

ТАТЬЯНА МАВРИНА

ДОПУСК  
К СЧАСТЬЮ,  
или Жизнь в мире  
БОГАТЫХ



# Татьяна Маврина

## Допуск к счастью, или Жизнь в мире БОГатых

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=70158868](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=70158868)*

*SelfPub; 2023*

### Аннотация

Мир управляется логикой. Логичные действия ведут к результатам, а нелогичные – к проблемам и трудностям. Автор делится законами жизни, следуя которым можно создавать успешное завтра и жить в счастливом сегодня. Книга формирует логический склад ума и аналитическое мышление для использования вашего жизненного опыта в достижении любых целей. Вас ждут практические задания со множеством житейских примеров. Готовы изменить свою судьбу? Дочитайте книгу до конца и станьте по-настоящему БОГатыми.

# Содержание

Дисклеймер	5
Примечание	6
Слово автора	7
ГЛАВА I. ОСОБЕННОСТИ НАШЕГО МЫШЛЕНИЯ	15
Угол зрения	15
Не все познается в сравнении	21
Что вас угнетает?	25
ГЛАВА II. ПРАВИЛА И ЗАКОНЫ ЖИЗНИ	35
Правило термометра	36
Принцип батарейки	43
Теория вероятности 50/50	47
Конец ознакомительного фрагмента.	53

# **Татьяна Маврина**

## **Допуск к счастью, или**

### **Жизнь в мире БОГАТЫХ**

В оформлении книги использованы иллюстрации по лицензии Shutterstock.com

Все права защищены. Никакая часть книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

# Дисклеймер

Автор этой книги не несет ответственности за отсутствие положительных перемен в жизни читателя, в случае «ничего не делания», просто чтения. Автор предлагает сменить роль всезнающего наблюдателя на «хоть что-то делателя», и тогда автор в полной мере будет нести ответственность за причиненное читателю развитие и нанесенное счастье.

# Примечание

В конце книги есть чистые страницы, которые вы всегда можете вложить в нужное место книги, чтобы доделать задание или просто записать свои мысли о любом прочитанном фрагменте. Вы всегда можете вернуться к какому-то заданию и, например, пополнить список проблемных вопросов и путей их решения. Вы бесконечно можете дописывать цели на будущее или править существующие. Так, спустя год, два или десять лет вы увидите все этапы своего интереснейшего пути и духовного развития!

# Слово автора

Всем доброго дня!

С нетерпением спешу поделиться с вами этой книгой. В ней мои наблюдения, испытания и умозаключения за 20 лет. Никакой вычитанной теории, только то, что я с успехом применяю сама каждый день и что работает! Не научное, а вполне наглядное и практическое пособие по жизни. Здесь прожитые мною годы, в которые были взлеты и падения, предательства и преданность близких людей, безысходность и совершенно чудесные события. На этих страницах собраны варианты моих действий и наблюдений, которые могут показать вам иной взгляд на привычные вещи. Некое альтернативное мнение, которое в предложенной мною практике сформирует уже полностью ваше, основанное на вашем опыте, свойственное именно вашему характеру мышление.

Здесь не будет чудо-таблетки. Не будет тезисных модных фраз вроде «живи здесь и сейчас», «отпусти и забудь», смысл которых понимают все, но как применить на практике – знают единицы. Согласитесь, судя по словам и умным изречениям, которые мы не задумываясь выдаем в день по сотне, каждый вроде бы знает, как правильно жить.

Чтобы научиться иначе смотреть на привычные вещи, на свои испытания и победы, нужно будет проводить много времени в честном разговоре с самим собой, и главное – делать письменные задания, которые вы найдете здесь, в этой книге. Нет никакого смысла просто читать текст и надеяться, что получится применить какие-либо советы, не осознав и не пропустив их через фильтр своего сознания. Это все равно что выучить фразу на иностранном языке и говорить ее невпопад, не понимая перевода и значения. Написанные на бумаге мысли отличаются от того, что формируется у нас в голове во время чтения.

Записав свои мысли на бумаге, вы сможете посмотреть на все свежим взглядом. Представьте, что бумага – это добрый друг, который всегда выслушает и поговорит с вами в любую минуту, хоть днем, хоть ночью. Кроме того, спустя какое-то время она напомнит вам, с чего начинался ваш путь к переменам. Цель этой книги, по сути, – помочь вам научиться понимать себя, видеть структуру работы всех механизмов (как кости на рентгене), отбрасывая внешнее, и предопределять события. Я расскажу, как научиться слышать жизнь: как она с нами разговаривает, какие дает знаки. И объясню ее простые законы, которые все стараются усложнить и потом только путаются.

Все думают, что их случай уникален, – поверьте, это не так. Лет в тридцать пять, слушая очередную знакомую, я поняла, что тоже переживала то, о чем она рассказывает в свои пятьдесят. А потом и вовсе была поражена тем, что для описания всего пережитого за 35 лет мне надо объединить десятков таких знакомых с их историями.

Но надо признать, что были и те, чьи истории были еще сложнее моей, вот у них я и училась. То, что одних делает сильнее, других убило бы. Так я поняла, что бесконечно рыдать и жалеть себя я больше не стану: на свете миллион тех, кто это пережил, и тех, кто пережил еще больше. Практически с любыми проблемами кто-то уже сталкивался, и решение для них есть! Уверяю, жизненные ситуации в большинстве своем типичны, а вот мышление каждого человека, который в них оказывается, действительно уникально. Из-за этого у людей и складывается впечатление, что их обстоятельства какие-то необыкновенные, они начинают нагнетать и сгущать краски. Наше мышление играет с нами, заводя в лабиринт.

Приведу простой пример. Школьная олимпиада по математике. Решение всех задач точно есть, оно давно найдено, известно и подчиняется определенным правилам и законам. Но что происходит на практике? Не берем в расчет тех, кто не учил. Они не попадают на олимпиады и пока не стремятся

к развитию. Для них жизнь течет сама по себе, все решает случай, у них «судьба такая» и прочее.

Те, кто выучил, но так и не понял логику решения («теоретики», которые заучили, как резать красное яблоко, но не поняли, как переносить эти знания на то, как резать зеленое и тем более грушу). Они часто не справляются с решением задачи, так как она не идентична прежде заученной и в ней другие переменные. Ее решение требует понимания механизма вычислений. Именно эта категория людей самая многочисленная – те, кто стремится к развитию и обладает определенными знаниями, но не понимает, как их применить.

