Относитесь с юмором ко все-

му, что вам пытаются навязать. Если же задача вам важна, то включайте ум.

Помните слова Аристотеля: «Шутить надо для того, чтобы совершать серьезные дела».

# Лень, энергетика и секс

В этом разделе мы познакомимся со следующей составляющей интеллекта, которая называется: энергетика.

Умными себя считают очень многие. По результатам опроса на моем сайте – более 90 % ответивших.

Но как реально убедиться в том, что ты умный? Очень легко.

Природа встретила мощный механизм контроля интеллекта, который обмануть нельзя. Он состоит в том, что у человека особый механизм размножения. В отличие от животных, у которых половое поведение инстинктивно, у человека инстинкт продолжения рода отсутствует.

Для получения все более умного потомства природа встретила отбор по интеллектуальному признаку. Чем человек более умен, тем он более сексуален. Поэтому человечество развивается намного быстрее, чем животные.

Потому что у животных секса нет, а у человека – есть.

Как же происходит процесс развития сексуальности у взрослого человека?

## Начальная стадия

Жизнь подкидывает человеку разные задачи, и он пытается их решить. И здесь критерий таков. Если человек задачу

**ДЕЙСТВИТЕЛЬНО** решает, то у него появляется **ЭНЕРГИЯ** для реализации решения.

То есть в момент получения решения человек вскакивает с криком «Эврика!» и бежит это делать. Происходит маленький энергетический взрыв, чтобы тело могло реализовать задуманное.

Чем больше проблема, тем больше энергии. И человек настолько увлекается своим делом, что может работать сутки напролет, не зная усталости. Идет энергетическая волна.

Но может случиться и так, что человек ум напряг, но ничего не вышло. Тогда энергии не выделяется, и человеку становится **ЛЕНЬ** что-либо делать. Энергии-то нет!

Чем глупее человек, тем он ленивей. И скоро глупый человек попадает в энергетическую дыру: ему в лом напрягаться, а проблемы становятся все круче и круче. И скоро он забивает на все и старается всячески избежать любого напряжения: и умственного, и физического.

## **Средняя стадия**

Когда человек реально развил свой ум, то в определенный момент энергетика становится настолько сильной, что он готов к передаче генов. В этот момент умственная энергия переходит в сексуальную энергию. Максимум сексуальности у человека возникает после решения некоторой творческой задачи. Не случайно желтая пресса так любит обсуж-

дать сексуальную жизнь великих людей. Есть что обсуждать. Творческие личности одновременно являются сексуальными личностями.

В этот же момент ленивые люди проходят отбраковку. Понятия «творческий потенциал» и «потенция» происходят от одного слова. Если творческого потенциала нет, то наступает импотенция.

В этот момент импотент обычно начинает принимать какой-либо наркотик и окончательно отбраковывается как ненужный к воспроизведению себе подобных.

Обычно в этот момент он может жить только за счет чужой энергии: обычно такие люди подпитываются энергией во время просмотра футбольных баталий или телесериалов.

## **Высшая стадия**

Как только энергетика переходит в сексуальную стадию, человек получает практически неисчерпаемый источник энергии.

Люди развитого интеллекта поднимают энергетический потенциал настолько, что становятся стойкими бойцами сексуального фронта. Энергия идет потоком и ее хватает на все: и на выстраивание собственной жизни, и на выстраивание гармоничных отношений с партнером, и на новые достижения в сексуальных сферах.

Импотенты же на высшей стадии, как правило, занимают-

ся либо тем, что начинают запрещать секс всеми доступными способами, либо пытаются секс имитировать, чтобы получить от этого какую-нибудь материальную выгоду.

Подведем итог. Критерием реального ума является уровень вашей энергии. Если вы готовы сразу броситься делать то, что вы придумали, то это значит, что вы придумали что-то стоящее. А если вы смогли и реализовать это, то в награду получите высочайшую сексуальность.

# Речь, общение, лидерство

Перейдем к знакомству с заключительной составляющей интеллекта, которая называется: речь.

Речь – это весьма противоречивое явление. Хотя основы речи есть еще у животных, но смысл сообщений очень прост. У птиц речь исчерпывается всего четырьмя сообщениями: «Еда», «Враг», «Летим», «Попьем пивка». Хотя нет, наверное, тремя.

У человека речь – это могучее средство моделирования реальности. Зачем оно нужно?

Затем, чтобы обеспечить совместное действие. Человек – это стадное животное. Мы живем вместе с другими людьми. Вместе мы работаем, вместе отдыхаем, вместе ходим на стадионы и на пляжи.

Речь – это главный инструмент совместной жизни и главный инструмент влияния на людей.

По тому, как человек использует речь, можно мгновенно определить уровень интеллектуального развития.

Вы можете сделать это прямо сейчас.

Главная трудность общения – в том, что у других людей совершенно другие взгляды на жизнь. И просто так говорить ему что-либо бессмысленно. Не поймет.

Перед тем, как ему что-то сказать, нужно достигнуть взаимопонимания. И вот по этому процессу легко определить

человека.

## Низкий уровень

Человек ляпает то, что приходит ему в голову, нисколько не заботясь о том, как окружающие воспринимают его речь. Как правило, его и не понимают, поэтому он постоянно жалуется на то, что его окружают дураки, идиоты и тупицы.

Результат общения у такого человека плачевен. Так как его не понимают, то его все игнорируют. Но он-то сам себя считает очень умным (как мы уже знаем, все себя считают очень умными), поэтому он чувствует себя непризнанным гением.

И очень скоро он начинает ходить с поднятым носом и доказывать себе, насколько он круче других. При этом всех прочих он старается опустить. Скоро он переходит на мат, с помощью которого опускать намного проще.

Правда, в реальной жизни это может кончиться плачевно, поэтому умственно отсталые просто обожают Интернет. Ведь главное достоинство Интернета – это анонимность общения.

Именно поэтому Интернет просто завален сообщениями от непризнанных гениев, которые поливают всех и вся на форумах и блогах.

Собственно, им ничего другого и не остается, так как в реале им общаться не с кем. Они не умеют. В крайнем слу-

чае, в небольшой компании таких же неразвитых. Постепенно они начинают деградировать и превращаются в изгоев. И уже переселяются в Интернет навсегда. Их легко отличить по использованию исковерканных слов: моск, йязык, новрятли и т. д.

## Средний уровень

В какой-то момент человек приходит к важному открытию. Оказывается, люди, которые его окружают, тоже имеют интеллект, и с ними можно ДОГОВОРИТЬСЯ.

Это важнейший этап в жизни человека. С этого момента у него начинает уже что-то складываться. Он может найти спутника жизни, интересную работу, завести друзей.

И тут же сталкивается с проблемой: сказать так, чтобы тебя поняли, – это совсем непросто. Это требует ума. И это очень быстро развивает ум.

**Главный секрет общения состоит в том, что нужно посмотреть на ситуацию со стороны другого человека.**

Как только это происходит, то очевидно, что просто так ляпать слова не получится. Нужно научиться говорить совсем не так, как думаешь ты. А говорить так, как думает собеседник.

Только в этом случае он будет тебя понимать. Причем, самая первая ступенька понимания состоит в том, что, оказы-

вается, нельзя считать человека идиотом. Он это сразу чувствует и отвечает агрессией. И договориться с ним уже будет нельзя.