А еще есть отличники (знают правила, понимают алгоритм вычислений). Они моментально справляются с задачей, но думают, что решение слишком простое – это же олимпиада! – а значит, ответ неверный. Они решают ее другими способами, совершая кучу ненужных дополнительных действий. Некоторые находят свое уникальное решение, но получают тот же ответ, теряя драгоценное время, а кто-то и вовсе уходит в дебри и путается в собственных умозаключениях.

Узнали себя? Я точно побывала в каждой категории в разные периоды своей жизни. И вывод сделала такой: все решения уже придуманы. Нужно лишь **знать правила, уметь их**

**применить и не мудрить больше, чем требуется.**

Дорогой читатель, меня зовут Татьяна. Я занимаюсь организацией мероприятий, могу структурировать любой процесс и получить заранее спрогнозированный мной же результат. Я сильный логик и вижу развитие событий в своей голове целыми схемами. Нет, я не родилась с такой способностью, я этому научилась. В начале моего осознанного пути я встретила прекрасную женщину (патентного поверенного) Людмилу Ивановну, которая помогла оформить все мои патенты на изобретения и авторское право в области социального развития общества. Но главное, что я получила, – не красивая бумага с печатью патентного бюро РФ, а навык представлять любую ситуацию в виде четкой схемы. Вначале мой гуманитарный ум упорно пытался противостоять этой умнейшей женщине и доказать, что в моем идеальном мире иллюзий работать будет вот так, а не иначе. Розовые единороги там решали все возможные сбои и неточности, существующие в жизни, от материального состояния общества до сложной работы взаимодействия всех государственных ведомств. Все было идеально! И все это прекрасно рушилось об ее четкую фразу: «Опиши это только существующими в реальном мире процессами, которые имеют начало, действие, методы, способы, инструменты, технологии и результат».

И понеслись квадратики и стрелочки. Блок приема информации, блок трансляции, ретрансляции, база данных, аналитика и прочее. Мы создали четкую схему, и я было выдохнула. Но дальше она сказала закрыть первый квадратик и подумать, будет ли схема рабочей без него. И если да, то завтра мой патент обойдут, создав более удачное решение. Еще пара месяцев ушла на вычищение схемы до идеально работающего варианта. Вся жизнь разделилась на до и после. Отныне я стала раскладывать на такие квадратики и стрелочки все события, просчитывая единственно верное решение любого вопроса. Все стало четко и понятно. В основе решения всегда лежит надежный, контролируемый механизм и просчитываются разные вероятности и степень их влияния на схему.

Полагаться на других людей недопустимо. Никаких «девочка сказала, передала, мальчик отнес!» Ведь она может и не сказать или недопонять, а мальчик может перепутать адрес. Человеческий фактор не должен лежать в основе точного пути к цели. Все мы люди, и мы ошибаемся. Это всегда нужно иметь в виду. В любых планах нужно полагаться только на то, чем вы сами можете управлять. Поступки других вы лишь предполагаете, нельзя брать их за константу – это переменная, как в уравнении. Ваш путь всегда должен быть тесно связан с реальностью и учитывать все возможные разочарования в попутчиках.

Допустим, вы выехали на автомобиле в другой город с кучей друзей. Вам нужно пройти собеседование на классную должность, которая изменит вашу жизнь и даст новые возможности. Или вы едете с мужем/ женой, детьми и родителями – это не меняет ситуацию. И в пути вы ругаетесь. Может же быть так? Или ребенок раскапризничался. Или родители передумали, ведь дорога дальняя. Это безусловно повлияет на ваше настроение, и, возможно, вы даже решите развернуться и не доедете до желаемой цели.

Поэтому, сев в машину, вы должны четко понимать, что подобное может случиться и что это точно не повлияет на ваше итоговое решение. Или точно знать, что повлияет, и торжественно оставить попутчиков дома ждать вашего звонка с радостной вестью о новой работе. И по возможности даже не отвечать на их звонки, пока не достигнете цели. Также стоит проверить автомобиль, он должен быть исправен и заправлен, и это полностью в ваших силах. Доверить такое дело другому – тоже определенный риск, лучше удостовериться лично. Все, что делаете не вы сами, – переменные. Либо вы понимаете, что в случае чего и пешком успеете дойти до места собеседования, либо нужно присутствовать при проверке автомобиля от и до.

Забегая вперед – вы на месте! Счастливые, вы стоите на

пороге огромного холдинга, работа в котором и в кайф, и для развития. Поднимаетесь в практически волшебном лифте, несущем вас ко всем заветным мечтам разом. Двери открываются, ваши глаза горят, и секретарь говорит, что Федор Петрович, с которым у вас собеседование, отправлен в срочную командировку и вернется через неопределенное время. Эти слова словно отправляют вас вниз без лифта с единственной мыслью в голове, насколько это все несправедливо. На этом то, что было только в ваших силах, заканчивается, но начинается зона ответственности высших сил, помощь которых обеспечивается вашей работой в духовном мире. Да и в нем возможно построение четких схем успеха, если знать методы, инструменты и правила. И я знаю, как выстраивать и совмещать работу в нашем материальном мире с работой в духовном, чтобы и подвластные, и не подвластные вам факторы складывались всегда в вашу пользу. А Федор Петрович встретил с улыбкой и предложил чай или кофе.

Как? Давайте разбираться.

В этой книге есть все ответы и описаны шаги, которые нужно сделать и которые точно помогут найти выход из любой ситуации. Итак, начнем с особенностей нашего мышления.

# ГЛАВА I. ОСОБЕННОСТИ НАШЕГО МЫШЛЕНИЯ

## Угол зрения

Не буду тратить ваше время на детальное описание всего, что было в моей жизни за тридцать семь лет. Небогатые родители, несчастная любовь, незапланированный ребенок, новость о котором не принял ни партнер, ни мой отец, отмененная за 12 часов до начала свадьба, жуткая озлобленность и недоверие к людям, а как следствие – много лет одиночества и непонимания, почему это происходит со мной, кстати, красивой и неглупой. Потом был вынужденный переезд, практически бегство в другой город с годовалым ребенком на руках. Звучит не особо позитивно, да?

А если так?