Отличный пример на эту тему приводит Дейл Карнеги:



*Несколько лет назад ко мне на курсы поступил один очень воинственный по характеру ирландец по имени Патрик Дж. О. Хэйр. Образование у него было небольшое, но спорить он любил страшно. В прошлом он был шофером, а ко мне пришел потому, что стал заниматься, безо всякого успеха, впрочем, продажей грузовых автомобилей. Путем несложных расспросов удалось выяснить, что он постоянно заводил споры и восстанавливал против себя людей, которым пытался навязать свои грузовики. Стоило предполагаемому покупателю сказать что-нибудь нелестное о грузовиках фирмы «Уайт мотор компании», в которой служил Пэт, как он уже готов был перегрызть ему глотку. В те дни Пэт одерживал бесчисленные победы в спорах. В последствии он рассказывал мне: «Часто я выходил из кабинета делового человека, говоря самому себе: „Я заставил все-*

*таки эту птицу замолчать”.*

Поэтому, как только человек понимает, что другой человек – это тоже человек, то он делает большой шаг вперед. Ведь он вдруг осознает, что собеседнику, как и ему самому, неприятно, когда его кроют матом или общаются как с дебилом.

И человек перестает материться и переходит на нормальный язык. Это хорошо, но, к сожалению, этого очень мало.

## **Высшая стадия**

Проблема общения в том, что даже если вы все сказали нормальным языком и собеседник вас прекрасно ПОНЯЛ, это совсем не значит, что он с вами СОГЛАСЕН.

Для успешного общения нужно не просто ПРАВИЛЬНО говорить, нужно говорить УБЕДИТЕЛЬНО. Это сложно, но если вы этому научитесь, то проблем в общении у вас уже не будет.

Для этого нужно говорить точно, кратко, логично и доступно. Этому нужно учиться, но результат того стоит.

Потому что если вы убедили одного человека, то вы можете что-то от него получить. Если вы можете убеждать группу людей, то вы становитесь их лидером. А жизнь устроена так, что лидеры могут получать от жизни все, что они хотят.

Подведем итог. Критерием умного общения является способность убеждать в вашей точке зрения. Проверить это лег-

ко. Вы умеете общаться, если можете получить от человека то, что вам нужно.

# Интеллект в целом

Мы рассмотрели все составляющие интеллекта и сейчас опишем, как они работают все вместе.

Особо подчеркну, что мы изучаем **ЗДОРОВЫЙ** интеллект. Это та планка, к которой нужно стремиться. И если у вас что-то не так, то это можно исправить. Как это сделать, мы будем говорить далее в книге.

Итак, начнем.

Здоровый интеллект – это постоянное всепоглощающее **ЧУВСТВО** радости от нахождения в потоке жизни. В этом потоке нет вас, нет мыслей, нет проблем и целей. Это чистая радость по поводу того, что вам дан такой чудесный подарок – **ЖИЗНЬ**, и неизвестно, сколько мгновений вам осталось наслаждаться этим подарком.

В этом потоке нет желаний, конечных пунктов, окончательных сроков, дат календаря. Нет будущего и прошлого. Есть только наслаждение жизнью здесь и сейчас.

Но вдруг что-то изменилось. Ощущение радости стало не столь острым и прекрасным.

Тогда интеллект включает **Я**, или вашу **ЛИЧНОСТЬ**. Для чего? Для того чтобы личность определила, что с вами происходит и что вы делаете не так. Допустим, что ваше **Я** определило, что:

- тело замерзло;

- тело хочет есть;
- тело устало.

Или:

- личность обиделась;
- личность не достигла цели;
- личность боится.

Тогда ваше Я дает команду телу исправить это состояние: одеться, поесть, поспать, поплакать, позлиться, побояться.

И смотрит, к чему это приведет. Если ощущение праздника возвращается, то Я плавно растворяется в потоке ощущений.

Если становится еще хуже, то Я призывает на помощь УМ или ОСТРОУМИЕ. И решает задачу с их помощью. В зависимости от трудности задача решается или мгновенно, или уходит в подсознание. И через некоторое время приходит решение вместе с ЭНЕРГЕТИКОЙ. Оно выглядит как цель, которую хочется достичь: например, из подсознания всплыл образ колбасы в холодильнике.

Человек вскакивает и бросается достигать цель. В этот момент человек становится рациональным существом. Все его мысли и поступки сосредоточены на достижении цели. Он врывается на кухню, открывает дверцу холодильника и начинает судорожно выбрасывать его содержимое на пол, пытаясь добраться до колбасы.

А колбасы-то нет. Тогда на помощь приходит РЕЧЬ. Он максимально вежливо посылает в пространство вопрос:

– Кто сожрал колбасу?

Хотя нет, вопрос не совсем интеллектуален, или, точнее, совсем не интеллектуален. Ибо ответ на данный вопрос для вашей цели абсолютно не важен. К тому же экспрессивная формулировка может привести к ненужным разборкам. Поэтому он переформулирует вопрос:

– Дорогая, у нас не осталось немного колбаски?

Но вдруг он замечает маленький кусочек, валяющийся на полу среди прочих продуктов.

И вот заветная колбаса в зубах. И можно опять отключить Я и спокойно наслаждаться жизнью, пока половинка не зайдет на кухню и не увидит учиненный разгром.

Такова общая схема работы здорового интеллекта.

Здесь важно отметить, что когда вы вызываете ум, то ум должен решить задачу так, чтобы вы получили МАТЕРИАЛЬНЫЙ результат. Абстрактные рассуждения и бесплодное дребезжание мыслей не засчитывается. Это уже говорит об интеллектуальной патологии.

Никакими абстрактными мыслями, даже самыми «умными», вы себя не накормите и не согреете. Пока результат не получен, ум должен работать. А как только получен, ум нужно отключать, чтобы не мешал.

В работе здорового интеллекта можно выделить два противоположных процесса.

С одной стороны, в момент отключения Я ваше внимание максимально рассеивается, и вы воспринимаете весь мир в

целом. В западной культуре этому процессу нет названия. В восточной культуре он называется МЕДИТАЦИЯ.

С другой стороны, в момент достижения цели вы максимально собраны, и внимание сосредоточено только на цели, игнорируя все остальное. Этот процесс называется КОНЦЕНТРАЦИЯ.

Подведем итог. Здоровый интеллект в норме имеет выключенный Я-образ, ум, остроумие и речь. Он просто наслаждается жизнью. Инструменты интеллекта подключаются только в момент, когда что-то не так.

# Базовая техника управления умом. Часть 1

Мы рассмотрели интеллект в целом и теперь займемся тем, что будем его развивать и настраивать.

Начнем мы с управления умом. Из всех составляющих интеллекта управлять умом проще всего, хотя и это потребует серьезных усилий. Именно ум отвечает за достижение результатов, поэтому все, что вы в жизни имеете, – это результат работы вашего ума.

Как правило, результаты эти не совсем вас устраивают. Причина в том, что вы не совсем управляете умом, а, точнее, совсем им не управляете. Он болтается сам по себе, а вместе с ним болтается и ваша жизнь.

Ум можно сравнить с рулем в машине. Именно он позволяет объезжать препятствия и выезжать на правильную дорогу. Если же он болтается, а еще хуже – думает о проблемах какой-то другой машины, то куда он заведет вашу?

Конечно, можно написать, как пишут в умных книжках, что ум надо отключить, но это совет из серии: «Хотите быть сильным – поднимите штангу». Для нетренированного человека – это практически невозможно.

Мы начнем с более простой техники, которая называется: «Перевод стрелок».

Смысл техники в том, что постепенно научимся слегка

сместить наш ум на достижение более полезных результатов, чем он обычно делает. Для этого представим себе наш ум в виде поезда, который мчится по рельсам куда-то не туда.

Нам нужно его остановить, сдать назад, перевести стрелки и двинуть в нужном направлении. Конечно, поезд остановить куда проще, чем ум, но если тренироваться, то овладеть этой техникой вполне реально.