Не буду тратить ваше время на детальное описание всего, что было в моей жизни за тридцать семь. Безумно любящие родители, которые до сих пор находятся в законном браке (уже 40 лет) и показали мне, как быть счастливыми,

поддерживая друг друга, несмотря на множество проблем. Первая любовь, которая преподала много уроков и подарила мне прекрасного сына. Этот малыш стал любимцем бабушки с первых минут их знакомства и, как говорит сам дед, принес в нашу семью гармонию. Со своим отцом, кстати, у сына также сложились прекрасные отношения. Много интереснейший лет с невероятными и даже немного фантастическими событиями. Я переехала в другой город, словно перешла на другой уровень. Обрела новых друзей, научилась понимать и видеть разные послания жизни, выстроила бизнес, встретила своего человека, обрела долгожданную семью. Мы стали путешествовать, отпраздновали восемнадцатый день рождения сына... и я пришла к осознанию, что не вычеркнула из жизни и не изменила бы ни единого момента!

Эти два абзаца рассказывают об одном и том же человеке, одних и тех же событиях, но различается угол зрения. И это самая большая наша проблема – странный угол зрения, который направлен на негативную сторону ситуации.

Такой образ мышления не заложен в нас изначально. Повышенное внимание к негативу сформировано обществом. Но, даже осознав это, изменить свое восприятие по щелчку пальцев, без переосмысления самого себя и законов жизни НЕВОЗМОЖНО. Особенно если вы в подавленном, тревожном или депрессивном состоянии, когда каждая пробле-

ма ложится непомерным грузом на ваши плечи.

На самом деле не существует плохих или хороших ситуаций. Все события просто происходят по определенной закономерности и даны именно для роста и развития. Естественно, они вызывают разные эмоции. Если вам приходится выходить из зоны комфорта и серьезно работать над собой, вы воспринимаете ситуацию негативно и считаете ее плохой. А ведь при верной проработке она даст много плюсов и сделает вас сильнее и разумнее. Ну так почему бы не научиться ко всем ситуациям относиться положительно или, по крайней мере, нейтрально? Случилось – будем решать! Насыплем позитива на рану! Все во благо! Это просто ситуация, и только от вас зависит, каким будет результат. Любая ситуация – в ваших руках, и важно понять, какова ее роль, что она показывает, чему может научить, как можно использовать ее себе во благо, что можно оставить в ней как приемлемый (необходимый) минус, а что нужно обернуть в плюс. И главное – как это сделать.

Приведу пример из жизни. Четырнадцать лет назад руководитель компании, в которой я работала, решил за моей спиной открыть производство и направить средства от заключенной мной сделки на закупку оборудования вместо оплаты поставщику, с которым мы работали десять лет. Все это открылось, когда передо мной поставили кучу некаче-

ственного самодельного товара, который мне в приказном порядке сказали сдать заказчику, мило улыбаясь и утверждая, что так и должно быть. Так как я очень порядочный в делах человек и моя репутация мне важнее финансовой составляющей, я честно сообщила заказчику о всех минусах и объяснила, в чем их причина. В итоге заказ переделывали пару раз, и я таки сдала его в хоть как-то отвечающем техническому заданию состоянии.

В тот же момент, потеряв доверие к руководству, я приняла решение уйти с этой работы. Мне было безумно страшно, и я была раздавлена грузом ответственности за моего маленького сына и себя. Мы были одни в чужом городе, где жила только моя сестра со своим ребенком, которая была в декретном отпуске. Она могла поддержать добрым словом и невероятными куриными крылышками с майонезом и чесночком, но помочь с жильем и финансово она была бессильна.

В то же время приболел мой сын, и все окрасилось в еще более мрачные тона. Мне нужно было поехать с ним в больницу, но по пути я заехала к знакомым распечатать его анализы. Увидев мое состояние, друг-финансист спросил, что случилось. Я рассказала и спросила, сколько нужно средств на создание своего дела, аренду помещения, бухгалтера и т. д. Он только произнес: «Подожди, я сейчас». А вернулся со

словами: «Помещение вот это, побудем тут, экономику я на себя возьму, оформление у нотариуса через неделю». Я оторопела, маленькая Таня внутри меня кричала: «Нам хана!» – но внутренний голос говорил: «Иди, я помогу, все получится».

Сейчас моей компании четырнадцать лет, и сестра – мой надежный партнер. Безусловно, за этой цифрой стоит колоссальный труд, но это осознанный вклад для достижения моего нижнего предела зоны комфорта. Сыграли роль и моя порядочность, верность правилам никогда не идти по головам, никого не подставлять, никогда не переступить через свою совесть, стремление по возможности помогать ближнему, нести в этот мир добро и свет. Все это вместе помогло мне прийти к желаемому результату. А на юбилеях компании мы до сих пор шутим о том, как удачно я зашла распечатать анализы ребенка. Таким образом и вы можете обернуть в плюс абсолютно любую ситуацию и сделать из подножки трамплин для прыжка!

Нужно всегда мыслить конструктивно и при этом использовать негативное мышление для прогнозирования возможных проблем на пути к выстроенной позитивным мышлением победе.

**Вот ключ ко всему, и этому можно и нужно научить-**

**ся, главное – убрать лишнее.**

# Не все познается в сравнении

Большое влияние на нашу оценку каких-либо ситуаций, как позитивных, так и, наоборот, негативных, оказывает процесс сравнения. С чем именно вы сравниваете свое состояние, считая его плохим или хорошим? Здесь разум часто играет с нами, поэтому важно честно говорить с собой и встать у руля своего мышления.

## Относительно чего мне сейчас плохо?

Чаще всего вы ошибочно сравниваете себя с другом/подругой, родителями, знакомыми, личностями из соцсетей, героями романов и фильмов, которые сталкивались или, наоборот, не имеют проблем, похожих на вашу.

Выдуманной персонажей сразу исключаем. Сравнить свою жизнь с написанными кем-то историями можно, но тогда и жизнь вы проживете придуманную, в своей голове, к реальности такое сравнение отношения не имеет. Придумать можно что угодно: определенного партнера; послушных, талантливых детей, которые будут успешны в том, в чем вам самим не довелось достигнуть высот; идеальную работу и окружение. Если вы хотите жить в иллюзиях, это лично ваш

выбор, не втягивайте в свои фантазии реальных людей, тем более не растите детей в соответствии с киношными идеалами. Пусть все остается только у вас в голове, и будет вам счастье. Выдуманное, нереальное счастье. И тут нестрашно иногда в целях расслабления психики представлять идеальную жизнь, главное – выходить из нее в реальную, плотно закрывая дверь и ногой утаптывая розовые облачка, вылезавшие из щелей косяка.

Если же вы сравниваете себя с реальным человеком, в том числе публичным, с красивой картинкой в соцсетях, то важно понимать, что вы и представить не можете, через что этот человек проходил и проходит на самом деле. Вы просто не видите его слез, метаний, проблем, страданий и тех же разговоров с собой. Все это обычно остается за кадром. Вы видите только обложку, которую он показывает окружающим. Даже родители перед детьми часто носят маски, что уж тут говорить о посторонних людях.

Всегда есть люди, которые уже обладают тем, о чем вы мечтаете, и их жизнь кажется лучше вашей. А есть те, у кого нет даже того, что есть у вас, и закономерно полагать, что у них дела идут еще хуже. Но оба эти мнения могут быть ошибочными. Такие сравнения часто приводят к неверным выводам. Во-первых, вы не знаете, чем другие люди пожертвовали и через что прошли ради достижения успеха. Вполне

возможно, что вы не готовы пойти на такие жертвы и пережить подобное. А те, у кого нет даже того, что есть у вас, в целом могут быть гораздо счастливее, чем вы. Так что любое сравнение с другими само по себе ничем не помогает и не дает объективной оценки вашей ситуации.

Фраза «Все познается в сравнении» правильно работает только применительно к вам самим. Сравнить себя с собой, а не с другими – вот лучший выбор. Нужно радоваться тому, что у вас есть сейчас, в сравнении с тем временем, когда у вас этого не было. Порадуйтесь, что теперь у вас есть опыт, машина, отношения, бизнес, коллекция бегемотиков – что угодно! А печалиться из-за того, чего у вас нет в сравнении с другими, – глупо. Ведь лично вы этим не обладали и не знаете, что вам это принесет. Почему вы думаете, что именно этот человек или вещь является последней недостающей деталью вашего счастливого пазла? Это лишь предположение, которое может оказаться ошибочным и привести вас не к счастливой жизни, а к прямо противоположному результату.

Также вы можете сравнивать себя с самим собой того периода, когда было все относительно хорошо, когда не было таких проблем, как сейчас.

Здесь сравнение верное, но неверный угол зрения на ситу-

ацию. Вы рассматриваете исключительно ее негативные итоги, которые без подведения позитивных загнали вас в тупик.

Это стадия, когда уже ничего не хочется – ни хорошего, ни плохого, когда вы мечтаете, чтобы время остановилось и наконец появилась возможность передохнуть. «Горшочек, не вари!» – примерно так можно назвать это состояние.

Здесь я бы посоветовала затормозиться, не рваться вперед, а обернуться назад. Ведь такое состояние – это последствия вороха неразобранных жизненных ситуаций из вашего прошлого, смысл и логику которых не удалось понять. Соответственно и действий для решения этих проблем не было предпринято. Естественно, и плюсов от нее увидеть невозможно. В итоге остались только негативные эмоции, сформовавшие якоря, которые мешают вам в настоящем и не дают легко идти вперед.

Предлагаю их найти и разобрать.

# Что вас угнетает?

*Ниже описаны несколько причин этого состояния, выберите ту, которая, как вам кажется, объясняет вашу ситуацию.*

**Основное – это страх!** Страх нужды, одиночества, моральной или физической боли – чего угодно. Самое опасное в нем то, что он действует на опережение. Он не первая буква в алфавите, а загогулина, находящаяся на строке еще до буквы А – которая такая сложная, что пугает и убеждает не начинать учиться чтению вовсе. Вдруг не дочитаешь, вдруг на Б запнешься, вдруг голос пропадет, а вдруг тебе вообще алфавит не понадобится – тогда зачем тратить время... Не распыляйтесь на «вдруг, вдруг, вдруг...» Страх настолько силен, что способен полностью заблокировать ваши действия. Он – как правитель в мире теории наряду со знаниями и вполне способен с ними спорить. Все, о чем сказано ниже, существует в материальном мире, а страх живет только в ваших мыслях. Фокус в том, что он виртуален! Вы можете бояться только в мыслях. В реальных действиях страха уже не существует. Действия и реальные поступки его нейтрализуют. Так что запомните: совершая действия через страх, вопреки ему, вы в итоге его победите.

Стремиться полностью избавиться от страха даже на уровне реакции не нужно! Как и все в нас, он существует не зря. На самом деле ничего не боятся только не очень мудрые люди или те, кто обманывает себя. Всегда есть вероятность неудачи и риски есть во всем! Поэтому оценить свой план и учесть их – это правильно. Но страх не должен становиться поводом совсем отказаться от каких-либо действий. Ваша задача – составить и реализовать план, в котором будут учтены возможные риски. Иными словами, **не бойтесь страха**. Относитесь к нему как к другу, который обозначит непродуманные моменты и укажет на ситуации, требующие повышенного внимания.

**Отсутствие финансовых возможностей.** В этом случае нужно всем знакомым говорить, что вы ищете работу, заработок или хотите открыть свое дело. Кто знает, откуда придет интересное предложение! Дайте случаю шанс и действуйте сами! Составляем и размещаем резюме, ежедневно читаем вакансии и обязательно откликаемся на них. Если вы давно хотели начать свое дело – самое время! Рассматривайте все варианты, даже самые неожиданные (вы можете быть сейчас эмоционально нестабильны и неверно трактовать реальные предложения из-за элементарного страха перед чем-то новым). Практика и доля риска способны изменить судьбу. Так что вперед! Не умеете – учитесь! В крайнем случае,

если не понравится – всегда успеете уйти. Место, где вы сидите и переживаете, опустив лапки, будет в вашем распоряжении всегда, уж сюда вернуться успеете. Этот метод хорош и для тех, кто потерял работу, и для тех, кого она угнетает, не устраивает, кто не получает достойной оплаты.

**Эмоциональная пустота.** Как правило, она возникает из-за зависимости от другого человека. В этом случае выйти из угнетенного состояния сложнее, но это возможно! Все мы обладаем определенной энергетикой и, конечно, часто привлекаем к другим людям, к их энергии, которая нас дополняет. Бывает, что этой энергии больше с вами нет, а жить и развиваться дальше нужно. Где ее восполнить? Нужно обмануть организм и дать ему другой позитивный заряд. Нужна сублимация – я уверена, что каждый из вас знает это слово. Занимайте себя спортом, прогулками, общением, изучайте что-то новое или сосредоточьтесь на карьерном росте. Очень важно достигать чего-то. Пусть это будет рецепт лучшего борща, главное, чтобы вы сами его создали, тогда вы будете собой довольны и сделаете маленький шаг вперед. Познакомиться с кем-то новым, преодолеть свою «щенячью верность» тому, кому вы уже неинтересны, и попытаться открыться новым чувствам – тоже достижение, и порой это сложнее выстраивания целой финансовой империи. В результате таких действий времени на тоску по человеку не останется. Вскоре новая энергия, полученная благодаря достижениям, начнет за-

полнять опустевшее пространство, которое раньше было занято человеком.