Техника «Перевод стрелок» состоит из следующих этапов.

1. Срываем стоп-кран.
2. Что написано на паровозе?
3. Катим назад.
4. Переводим стрелки.

## **1. Срываем стоп-кран**

Это самая трудная часть. Обычно поезд мыслей несется сам по себе, только верстовые столбы мелькают за окном. Остановить трудно, но можно. Для этого время от времени кричите мысленно: «Стооооп! О чем я сейчас думаю?»

И сразу бегите к началу, то есть к паровозу.

## **2. Что написано на паровозе?**

Паровоз – это главная движущая причина мысли. Как паровоз может работать на дровах или на углях, так и мысль

может использовать разное горючее.

Приблизительно половину мыслей, которые посещают достопочтенных леди и джентльменов, везут следующие паровозики.

**Страшилки.** У-у паровозы-страшилки – это просто жуть берет. Это размышления о том, что вот сейчас как жажнет, и все пропало!

- Из глубин космоса летит страшный астероид, который упадет прямо на мой офис.
- На меня чихнет птичка и заразит гриппом.
- За углом меня ожидает кровавый маньяк, который займет деньги и не отдаст.
- Я опоздаю домой и не успею на очередную серию.

Откуда берутся страшилки? К сожалению, наша культура насквозь пропитана страхом. Со всех новостных лент, реклам, проповедей и политических трибун принято пугать. Откройте любую газету, включите любой канал, и вы увидите, как эти страшилки буквально лезут из всех щелей.

Страшилки не исполняются, но это никого не волнует, потому что на следующий день уже готовится новая порция страшилок.

Страшилки пролезают вам в психику и направляют вас к единственному возможному поведению: забиться в угол, дрожать от страха и ждать когда вот... вот-вот...

**Жалейки.** Паровозики-жалейки увозят вас на берег реки слез, чтобы вы могли как следует обрыдать свою тяжелую до-

лю. Ведь вы же так страдаете! У вас все не так. Вас обходят, не замечают, не повышают, не награждают. Вы не спортсмен, не рекордсмен, не лауреат. У вас не то тело, не то лицо, не тот пол и не тот потолок.

А вокруг полно наисчастливейших и наиудачливейших везунчиков. Они только и светятся от того изобилия благ, которые на них несправедливо обрушиваются.

И тут ум вскипает и переходит к третьему паровозу: приступам черной зависти, который мы будем именовать сокращенно – **черзавки**.

**Черзавки** служат для подсчета чужих денег (чаще используют мужчины) или подсчета чужих половых актов (чаще используют женщины).

Паровозик-черзавка выглядит так: «В то время, когда я – такой красивый и вообще замечательный – испытываю невыносимые страдания (см. список жалеек), какой-то дон Педро из Бразилии имеет целый ряд совершенно незаслуженных благ, а именно...» Далее черзавка переходит к обстоятельному перечислению того, что имеет дон Педро.

- Дон Педро купил баскетбольную команду лилипутов.
- На яхте дон Педро устроили гонки «Формулы-1».
- На самолете дон Педро официанты ездят на скейтах.
- Дон Педро сдал кровь своих служащих и избран почетным донором месяца.

Так как в Бразилии довольно много Педров, то черзавки никогда не переведутся. Особенно удобно то, что к черзавке

всегда можно пристыковать жалейку и зациклить движение.

*Эта ненавистная Хуанита опять соблазнила очередного дона Педро, что абсолютно безнравственно, к тому же сделала это бездарно, потому что выдра и вообще смотреть не на что, в то время как я сижу одна, а ведь могла бы соблазнить Педру намного более соблазнительно, если бы жила в Рио-де-Жанейро, где живет эта ненавистная Хуанита, которая опять...*

В совокупности страшилки, жалейки и черзавки обеспечивают непрерывное движение умственного ж/д транспорта по психике рядового гражданина и лишают его времени на обустройство собственной жизни.

Я понимаю, что конкретно у вас, дорогой читатель, такие мысли редки, но, если дернув стоп-кран, вы заметили один из этих паровозиков, то переходим к следующей процедуре.

### **3. Катим назад**

Вы представляете, как большой паровоз этой мысли останавливается, отдуваясь паром. И начинает медленно откатываться назад с мыслью: «Не, мне туда не надо».

### **4. Переводим стрелки**

И мысленно спрашиваем себя, а куда Я сейчас направляюсь? Ни дон Педро, ни Хуанита, ни вирус с астероидом, а Я

сам. И направляем паровозик в эту сторону.

# **Базовая техника управления умом. Часть 2**

Ранее мы познакомились с техникой «Перевод стрелок». Если вы начали ее применять, то тут же столкнулись с тем, что это не так просто. Мысли скачут, как зайцы, и не то что направить по другим рельсам, а даже поймать их практически невозможно.

Все правильно. Поймать зайца голыми руками нельзя. Так же и с мыслями. Для отлова мыслей нужно использовать специальные инструменты, о которых мы сейчас и поговорим.

## **Привязка к событию**

Первый важный инструмент по работе со своим умом состоит в том, что мы привязываем контроль мыслей к некоторому событию.

Этот прием вам знаком. Вы его применяете, когда собираетесь в дальнейшее путешествие. Как только чемоданы собраны и билеты проверены, кто-то обязательно скажет: «Присядем на дорожку!» Все садятся кто куда и замирают на пару минут. В этот самый момент ум отключается от подготовительной суеты и может подумать о важном. И тогда находят хорошие слова на прощанье, вспоминаются важные вещи, и голова начинает думать о предстоящем путешествии. Что

от нее и требовалось.

Как видите, прием работает превосходно, поэтому и вошел в обычай.

Как этот прием применить в быту?

Очень просто. Определите несколько событий, которые у вас ежедневно происходят:

- чистка зубов;
- окончание завтрака;
- застегивание молнии на сумке;
- посадка в автобус (метро, электричку) и т. д.

На каждое из этих событий повесьте технику «Перевод стрелок». То есть, застегнули молнию и мысленно:

– Стоп! О чем я сейчас думаю?

Вначале это будет несколько напрягать, но потом стрелки будут переводиться автоматически. И ваш ум будет чаще работать на вас, чем против вас.

## Привязка к жесту

Следующий прием управления умом состоит в том, что мы контролируем мысли определенным жестом.

Посмотрим, как этим приемом пользовался Наполеон. Когда он нервничал, то у него начинала дрожать левая икра. Наполеон знал это, поэтому привязал к этому дрожанию «Перевод стрелок». Он повесил на это дрожание фразу:

*La vibration de mon mollet gauche est un grand signe chez*

*той.*

*(Дрожание моей левой икры есть великий признак.)*

В чем смысл приема? Наполеон понимал, что если он начинает нервничать, то может сорваться и сделать какую-либо глупость. Поэтому, как только начинает дрожать нога, нужно быстро поменять неприятную мысль. В данном случае «Перевод стрелок» идет на мысль о собственном величии. Так как великому человеку нервничать по пустякам не пристало, то он может взять себя в руки.

Если у вас икры не дрожат, то можете использовать более традиционные жесты:

- почесывание в затылке;
- прикладывание сложенных пальцев ко лбу;
- поднимание указательного пальца вверх.

Сами эти жесты появились стихийно, когда люди спонтанно находили способы влияния на свой беспокойный ум.

В особо важных случаях принимайте позу роденовского «Мыслителя» (обопритесь лбом на кулак). Возможно, это покажется вам забавным, но это – работает.

В этот момент вы отслеживаете мысль и меняете ее на нужную.

Кстати, этот прием может отслеживать мысли очень четко. Поднимите палец и не опускайте до того момента, пока мысль не пойдет в нужном направлении. Если ускользнула, опять поднимите палец. И сидите с поднятым пальцем пока не убедитесь, что мысль пошла.

# Талисман

Очень сильным, но более сложным в исполнении приемом является использование управляющего символа – талисмана.

Талисманы были изобретены давным-давно, но сейчас, вместо использования по делу, применяются как ритуальный элемент. Что достаточно бессмысленно, так как в ритуале ум не нужен.

Талисман – это предмет, который должен принести своему владельцу счастье. Как мы знаем, принести счастье может только ум, поэтому правильнее всего талисманом называть не ритуальный предмет, а предмет для управления умом.

Как его сделать?

Вы берете любой предмет, который время от времени попадаете вам на глаза, но не имеет утилитарного смысла. Например, брелок для ключей. Выбираете ту мысль, которую должен символизировать этот брелок. И, как только достаете связку ключей, то применяете технику «Перевод стрелок».

Сложность использования талисмана в том, что он сам может уводить мысли в сторону. Поэтому желательно, чтобы талисман нес некоторую законченную идею и не давал возможности создания множественных ассоциаций. Ибо тогда он сам будет давать хороший пинок разбегающимся мыслям.

Образцом правильного талисмана является японское ис-

кусство нэцкэ. Нэцкэ – это брелок для закрепления пояса. В японской культуре нэцкэ символизировали законченные буддийские сюжеты. Таким образом, снимая пояс, человек переводил мысли в нужное направление в соответствии с сюжетом нэцкэ.

Поэтому придумайте мысль, которую будет символизировать ваш талисман, и не меняйте ее.

Талисманов можно завести несколько и повесить на каждый нужную мысль. Это позволит автоматически переводить мысль в соответствие с текущей ситуацией. Поэтому вы будете действовать более эффективно в любой обстановке.

## **Поток сознания**

Теперь познакомимся с приемом удержания мысли в нужном направлении, если вам нужно обдумать большую и серьезную проблему.

Иногда человек начинает думать, и мысль пошла, но, как правило, в этом случае начинается поток сознания, который может унести очень далеко от нужной цели.

Одним из самых простых и мощных инструментариев для продумывания серьезных проблем являются четки. Четки – это шнур, на котором завязаны узелки (или нанизаны бусины). Они были изобретены для повышения концентрации внимания на определенной проблеме. Но, как это часто бывает с мыслительным инструментарием, четки тоже превра-

тились в ритуальный элемент для отсчитывания молитв. Интересно отметить, что сама идея нерелигиозная, потому что используется в самых разных религиях: буддизме, индуизме, исламе, христианстве. Это говорит о том, что четки появились задолго до возникновения религий.

Исключительно важен сам принцип перебирания четок. Вы идете по узелкам одновременно со сменой мыслей. Важно только не сбиться на автоматическое перебирание узелков, иначе получится по пословице: «В руке четки, а на уме тетки».

Интересный факт. Четки – настолько важный элемент современной религиозной культуры, что 2003 год был объявлен годом четок.

Мы рассмотрели самые простые приемы для управления умом. Возможно, они показались вам сложными, но если вы научитесь их применять, то убедитесь в их высокой эффективности.

# Базовая техника управления умом. Часть 3

Продолжаем знакомство с техникой «Перевод стрелок». В этом разделе – заключительная часть техники, где мы разберем примеры ее использования.

Очень важно применять эту технику в тех случаях, когда вас пытаются сбить с мысли и направить вашу мысль совершенно в другую сторону.

## Генераторы страшилок

Как мы уже говорили, наша культура – это грандиозный генератор страшилок. Открываешь газету, и прямо в твою голову стремительно летит локомотив очередной страшилки, который сминает и разбрасывает все мысли и заставляет покорно следовать в том направлении, которое тебе указали.

Как поступать в таком случае?

Рассмотрим это на примере. В качестве примера возьмем лучшую страшилку из присланных мне читателями. Эта страшилка явный лидер:

*В 18:00 по Москве будет нанесен ядерный удар!*

Вот это страшилка!!! Мороз по коже.

Но ведь главное – привлечь внимание, а не будет ядерного

удара, ну что ж, завтра еще придумаем.

Как же правильно читать подобные сообщения?

Лучше всего их вообще не читать, просто пропустить мимо сознания, как вы пропускаете поезд, собираясь перейти железнодорожные пути. Но ведь часто бывает, что глаз уже выхватил в газетной статье заголовок-страшилку, и внимание сбито.

Вот здесь мы применяем технику «Перевод стрелок» в режиме остроумия, то есть ищем то место страшилки, к чему можно весело придраться.

В частности в ядерной страшилке есть чудное место:

*Она [вспышка] покрывает центр города в радиусе Бульварное Кольцо – Кремль – Полянка, причем все, входящее в это пространство, мгновенно перестает существовать, переходя в плазменное состояние.*

Так что если вы хотите побывать в плазменном состоянии, езжайте в центр города.

*Водоемы Москва-реки и Яузы испаряются, вскипает верхний слой Химкинского водохранилища.*

Если хотите попробовать ухи прямо из пруда, то езжайте к Химкинскому водохранилищу, заодно и ноги попарите.

*Зона в пределах МКАД уподобляется разровненной поверхности раскаленных углей в топке.*

Можно картошку запечь.

Как видите, самое главное в технике «Перевода стрелок»

вам не нужно следовать по тем рельсам, по которым вас тщательно направляют. Учтите, у всех страшилок есть авторы, который хорошо знают свои цели и используют вас для решения своих задач. Почему вы должны в этом подыгрывать?

У вас своя дорога.

## Генераторы рекламных завлекалок

Кроме страшилок, очень сильны завлекалки, которые используются в рекламе. Как бороться с ними?

Метод тот же самый – «Перевод стрелок» на веселые рельсы.

Мне попала реклама, которую достаточно только прочитать, чтобы настроение сразу поднялось (реклама реальная).

### *Набор «Фэн-шуй для дома»*

*В набор входят:*

*колокольчики (рассеивают скопившуюся негативную энергию в плохо освещенных местах);*

*слитки золота на ишурке (обеспечивают достаток в доме);*

*уточки-мандаринки (символ любви и супружества, защита личного счастья);*

*статуэтка «Петух» (помогает преодолеть любые препятствия и проблемы);*

*брелок со знаком «Богатство»;*

*салфетка для денег (притягивает богатство);*

*Хотей (бог веселья и благополучия, идеален для*

*активации зоны богатства);*

*пара собачек Фу (не пускают в дом неблагоприятную энергию);*

*компас (для точного определения зон влияния).*

Итак, применим этот набор для мгновенного улучшения своей жизни.

Колокольчики вешаем на шею, уточки дарим супруге, статуэтку «Петух» начальнику, а собачек Фу – теще. Берем в руки компас и с криками «Хотей – богатство!» грабим ближайший банк. И нас ждет полный фэн-шуй!

Подводя итог. Техника «Перевод стрелок» используется для смены мыслей на те, которые вам нужны, и для защиты от тех, которые вам не нужны. Эта базовая техника управления умом.

# Главный признак ума

А теперь мы поговорим о том, кого считать умным человеком.

По тем отзывам и вопросам, которые приходят на мою рассылку, я сделал вывод, что самым непонятным моментом оказалось то, что интеллект человеку нужен для изменения мира. Почему-то у моих читателей сложилось впечатление, что интеллект нужен для бесплодного философствования.

## Сколько ног у осьминога?

Повторюсь еще раз. Человек отличается от животных тем, что не приспособливается к миру, а меняет его. Поэтому проверить, работает ли у вас интеллект очень легко.