**Физическая боль (болезнь).** Перво-наперво придерживайтесь назначений специалистов. Улучшайте свое моральное и физическое состояние любыми доступными вам способами. Займите ту позицию, в которой вам полегче. Не нужно угнетать себя негативными прогнозами и стараться перемотать этот эпизод. Быстрее, чем необходимо, пережить его не получится. А вот дольше при неверном подходе вполне возможно.

Задайте себе следующие вопросы:

- Для чего вам дано это время вынужденного бездействия? Что вам нужно осознать?
- Для чего вас положили поболеть?
- Какие ваши действия могли это спровоцировать?
- От чего вы так долго убегали и что так глубоко прятали внутри?
- Что вы так в себе подавляли, кого так ненавидели или в чем-то винули?

● А может, в чем-то винили самих себя?

Пока лекарства и процедуры борются с болезнью тела, поработайте со своим сознанием. Я сделала вывод на основании своего опыта и наблюдения за людьми вокруг, что болезни всегда порождаются нашими поступками. Порой болезни подталкивают нас к определенным действиям и переменам. Дают время повернуть все на 180 градусов и направить жизнь, словно скоростной поезд «Удача», по рельсам любви, достатка и благополучия. А порой они учат нас прощать и признавать свои или чужие ошибки, которые, как якоря, не пускают нас в наше светлое будущее. Иногда болезни призваны нас притормозить. Организм не успевает за нашей скоростью и таким образом заявляет о своем праве на отдых. Поверьте, то, за чем вы так гонитесь, не стоит вашего физического и ментального здоровья. Более того, без здоровья все то, к чему вы так стремитесь, потеряет смысл. Болезнь напоминает нам о главной ценности – о здоровом теле, в котором должен быть здоровый дух, о чем часто говорят, но редко думают люди!

**Одиночество.** Не страх одиночества, о котором говорилось выше, а именно одиночество, полное его ощущение. Тут может и не быть зависимости от конкретного человека – просто нехватка общения, теплоты и заботы в целом. Что де-

лать? Идите гулять, через «не могу» встречайтесь с друзьями и знакомыми. Идите по набережной и паркам и грустите, но ни в коем случае не сидите дома одни. **ОБЯЗАТЕЛЬНО** нужно выходить из четырех стен и обмениваться эмоциями с другими людьми. Нужен собеседник, пусть случайный. В этом весь секрет: нужно дать пространству и Богу возможность помочь вам. Природа, позитивная музыка в наушниках, общение со знакомыми и случайными прохожими могут значительно улучшить ваше состояние, даже если вы очень подавлены. Мы живем не в пустыне, не в тайге. Вокруг много всего. Жизнь кипит. Нас окружает множество людей, которые могут поддержать, даже если мы этого не ждем, нужно просто открыться. Главные враги тут – лень и жалость к себе. Чаще всего мы что делаем? Сидим и угнетаем себя максимально негативными сценариями! Закрываемся ото всех. Отталкиваем близких, друзей. Нас же никто не понимает! Советуют, как поправиться, перечисляют плюсы ситуации, пытаются нас отрезвить, пробудить мыслительный процесс, чтобы он взял под контроль эмоции, а так хочется пострадать! Вот в чем основная проблема. Причина долгого «плохо» – только в вашем желании упиваться своими страданиями. И справедливо заметить, что это ваше полное право!

Тут поможет зеркало, которое призвано не только показать, какие все мои читатели красавчики снаружи, но и дать возможность увидеть того, кто управляет всеми событиями

вашей жизни. Кто за них в ответе. Кто выбирает, что делать здесь и сейчас. Идем к нему со словами: «Хочу и реву – мое право. Хочу и страдаю. Хочу и не позволяю друзьям мне помочь. Хочу и не помогаю себе сам. Хочу и считаю, что больше в моей жизни счастья не будет. Хочу и думаю, что это было лучшее в моей жизни. Хочу и возвожу партнера на пьедестал. Хочу и убеждаю себя в безысходности ситуации».

Первый шаг – взять на себя ответственность за свое состояние. Вполне нормально, что вы хотите побыть слабым, привлечь внимание, выплеснуть накопившиеся эмоции, пожалеть себя, да просто полежать под одеялом и похандрить. Спокойно осознаем, что это именно то, чего вы хотите сейчас. То есть что в данный момент все идет по **вашему** плану. Вы имеете право на то, что делаете. Вы решаете, лечиться или нет. Вы управляете этой ситуацией. Не мир так сложился, не кто-то это делает с вами, не обстоятельства непреодолимой силы заставляют вас хандрить, а вы проживаете свою жизнь и справляетесь (или пока не очень) с возникающими препятствиями. Ситуация просто происходит, а вот реакция на нее и дальнейшие поступки – полностью в вашей власти. **ЭТО ВСЁ ВЫ!** Так что пребывайте в любом состоянии, пока вам того хочется, а как надоест – вы знаете что делать, парой абзацев выше я написала об этом.

**СОВЕТ**

Если вы находитесь в состоянии сильной подавленности и депрессии, лучше отложите проблему, не пытайтесь решить задачу здесь и сейчас, а перенесите ее, как уборку, на завтра или послезавтра или через месяц запланируйте «генеральную уборку». Дайте себе немного времени. **Не развозите тряпкой грязь, если нет сил и четкого плана уборки.** Это поможет свыкнуться с проблемой, осознать и принять ее. Так сказать, в полной мере оценить масштаб бардака в себе, зафиксировать степень загрязнения сознания и принять решение это исправить. Еще данный метод очень хорош тем, что за время ситуация может измениться в любом направлении.

Допустим, вы поругались с партнером. Не нужно начинать страдать немедленно и рисовать самые печальные и страшные последствия. Поступайте, как героиня «Унесенных ветром», – подумаете об этом завтра. А завтра, может, и помиритесь, а может, произойдет что-то новое.