**Если интеллект работает, то в результате его работы происходит изменение материального мира.**

Если интеллект вроде бы работает, но это никак не проявляется, то, следовательно, произошел какой-то сбой. Конечно, получить материальный результат не так просто. Для этого интеллект использует ум. Поэтому умный человек – это тот, кто умеет получать материальные результаты.

Вроде бы очевидно. Оказалось, совсем нет.

В одном письме мне написали, что интеллект-символом

нашего времени является Анатолий Вассерман. Я даже растерялся, потому что никогда не слышал об этом человеке. И стал тут же искать, кто он: гениальный писатель, композитор, ученый, изобретатель или бизнесмен.

Оказалось, что этот человек – активный участник телепередач-викторин. В этих передачах задают вопросы что-то типа: «Сколько ног у осьминога?» и дают за это баллы. Анатолий Вассерман набрал баллов больше всех.

Поймите меня правильно. Я совсем не против всяческих игр, в том числе и викторин. И, уж конечно ничего не имею против Анатолия Вассермана, наверное, он очень хороший человек, раз получил такую известность, и я могу только поздравить его с победой в телевикторине.

Вопрос в том, какое отношение викторины имеют к уму?

Набивать свою память тоннами ненужных знаний и превратить ее в некоторое подобие энциклопедии, конечно, можно, но в Интернете информации все равно больше.

И назвать человека умным за то, что он много прочитал, – это все равно, что назвать человека сильным, за то, что он больше всех съел сосисок.

Известный физик Петр Лебедев, имя которого носит Физический институт Российской академии наук, говорил: «Книжный шкаф знает о физике больше меня, но он не физик, а я – физик».

Ум состоит в том, чтобы создать что-то новое. Открыть, изобрести, сочинить, написать. Даже приготовление ужина –

это более умное дело, чем его поедание.

А уж простое чтение книг, просмотр сериалов и перескакивание с сайта на сайт человека умным не делают.

## **Ой, мороз, мороз, не морозь меня...**

Чтобы окончательно разобраться в этом вопросе, возьмем самый примитивный пример.

Холод.

Для человека комфортная температура окружающей среды – около 24 градусов. Если температура начинает падать, то ему становится некомфортно.

Если же становится совсем холодно, то можно и замерзнуть.

Так вот задача ума состоит в том, что, если температура стала уменьшаться, нужно что-то сделать. Чтение книг и просмотр телевизора – это, может, и хорошо, но согреться они не помогут. И вот это самый простой критерий наличия ума. Если он есть, то какой-то выход из положения будет найден: можно одеться, включить печку, затопить камин или развести костер.

Вариантов много, но все они связаны с материальными действиями.

Можно, конечно, заорать изо всех сил: «Ой, мороз, мороз, не морозь меня...» Но вот просить мороз о чем бы то ни было признаком ума не является.

Для детей просьбы к Деду Морозу вполне естественны, а вот для взрослых и умных людей уже нет.

Поэтому умным человеком можно назвать только того, в результате действий которого появляется материальный результат. В противном случае ума нет.

# Что в реальности показывает IQ

В этом разделе мы поговорим о том, что такое IQ.

Для интернетчиков `iq` – это домен верхнего уровня для Ирака, но для тех, кто интересуется интеллектом, число IQ – это чуть ли не главное число в жизни.

– Здравствуй, как дела? – здороваются обычные люди.

– Привет, как IQ? – здороваются интеллектуалы.

И если нормальным давлением считается 120/80, то IQ должен быть более 120, чтобы давать повод свысока смотреть на окружающих.

## Что такое IQ?

В популярной психологии очень широко используются различные тесты, и самым популярным остается тест на развитие IQ.

Впервые методика тестирования была предложена Бине в 1903 году. Его метод состоял в выборе тех задач, которые уверенно решают дети определенного возраста. Набор подобных задач предлагался группе детей этого возраста. Если ребенок не решал всех задач, то он считался умственно отсталым. Если же ребенок мог решить задачи для более старшего возраста, то его считали более развитым.

В 1911 году Штерн предложил термин «Intelligence

quotient (IQ)» для обозначения уровня развития интеллекта. В 1916 году американский психолог Л. Термен создал новый вариант тестов и предложил формулу расчета IQ. Средний уровень развития обозначается как 100, а более высокий IQ означает более развитый интеллект.

## **Проверка теста на IQ**

С этого момента метод широко распространился по всему миру. И в 1921 году Л. Термен отобрал 1500 детей с IQ более 140. В течение 50 лет за ними следили психологи. В 1971 году исследование закончилось. К этому времени сам Л. Термен уже умер. Но результаты исследования оказались обескураживающими. Ни один из них не стал ни Моцартом, ни Эйнштейном. И никто из этих людей не оставил никакого заметного следа в истории своей страны.

С тех пор IQ потерял свое значение в научном мире. Ряд других исследований показал, что в тех странах, где приняты другие образовательные программы, тест на IQ дает существенно более низкие результаты. То есть тест на IQ явно зависит от того, что человек проходит в школе, а совсем не то, насколько он умный.

## **Что показывает IQ?**

Чтобы окончательно разобраться с этим вопросом, возь-

мем самый примитивный пример. Каждый пианист при обучении игре на фортепиано играет гаммы. Это нужно для тренировки техники пальцев.

Чем больше пианист тренируется, тем лучше он владеет инструментом. Но гаммы не делают его музыкантом. Более того, если он попытается дать концерт и играть одни гаммы, то публика разбежится.

Футболисты перед матчем разминают мышцы и тренируются в обработке мяча. Но попытки сделать это на футбольном поле вызовут только свист болельщиков. На поле надо играть, а не разминаться.

Точно также с тестом на IQ. Задачи в тесте – это умственная разминка. А в жизни нужно добиваться результатов.

**Тест на IQ показывает то же, что и разгадывание кроссворда – общую эрудицию.**

К интеллекту это отношения не имеет. Уровень интеллекта можно определить только по реальной жизни и материальным результатам.

Как-то в газетах много и с удовольствием писали, что женщина с самым высоким IQ в мире, болгарка Даниэла Симидчиева, не может найти работу. Вот реальная ценность IQ.

# Уровни развития интеллекта. Часть 1

В этом разделе речь пойдет о том, как определить реальный уровень развития интеллекта.

В предыдущей части мы узнали, что тест IQ нам в этом не поможет. Решение выдуманных задач к интеллекту отношения не имеет.

Тогда как определить реальный уровень? Только путем анализа того, как человек реагирует на реальные жизненные ситуации и какие результаты при этом получает.

## Критерии оценки интеллекта

Если кратко описать работу интеллекта, то она состоит из трех этапов:

- постановка цели;
- построение плана действий и анализ возможных проблем;
- достижение цели.

Казалось бы, очень легко оценить интеллект по достигнутым результатам. Это неверный подход. Люди находятся в разных стартовых условиях.

Например, мы узнали, что кто-то получил Нобелевскую премию, а кто-то опубликовал ряд научных работ, но премию не получил. Вроде бы первый человек умнее. Но если

мы посмотрим на стартовые условия, то увидим, что первый получил премию, работая в составе группы нобелевских лауреатов, и пришел уже на все готовое.

Теперь посмотрим на другого человека, который премию не получил. Возьмем биографию реального ученого. Он вырос в Новой Зеландии и у него не было денег на учебу. И он смог учиться только потому, что постоянно показывал выдающиеся результаты и получал две стипендии. Затем этот человек стал работать в Кембридже, и его называют отцом ядерной физики. Именно он установил, что радиоактивное излучение урана неоднородно, и открыл планетарную модель атома. Он расщепил атом азота и обнаружил протон. Это известнейший физик Эрнест Резерфорд, который не получил Нобелевскую премию по физике (хотя получил Нобелевскую премию по химии).

Как видите, простое сравнение результатов нас может подвести.

Возьмем пример попроще. Мы узнали, что у одного человека есть миллион долларов, а у другого только полмиллиона. Вроде бы первый человек умнее. Но если мы посмотрим на стартовые условия, то увидим, что первый получил в наследство 10 миллионов, а второй вырос в нищете.

И сразу ясно, что умнее – второй.

# Уровни развития интеллекта

Для измерения уровня интеллекта мы рассмотрим, как происходит его развитие.

Индивидуальность человека определяется уникальными понятиями о мире, которые формируются в результате повседневного опыта человека. Сам порядок формирования понятий генетически задан и одинаков для всех людей. Но то, как человек использует эти понятия, это уже выбор самого человека.

Каждый человек в своем развитии проходит следующие этапы интеллектуального развития:

- эмоциональный (до 7 лет);
- социальный (7–16 лет);
- интеллектуальный (после 16 лет).

На эмоциональном этапе развития интеллект практически не развит. На социальном интеллект развит хорошо, но используется только при необходимости. На интеллектуальном уровне человек использует интеллект для самоуправления, а значит, может эффективно самообучаться и самосовершенствоваться. Поведение человека на этих этапах развития столь различно, что имеет смысл рассматривать мышление и поведение человека отдельно для каждого этапа развития.

Так как для интеллекта требуется сочетание многих фак-

торов, то интеллектуальное развитие часто задерживается, поэтому даже взрослый человек может иметь интеллект ребенка.

Для краткости дадим представителям различных уровней интеллектуального развития следующие обозначения:

- дикарь;
- обыватель;
- личность.

Выбор этих терминов не несет каких-либо оценочных свойств. Слово «дикарь» обычно используется как синоним необразованного человека, не знакомого с условностями цивилизации. Слово «обыватель» выбрано в качестве обозначения человека обычного, ведущего социально одобряемый образ жизни. Слово «личность» предполагает активно действующего человека, не пасующего перед трудностями («сильная личность»).

Любопытно, что мышление детей, представителей первобытных племен, алкоголиков и наркоманов во многом совпадает. Это объясняется тем, что у детей интеллект еще не развит, у настоящих дикарей он не развивается вследствие их культуры воспитания, а у алкоголиков и наркоманов интеллект вытравлен. Поэтому далее слово «дикарь» подразумевает представителей всех этих групп.

## Уровни развития интеллекта. Часть 2

Продолжаем разговор о том, как определить реальный уровень развития интеллекта. Мы уже узнали, что интеллект каждого человека развивается и проходит три этапа, которые мы назвали:

- дикарь;
- обыватель;
- личность.

Давайте посмотрим, как меняется поведение человека во время развития интеллекта и перехода с этапа на этап.

### Дикарь

Интеллект – это самая сложная способность человека. Она развивается только к 16–18 годам. Очевидно, что до 18 лет человек должен как-то жить, развиваться и достигать своих целей.

Для этого природа встроила ребенку до семи лет навыки, принятые в мире животных. А именно агрессивное поведение. Оно состоит в том, что любая новая ситуация вызывает страх, и животное реагирует на него либо бегством, либо нападением.

Возможно, вы попадали в ситуацию, когда вы спокойно идете по улице, а на вас из-за угла выскакивает мелкая со-

бачонка, которая начинает истошно лаять в вашу сторону. Достаточно на нее цыкнуть, и она с визгом убегает в подворотню.

Это как раз пример агрессивного поведения.

Агрессивное поведение носит защитную реакцию и очень полезно для маленького ребенка. Гораздо лучше, встретив что-то новое, большое и непонятное, испугаться и броситься под защиту к маме.

Конечно, дикарь не обладает разумным поведением, поэтому он вообще не может что-либо новое и серьезное сделать сам. Хотя вполне может делать и учиться по принципу: «Делай как я». У дикарей очень развито подражательное поведение. Стоит в детском саду одному ребенку начать кидаться подушками, то все сразу начинают кидаться подушками. Это особенность поведения дикаря.

## Обыватель

Начиная с семи лет, у ребенка практически полностью развит мозг (за исключением лобных долей, где и находится интеллект человека).

В этом возрасте появляется новая способность человека – речь. Говорить ребенок начинает раньше, но до семи лет ребенок может говорить только о конкретных вещах. Говорить абстрактно и понимать общие принципы ребенок не может.

Корней Чуковский в книге «От двух до пяти» приводит

## примеры рассуждения ребенка:

*Мой трехлетний сын впервые познакомился с сосновыми шишками, когда они валялись на земле под деревьями. И лишь через два месяца увидел их на ветках сосны с верхнего этажа нашей дачи:*

*– Шишки на дерево полезли как-то.*

*\* \* \**

*Крошит курам капустные листья, которые они не едят.*

*– Это я им в запас, на потом, когда они станут кроликами.*

*\* \* \**

*– Ой, луна вместе с нами летит и в трамвае и в поезде! Тоже на Кавказ захотела!*

Мы улыбаемся, когда слышим подобные ошибки. Но, если вдуматься, то рассуждения вполне логичны. Они основаны на том, что ребенок видит. Только ребенок еще не понимает общих закономерностей природных явлений.

Начиная с семи лет, он в состоянии их понимать и применять. Так что – это время, лучшее для учебы. Ребенок начинает учиться жить, как все. Он становится обывателем. И в этом возрасте – это очень хорошо, потому что он узнаёт, как жить в мире и как пользоваться бытовыми вещами: стелить постель, одеваться, готовить, ухаживать за собой. В более старшем возрасте он уже учиться что-то создавать своими руками: готовить, вязать, мастерить и т. д.

Все это он делает так, как его учили. К творчеству ребе-

нок еще не способен. Здесь надо отдельно остановиться на так называемых детях-вундеркиндах. Существуют дети, которые очень рано развивают свои способности. Например, юный Моцарт в четыре года написал концерт для клавесина, а в пять лет дал свой первый концерт. Но эти произведения Моцарта являются подражанием тому, что он слышал. И только с 18 лет Моцарт приходит к своему, оригинальному стилю.

## Личность

К 16–18 годам мозг полностью развит и готов к работе. В этот момент человек осознает себя как самостоятельно действующий субъект, который называется «Я».

Само понятие «Я» появляется раньше, но до окончательного формирования лобных долей человек не понимает, что его «Я» полностью контролирует его собственное поведение.

У человека начинает функционировать интеллект. Только в этот момент человека можно называть «Гомо Сапиенс», то есть «Человек разумный», потому что он теперь может жить и вести себя на основе собственного разума.

В этот момент появляется чувство внутренней свободы, и человек готов к творчеству. Он сам может создавать новое и менять мир.

## Что же в реальности

Описанная выше картина весьма приятна для всех, кто это читает. Кто же не хочет чувствовать себя личностью?

Но реальная жизнь вносит свои коррективы. Дело в том, что интеллект, как и любой другой орган, может как развиваться, так и деградировать. Если спортсмен тренируется, то мышцы растут. Перестал тренироваться – мышцы теряют силу.

Кроме того, лобные доли мозга можно просто выжечь. Для этого существуют специальные химические вещества, называемые наркотиками. Самый распространенный наркотик – раствор этанола. Однократный прием 10 граммов этанола сжигает около 100 тысяч нейронов (впрочем, у человека около 100 миллиардов нейронов, поэтому одной дозой его не проймешь).

Но вот регулярный прием постепенно выжигает мозг существенно. Даже очень развитая личность может постепенно начать обратный путь к обывателю и дикарю.

Поэтому делать вывод о развитии интеллекта по биологическому возрасту неверно. И мы должны посмотреть, как ведет себя человек при разных уровнях развития интеллекта.