Другой пример: на работе сорвалась сделка... Уверяю, чаще всего это к лучшему, но увидеть пользу в сорванных планах можно только спустя какое-то время, отойдя на определенное расстояние. Это как гора – она вблизи огромная, но стоит отойти, она уменьшается, а с большого расстояния она и вовсе выглядит крохой, и за ней уже может быть видно

солнце и светлое будущее.

Если же вы уже приняли ситуацию и готовы развернуть на 180 градусов свою жизнь, нужно ЗАФИКСИРОВАТЬ, что именно не дает вам радоваться сегодняшнему дню, и сформулировать задачи. Лучше записывать их на листке бумаги тезисно, максимально четко.

Например, так:

● Отношения закончены, он/она ушел/ушла. Я хочу новую жизнь без этого человека. ВАЖНО: я хочу не вернуть его/ее, а именно жить без этого человека!

● Меня не устраивает работа. Я хочу новую работу/ свое дело.

● Мне не нравится мое негативное мышление. Я хочу новое мышление, поставить точку, выйти из этой ситуации и полностью изменить свою реальность.

Поехали! Запишите: «Меня не устраивает... Я хочу...»

*Запишите сейчас...*

Итак, якоря, которые тормозят вас, обнаружены и мож-

но приступить к изучению правил мореходства, чтобы отправиться в плавание по океану своей жизни: как управлять судном, когда волны и ветра, и как по звездам находить путь домой. Иными словами, теперь вы знаете, над какими сферами жизни нужно поработать. Осталось понять, в чем эта работа заключается и чем нужно руководствоваться при анализе любой ситуации. Есть ряд правил и работающих механизмов, которыми я поделюсь. Вам нужно понять принцип их действия, тогда многие события вашей жизни, их смысл станут для вас очевидными. Вы сами увидите, для чего и почему все произошло так, а не иначе.

# ГЛАВА II. ПРАВИЛА И ЗАКОНЫ ЖИЗНИ

Жизнь – не череда случайностей и неожиданных поворотов судьбы. Жизнь – четкий продуманный механизм со своими гласными и негласными законами. Каждое событие наделено смыслом. Каждый ваш поступок значим и важен. И это возлагает на нас определенную ответственность за собственный жизненный путь. Думаю, никому не повредит ряд подсказок на этом нелегком, но очень интересном пути.

# Правило термометра

Как определить – верно вы поступаете или нужно свои действия скорректировать? С одной стороны, правильно так, как вам нравится, как вы сами считаете нужным. А с другой, правильный поступок – это тот, за который вы готовы нести ответственность.

Я не владею пока всеми правилами оценки ситуаций и всегда оставляю за собой право на ошибку. Поэтому я выработала **правило термометра**. Работает оно так: если мой поступок несет кому-то помощь и тепло, то есть можно считать, что он «в плюс», – я его совершаю! Если мой поступок никому не помогает, но и не вредит, то есть выходим «в ноль», – я его совершаю! А вот если мой поступок хоть кому-то вредит, если он «в минус» и я точно это осознаю, – я его не совершаю! Я его корректирую как минимум до уровня влияния «в ноль».

Конечно, в какие-то моменты и я могу не до конца все просчитать. Но так как я честно следую этому правилу и очень основательно обдумываю все варианты действий, если уж я совершаю что-то во вред другому – это бессознательно и последствия открылись уже после. Поэтому данный посту-

пок не будет иметь отрицательный заряд и приравняется к нулю.

Все мы имеем право ошибаться, мы не идеальны, и такие поступки – наши уроки, опыт. Совершенные бессознательно, они не имеют положительного или отрицательного заряда. А вот осознанные поступки имеют. То есть, если я заранее понимаю, что своими действиями наврежу определенным людям, я их не совершаю.

Этот способ оценки ситуации подходит и тревожным людям, чтобы не переживать напрасно и четко понимать, что стоит делать, а что нет. Если очевидного вреда ваш поступок никому не принесет – делайте, и все. Но тревожные люди, как правило, редко вредят другим, им этот способ оценки поможет не перемудрить и быть решительнее.

Мало кто сомневается в том, что нельзя воровать в магазине вещи, все мы знаем законы и правила, принятые в обществе. С другими поступками так же. Все понимают, что значит вредить другому человеку, и никто не хочет нести за плохие поступки ответственность, поэтому часто люди стараются оправдать их обстоятельствами или размером собственной выгоды либо вовсе переложить вину на другого.

Допустим, вы из-за ревности или ради выгоды оговарива-

ете одного друга в беседе с другим. Хотите казаться лучше. Это приводит к ссоре двух ваших друзей, и в результате вы получаете все внимание. Но так как ситуация сфабрикована вами, пространство ее выровняет и обязательно объединит невиновных. Вам же жизнь преподаст урок, благодаря которому вы сможете прочувствовать свой поступок на себе. И вот тогда нет смысла разводить руками, спрашивать: «За что?» А порой и этому же другу, которого вы когда-то оговорили, жаловаться на судьбу. Он вас поддержит, он не знает вашей тайны. Но достаточно, что ее знают свыше.

Вы не обманете Вселенную, обмануть можно только себя. Подгоняя под «плюс» и «ноль» каждый «минус» искусственно, вы ничего не добьетесь и сделаете работающий метод улучшения своей жизни неэффективным. Советую продумывать заранее свои действия и совершать поступки как для себя любимых, от сердца, честно, на совесть, словно весь мир за вами следит. Поверьте, не нужно идти по головам, всегда есть другой путь, может, не такой быстрый и, на ваш взгляд, не такой выгодный, но по факту он будет короче и принесет вам максимальную выгоду, а главное – из-за того, что вы его выбрали, не будет последствий и убытков. Либо ничего, либо плюс ко всем вашим ожиданиям.

**Давайте рассмотрим, как работает это правило, на примере горшка с землей (сорняк – это минус, ничего**

**– это ноль, красивый цветок – это плюс).** Представьте свою судьбу и удачу как цветочный горшок с плодородной почвой, в которую вы каждый день либо сажаете красивый цветок, либо ничего не сажаете, либо сажаете сорняк. Почва сама не решает, чему всходить, а чему нет. Она готова вырастить все, что в нее посадили. И почва – это то, с чем вы родились, то, как вас создали свыше.

Дальше вы сами принимаете решения и совершаете поступки: сажаете и цветы, и сорняки. Сначала цветет и то и другое, вам кажется, что все выглядит красиво и пышно, потому что сорняки и ядовитые растения порой цветут красивее обычных. Но что происходит со временем? Сорняки начинают вытеснять цветы, пока не изведут их вовсе, но это не самое страшное. Вы еще можете прополоть сорняки и посадить новые хорошие цветы. А вот когда вредные растения, истребив все на поверхности, отравят саму почву, то сажать в нее уже ничего не получится. Вскоре даже сорняки перестанут цвести и останутся только мертвые стебли в засохшей почве.