# Уровни развития интеллекта дикарь

Продолжаем разговор о том, как определить реальный уровень развития интеллекта.

Напомню, мы уже узнали, что интеллект каждого человека развивается и проходит три этапа, которые мы назвали:

- дикарь;
- обыватель;
- личность.

Рассмотрим, как ведет себя и реагирует на жизненные обстоятельства человек на уровне дикаря.

## Восприятие дикаря

Человеку с развитым интеллектом не очень понятно поведение дикарей. Это вызвано тем, что взрослый человек всегда мыслит абстрактными понятиями о мире, а дикарь – конкретными.

Вертгеймер рассказывает о том, что при обучении дикаря европейскому языку возникла забавная проблема. Он отказался произнести фразу: «Белый человек убил шесть медведей». Причина проста. Раз белый человек не может убить шесть медведей, то и сказать такое нельзя.

Исследования Малиновского показали, что у народов, стоящих на низких ступенях общественного развития рече-

вое высказывание тесно связано с ситуацией, к которой оно относится. И это высказывание будет непонятно вне данной ситуации.

Поэтому дикарь, сталкиваясь с некоторой проблемой, ищет решения только в рамках текущей ситуации. Сообразить, что можно сделать что-то новое, он не может, потому что интеллект не работает.

Леви-Брюль рассказывает, что индейцы английской Гвианы никогда не улучшают свои орудия труда. Они делают их точно так же, как их предки.

## Позиция дикаря

Мышление дикаря эгоцентрично. Штерн приводит пример девочки, которая на просьбу посчитать его пальцы, ответила, что умеет считать только свои пальцы. Взрослому кажется очевидным, что нет разницы в том, считать свои или чужие пальцы. Но если вдуматься, совершенно ниоткуда не следует, что разницы нет.

То, что подсчет – это понятие универсальное, знает человек с интеллектом. Дикарь об этом не догадывается.

Нам кажется, что деньги – это очень простая вещь. Универсальное средство обмена. Но у многих древних народов хоть деньги и используются, но используются разные деньги. Купить корову можно на одни деньги, а топор на другие. Додуматься до универсальных денег они пока не в состоянии.

Кстати, отсюда следует главная проблема умного человека при общении с дикарем. Умный даже не догадывается, что дикарь не понимает самых простых абстракций. Понятия чести, ответственности, порядочности для дикаря ничего не значат.

## Владение умом

Главная особенность дикаря в том, что он никак не пользуется и не управляет своим умом. Какая мысль пришла, та и хороша.

Само понимание, что умом можно, а, самое главное, нужно управлять, им голову просто не приходит. Из всех путей дикарь выбирает самый легкий путь, абсолютно не думая о том, что можно делать что-то более эффективно.

Известный психолог Алексей Николаевич Леонтьев приводит такое сравнение: «Представьте себе, что люди никогда не видели велосипедов. И тут им на суд предлагают сразу две конструкции: трехколесный и двухколесный. Какой велосипед они предпочтут? Конечно, трехколесный. Почему? Потому что, сев на него, они поедут сразу легко и «естественно». Преимущества же двухколесного останутся для них за семью печатями... пока они не потратят усилия для овладения им».

Поэтому способы управления умом дикарю непонятны, и он их не применяет.

# Понимание причины и следствия

Для дикаря нет никакой связи между причиной и следствием. Это и приводит к тому, что дикарь не может создать ничего нового.

Известный швейцарский психолог Жан Пиаже давал детям незаконченные предложения и просил их дописать окончание. В результате получались такие предложения:

*К. (8 лет 6 месяцев):*

*Один человек упал с велосипеда, потому что... он сломал себе руку.*

*Л. (7 лет 6 месяцев):*

*Я пошел в баню, потому что... я после был чистым.*

*Д. (6 лет):*

*Я потерял вчера мою ручку, потому что... я не пишу.*

Как видите, дети не могут выявить причину, а только сопоставляют временные события. Именно такое мышление сохраняется у дикаря. Дикарь воспринимает временную связь, как причину. Разжег костер, пошел дождь. Следовательно, костер – это причина дождя.

Дикарь может связать причинно-следственной связью абсолютно любые два события. Леви-Брюль пишет о засухе в Ландане. Туземцы решили, что виной засухи являются головные уборы миссионеров, которые они специально надели,

чтобы умертвить туземцев. Миссионеры показали туземцам свой сад, который также погибал от засухи. Но все было напрасно. Переубедить туземцев было нельзя.

Но раз дикарь не понимает причинно-следственных связей, то не он управляет событиями, а события управляют им.

## **Нравственное поведение**

В основе душевного состояния дикаря лежит эмоция страха-злости, а мотивация дикаря требует немедленного удовлетворения появляющихся желаний.

Самой частой реакцией дикаря является страх. Каждое крупное млекопитающее бежит от сильного противника. Существует определенное расстояние, на которое может приблизиться соперник. Это расстояние профессор Хедигер назвал «дистанция бегства». Можно совершенно точно определить точку, при пересечении противником которой животное бросится наутек. Существует и «дистанция схватки». Она существенно короче, чем «дистанция бегства». При пересечении противником точки схватки животное бросается в атаку на врага.

Дистанция бегства и дистанция схватки. Эти два радиуса описывают две окружности вокруг животного. Это зона безопасности.

Такую же зону безопасности дикарь строит в своем душевном мире. Если появляется что-то новое, то дикарь ста-

рается избегать этого. Если новизны слишком много, то дикарь бросается в атаку. Из этого следует два типа поведения дикаря. Одно поведение – нерешительность, кротость, послушность, покладистость, стремление избежать затруднительных ситуаций. Другое поведение – упрямство, капризность, импульсивность, безрассудство, стремление броситься на обидчика.

Для дикаря хорошее – это привычное. А новое – это плохое.

# Как не быть дикарем

В ответ на последние выпуски моей рассылки пришло несколько писем с общей темой: «Если я узнаю в себе черты дикаря, как это исправить?»

Начнем с того, что авторов этих писем можно поздравить. Если человек замечает в себе недостаток, то он его исправит. А вот если человеку кажется, что все в порядке, то меняться уже и не нужно. И человек остается на том же уровне развития.

Как же не быть дикарем?

## **Я бы в личности пошел, пусть меня научат...**

В основе принятия решения дикарем лежит страх. Страх перед новым и необычным.

Поэтому дикарь всячески хочет сохранить привычный мирок. Чтобы все было одинаково и ничего не менялось. Дети очень любят, когда им рассказывают одни и те же сказки. И рассказывают одинаково. Это успокаивает.

В этом и кроется ключ к развитию. Самый простой способ начать развивать свой интеллект – научиться чему-нибудь новому. Только здесь важно подчеркнуть: не прочитать что-то новое и не посмотреть что-то новое, потому что это

и выдает дикаря с головой. Дикарь вечно что-то читает, что-то смотрит, лазит по каким-то сайтам. А научиться делать что-то новое.

Как только вы приступите к реальным действиям, тогда и начнется тренировка вашего интеллекта. Проверка роста интеллекта простая – получилось что-то в реальности помянуть – значит, слегка поумнел.

## **С чего начать**

Самый простой способ быстро начать состоит в том, что вы берете любую книгу по саморазвитию и начинаете сразу пробовать то, что там написано.

Как правило, для начинающих литература по личностному росту идет очень тяжело. Она сразу вырывает человека из привычного мирка. Это неприятно. Поэтому первая реакция:

– Они все дураки! Я думаю про себя по-другому, и я себя знаю лучше!