В физическом мире это проявляется в хронических болезнях и других серьезных проблемах в жизни. Состояние вашего «цветущего горшка» можно оценить по качеству жизни. Если стали рушиться планы, не идут дела, то это не «в понедельник вас мама родила» – где-то посажен сорня-

чок. Отматывайте в голове события до того момента, когда все было хорошо, и вспоминайте, когда именно вы воткнули в землю сорняк и хорошенько полили.

Вспомнили? Прорабатываем и выдергиваем! Для этого достаточно взять на себя ответственность и признать негативную сторону своего поступка. Затем нужно принять за правило никогда не совершать подобного, искренне извиниться за содеянное в мыслях и по возможности – в реальной жизни. Присвоили чужую выгоду – возместите, помогите этому человеку в другой ситуации, поверьте, пространство даст вам эту возможность. Перекройте «плюсом» причиненный «минус». Если же это невозможно, выберите для себя доброе дело, которое потребует от вас усилий, времени и душевного участия. Именно это участие и даст вам ощущение, что вред возмещен. Вы сделаете кому-то добро и купите им свою вину. Ведь если вы нашли способ причинить вред, то и как сделать хорошо, придумаете, а во втором еще и Вселенная поможет и даст вам шанс и объект. Тогда баланс будет восстановлен и тот плохой поступок перестанет вас тяготить.

Если вы почувствовали, что помимо сложностей на работе и в семье начались проблемы со здоровьем, значит, свыше вас четко останавливают, чтобы вы осознали и «переболели» свой поступок. В этом случае вам нужно привести в порядок

свой организм, параллельно совершая все то, что я написала выше. Однозначно нужно прекратить свои неправильные действия и взять за правило никогда больше подобного не совершать. Затем нужно искупить причиненный другому человеку вред хорошим делом и искренним раскаянием. Оно, кстати, и поможет быстрее оправиться. Останавливаемся и тщательно пропалываем наш горшок от красивых, но отравляющих почву сорняков.

Почва – это ваше здоровье, листва – ваше ментальное состояние, настроение в семье и т. д., цветы – как правило, материальное благополучие. Примерно так можно оценить плодородность вашего жизненного дерева. А если вы уже научились всему и применяете все правила – ваше растение начнет плодоносить, и из цветочков появятся плоды! Это и есть правильная среда вашего обитания. Верная пропорция всех событий и компонентов вашей жизни, дающая свои плоды, наслаждение, которое приносит то самое ощущение счастья и гармонии.

Все, что я описываю в этой книге, – о том, как правильно полить, вовремя прополоть, поставить на солнышко или убрать в тень, прорыхлить и удобрить ваши удивительные цветы, чтобы в результате сорвать долгожданные плоды. Станьте грамотными садовниками, учитывайте законы природы и мироздания, не отравляйте напрасно свою почву! Но

и не бойтесь ошибиться, посадив сорняк: вы всегда сможете его выкорчевать и взрастить на его месте свое счастье. Поверьте, при верном соблюдении всех норм и правил урожаю – быть!

# Принцип батарейки

Все вы представляете, как выглядит батарейка, и знаете, что у нее есть «плюс» и «минус». Не бывает батареек с двумя «плюсами» или двумя «минусами». Электроны бегут от отрицательного полюса к положительному, рождая электричество, энергию!

Часто мы слышим фразу: «Без минуса не бывает плюса». Иными словами, не бывает энергии, результата! Вот и представьте, что все мы своего рода биологические механизмы (батарейки), у нас есть и плюсы, и минусы. Они есть и у наших жен, мужей, родителей, детей, друзей, прохожих и т. д. Какие-то события, которые происходят в жизни, вызывают положительную энергию, а какие-то – отрицательную. И нам не остается ничего другого, как принять этот факт и в себе, и в других.

Переживания, а порой и слезы, и горечь – это тоже необходимая часть нашей жизни для соединения с положительной энергетикой и получения необходимого сбалансированного результата. Если у вас не получается пока полюбить этот минус, то хотя бы примите его как необходимую часть вашего генератора энергии. В автомобилях любой марки и стоимо-

сти есть аккумулятор, в котором также есть «плюс», и «минус», и только благодаря этому машина приходит в движение. Не бензин, не кожаный салон и не лейбл на капоте – аккумулятор дает необходимую энергию. И никто не спорит с инженером из-за «минуса», отрицательная клемма просто выполняет свою функцию, а вы едете туда, куда вам нужно. Используйте полученную энергию для роста и движения вперед, особенно если вы «оплатили» ее частичкой своей души. Не выкидывайте, не обижайтесь и не обесценивайте эту энергию. Вы ее стойко и смело добыли, проходили ради нее определенные сложности, благодаря этому ваш источник энергии наполнился, и теперь вы готовы одерживать новые победы и оборачивать любые события во благо и в плюс.

Будучи организатором мероприятий, я не понаслышке знаю о так называемом человеческом факторе. Это всевозможные косяки, происходящие из-за несовершенства людей. Однажды мы организовывали мероприятие для крупного завода. Сначала все было превосходно: торжественная часть прошла на ура и все номера вызвали у зрителей восторг. И вот зал рукоплещет, а на сцене звучит гимн компании, который исполняется четверкой заводчан и заслуженным артистом театра оперы и балета. За кулисами в этот момент нахожусь я и режиссер всего действия. Он подходит, восторженно жмет мне руку, мы бесконечно поздравляем друг друга с высококультурным мероприятием и говорим массу восхи-

тивных слов благодарности за сотрудничество.

Но вдруг, когда начинается второй куплет гимна, наш солист просто молчит. После куплета, слава богу, заводчане заголосили припев, а мы с режиссером так и замерли, пожимая друг другу руки, только уже с округлившимися глазами. Он спросил: «Что это было?» – «Наш финал», – ответила я, и зал взорвался овациями, потому что большинство гостей подумали, что так и должно быть. Мы наконец отпустили руки друг друга, и я стала судорожно смотреть в телефон, ожидая смс от заказчика. И оно пришло. Конечно, члены организационной группы от завода поняли, где случился ляп, но общее впечатление было прекрасное, и мы получили массу положительных отзывов от руководства компании и администрации города, так что заказчик воспринял эту ситуацию как незначительный минус.