Это не так. Человек, а особенно дикарь, себя знает очень плохо. Он никогда о себе всерьез не думал. Его жизнь – это простое реагирование на внешние обстоятельства. Поэтому познать себя дикарю очень сложно. Ведь самый простой способ узнать, кто ты в реальности, – это сделать что-то самому. Сделать то, что придумал сам, и чтобы это получилось.

## **Дальнейшие шаги**

Как только человек начинает как-то работать над собой, то первые шаги показывают, что делать что-то самому очень непросто. Пользоваться готовым намного легче. Здесь обычно наступает первый кризис самосознания. Человеку начинает казаться, что он полное ничтожество и бездарь. Для начала это нормально.

Но нужно следить, чтобы это не перешло в постоянное самобичевание. Правильный подход такой:

– Да, пока у меня ничего не получается. Но это пока. Научусь и буду мастером.

## **Путь к вершине**

Интеллект растет, как мышцы. Чем он сильнее, тем за более сложные задачи можно браться и тем это приятнее.

Как только что-то получается, интеллект стремится сделать это лучше и эффективнее. Особое внимание нужно уделить обращению с собой. Ведь именно по тому, как человек может обращаться с собой: быть спокойным, серьезным и собранным – сразу видно, насколько человек продвинулся в интеллектуальном развитии.

Поэтому вы спокойно начинаете ставить себе все более сложные задачи и контролируете их выполнение. И вы уже

вступаете на путь, ведущий вас к развитию личности.

# Уровни развития интеллекта обыватель

Итак, переходим к следующему уровню развития: обыватель.

## Высшие психические функции

Начиная с 7 лет, у человека практически полностью сформирована кора мозга. Начинают функционировать высшие психические функции: память, речь, мышление. Только мышление пока неуправляемое. Мышление станет управляемым только к 18 годам с развитием лобных долей мозга. Управляемое мышление – это уже свойство личности.

Но нас сейчас интересует обыватель.

В 7 лет у ребенка появляется ключевое свойство человеческого мышления – понятие противоречия. Он начинает различать противопоставления: «истина-ложь», «хорошо-плохо», «можно-нельзя».

С этого момента его можно начинать учить абстрактным понятиям. Ведь каждая абстракция – это набор противопоставлений. Например:

- Отрезок конечен, прямая бесконечна.
- Растения синтезируют органические вещества, животные питаются органическими веществами.

- Согласные звуки требуют препятствие на пути воздушной струи, гласные – не требуют и т. д.

С одной стороны, абстракции – это достаточно бесполезные вещи, поэтому дикари их и не понимают, с другой стороны именно абстракции выводят человека из мира животных в мир человеческий. Абстракция – это основной мыслительный рычаг для изменения мира. Самый наглядный пример – детский конструктор. Самая простая абстракция – крепеж. Соединил элементы, завернул болт с гайкой и получил устойчивый блок. Соединил блоки – получил железную дорогу. Для дикарей додуматься до этого самостоятельно невозможно. Они могут это сделать только путем подражания. Обыватель же берет схему и вперед.

## Культура

Развиваясь, ребенок вступает во взаимодействие с окружающими людьми. Это вызывает особый вид поведения, который основан на выявлении и усвоении социальных понятий. Ребенок готов к восприятию культуры. Культурная среда – это, прежде всего, абстрактная среда. Абстрактные понятия позволяют выстраивать чувственные впечатления в структурно-организованную ситуацию: знакомство, прием гостей, посещение музея.

Ребенок учится тому, как надо здороваться, как вести себя за столом, в классе, на собрании. Что означает форменная

одежда, похвальные грамоты, призовое место, деньги. Все эти знаки предназначены для управления поведением и разрывают единую информационную среду на ряд дискретных стимулов. Ребенок понимает, каких именно знаков отличия он должен добиваться: оценок, спортивных разрядов, побед на олимпиадах.

Для достижения этих целей общество снабжает подростка специальными понятиями. Так, чтобы получить спортивный разряд подросток должен усвоить понятия: «спортивный режим», «тренировка», «упорство», «воля к победе». Но это не так просто. Эти понятия должны настолько изменить сознание, чтобы превысить значение таких простых и понятных вещей как лень, усталость, желание развлекаться.

Каждое понятие учит подростка направлять свои мысли определенным образом. Правила этикета направляют поток мыслей, а следовательно, и поведение в направлении от себя: «Мне хочется почесаться, зевнуть, икнуть» к другим: «Насколько приятно другим видеть меня чешущимся, зевающим, икающим». Мысль подростка видоизменяется. От простых умственных конструкций мысль переходит к сложным витиеватым построениям.

## Логика

Главный прием мышления – это логика. Логика – это тот же детский конструктор, только в роли болтов и гаек высту-

пают тезисы и выводы.

Подросток понимает, что он должен мыслить не просто так, а по определенным правилам. Любой тезис нуждается в доказательстве. Логический вывод должен быть непротиворечивым. И только при соблюдении правил логического мышления можно эффективно достигать результатов в любой деятельности.

Ребенок переходит от непосредственного реагирования на стимулы окружающей среды к реагированию на те стимулы, которые его учат выделять и обрабатывать. Он начинает воспринимать тот культурный слой, в котором он живет. Это восприятие требует серьезных умственных усилий.

Правило мыть руки перед едой не может быть объяснено путем опоры на непосредственное восприятие. Болезнетворные бактерии невозможно увидеть невооруженным взглядом. Поэтому восприятие культуры требует уверенного оперирования виртуальными объектами.

И подросток учится выстраивать свое поведение на основе социальных обычаев, традиций, привычек. Встал утром – умылся. Встретил знакомого – поздоровался. Эти элементы поведения сначала требуют сознательного обучения, но потом срабатывают автоматически, уходя на уровень подсознания. Очень скоро подросток перестает замечать их и действует автоматически в ответ на социальные стимулы.

Развитие интеллекта ребенка в этот момент полностью определяется тем обществом, в котором ребенок живет. А

традиции этих обществ весьма различны. Большинство девушек в 14 лет в европейской цивилизации живут с родителями и ходят в школу. Они считаются детьми. Большинство молодых женщин в арабских странах в этом возрасте уже замужем и имеют детей. Они считаются взрослыми.

А в некоторых австралийских племенах девушек отдают замуж в возрасте 8–9 лет. Но замужество австралиек состоит не в том, чтобы вести половую жизнь и рожать детей, а в том, чтобы учиться выполнять в семье хозяйственные функции.

## **Обыватель и общество**

В этом же возрасте подросток осознает себя не просто индивидом, а членом различных социальных групп. Начинается социальная самоидентификация. Подросток понимает, что он имеет пол, национальность, возраст и множество других социальных признаков. И он усваивает особенности полового, национального и возрастного поведения, контролирует свои поступки с точки зрения групповых ценностей.

Особое значение в этом контроле имеет кооперация со сверстниками для достижения общих целей. Подросток в группе все время оценивается по принципу «свой-чужой». Особенно этот процесс заметен для тех подростков, которые имеют явные отличия: другую национальность, цвет волос, не так одет, слишком толст или слишком тонок. Подросток и сам думает: «Со мной что-то не так, я не такой, как все».

# Самостоятельность

Полностью юноша становится обывателем тогда, когда может самостоятельно себя обеспечивать. Способность работать и зарабатывать деньги говорит о том, что с головой у человека все в порядке.

Поэтому самый простой способ убедиться в том, что ребенок нормально развивается, – это дать ему возможность подработать. Если получается, то с интеллектом все хорошо. Мозг развивается, и подросток постепенно готовится к тому, чтобы стать личностью.

# **Уровни развития интеллекта личность**

В этом разделе мы завершаем разговор об уровнях развития интеллекта и поговорим о следующем уровне развития: личность.

# 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.