Чему научила меня эта ситуация?

Тому, что отныне все песни на моих праздниках исполняются вживую, но под плюс. Так и голоса звучат богаче, и солисты не нервничают, и результат по-прежнему на высоте. Но еще я поняла: всегда что-то может пойти не так, нужно иметь это в виду и продумывать все на 150%, чтобы результат был хотя бы на 85%. 100% априори быть не может все по той же причине: никто не идеален. Но вспомним о принципе

батарейки: «плюс» без «минуса» никогда не работает.

# Теория вероятности 50/50

Как же часто мы пытаемся решить еще не существующую проблему заранее, продумав все шаги. Со временем я поняла, насколько это не только бессмысленно, но и опасно. А опасно это тем, что в итоге вы даже не начнете запланированное дело.

Когда у нас возникает какая-то идея, страх обычно прорисовывает ее негативный исход и все проблемы, с которыми мы можем столкнуться. Сознание тут же начинает их решать, тратя кучу вашего ресурса. Самое обидное в таких ситуациях, что решение проблем либо не найдется вовсе, либо будет неверным. Вы лишь предполагаете, как могут развиваться события, и сами проблемы существуют только в вашей голове. Что произойдет на самом деле и произойдет ли вообще – вам знать не дано! Это всегда 50 на 50.

Например, вы хотите сменить работу, расстаться с партнером или, наоборот, встретиться с новым парнем либо девушкой. И ваши мысли пускаются во все тяжкие: вы начинаете все продумывать и пытаться решить все потенциальные проблемы разом. Вы еще ничего не сделали, НО уже решаете, что нужно подождать (еще чего, ну да ладно), что лучше

партнера или работу не найдете (это еще забавнее)! И что же делать?

Главное – успокоиться, выдохнуть и осознать, что ваше беспокойство вполне оправданно, потому что в реальности может произойти все что угодно. Но, скорее всего, все будет не так, как вы предполагаете. Правда в том, что вы никогда не угадаете верный сценарий, Бог и пространство гораздо умнее и изобретательнее. Нужно делать то, что в ваших силах, и не пытаться брать на себя большее.

На самом деле, пока вы не начали действовать, вы не можете решить уравнение, потому что вам не известны его переменные. А решать уравнение с неправильными переменными, которые вы только предполагаете, – это трата нервов, времени и сил. Поэтому нужна разумная практика. Вам страшно, и это нормально – переживать за результат при принятии важного решения. Не бойтесь этого волнения, но не позволяйте ему путать ваши мысли и мешать действовать.

Например, мама, прежде чем взять ребенка на руки, думает, что может его уронить. Так и есть, очень даже может, и ее страх оправдан на 50%. Но она может и не уронить его с такой же вероятностью. Что же ей делать? Понимая, что такое может произойти, мама должна быть более внимательной и аккуратной, но ей обязательно нужно брать малыша,

баюкать, дарить ему тепло и внимание. Таким образом, мама снизит риск до 30, 10 или даже 5% и пропорция будет уже 70/30, 90/10 и 95/5%.

Всегда нужно рассчитывать на положительный результат. Вероятность 50/50 свидетельствует только о том, что шансы на хороший исход и на плохой одинаковые, и только ваше действие что-то решит. Если начнете действовать и учтете возможные сложности – повысите шанс на успех. А если откажетесь действовать – точно проиграете.

Допустим, мы решили действовать. Что же нужно делать после этого? Мы должны совершать шаги и собирать при этом *достоверную* информацию, подставлять в уравнение факты и практически полученные данные и уже только потом его решать. Сделайте все, что можете, сами, а остальное оставьте Богу, случаю и судьбе – это и есть тот X, необходимый для решения. Вы должны **совершить действие и узнать Y, совершить еще одно действие и узнать Z, чуть подождать, пока проявится X**, и – вуаля – результат превзойдет все ваши предположения.

Очень часто мы, «умники», подбираем в голове и X, и Y, и Z и мысленно прокручиваем все возможные варианты развития событий. Далее, как правило, мы выбираем самый негативный из них (из-за страха, осторожности или отсутствия

веры), тратим уйму времени на борьбу с собственными возражениями, загоняем себя в угол и дергаем ручник. Все, мы поверили, что ничего не получится, и потеряли время и подходящий момент просто потому, что неверно подобрали переменные.

Так нельзя! Только действуя, вы узнаете эти переменные! Лучшее попробовать сделать, чем жалеть всю жизнь, что остановились на стадии планирования. Поверьте, даже ошибки обернутся для вас плюсом. Возможно, начав какое-то дело, уже в процессе вы измените маршрут и придете не к запланированному результату, а к тому, который его превзойдет. Ведь если что-то делать, вероятность успеха – 50% и более, а если не делать ничего, шансы нулевые.

**Y + Z + X = результат**

50% + 20% + 25% = 95% успеха

50% + 25% + 15% = 90% успеха

**Если действие не совершено, то Y, Z и X равны 0 и результат, соответственно, тоже.**

Как это проявляется в отношениях

Все мы знаем, что такое боль от предательств, и боимся,

что нас обманут и причинят ее вновь. Но что скрывается под этим на самом деле? Страх, что мы вновь выбрали не того человека.

Правда в том, что никто не может быть уверен в своем выборе на 100%, есть вероятность 50%, что мы ошиблись, и 50% – что выбрали правильно. Зачем же тогда без повода верить в эти негативные 50%, если шансы на положительный исход точно такие же? Лучше сосредоточьтесь на мыслях о хорошем. И если ситуация еще не ясна и повлиять на нее в полной мере вам не дано, почему бы не пожить в кайф, любя, расслабившись и отпустив прошлое?

Такой вариант при любом раскладе обернется в плюс. Если все хорошо и переживания были напрасны – вы не изводите партнера, не душиите вас обоих недоверием, исцеляете самодисциплиной и позитивным настроем свою психику. Волноваться, переживать и решать проблему нужно начинать по факту, а не заранее, рисуя в голове негативные сценарии событий, которых не было.

Поймите, если жизнь все же даст вам вновь испытание – значит, это было predetermined и от ваших детективных способностей не зависело. Вы узнаете все в определенной точке вашего пути, не раньше и не позже. Вы в любом случае справитесь с этим, так как это не впервой и не по силам

задачи нам не дают. Но вам отпущено определенное время быть счастливыми, так будьте! Когда все зависит только от вас, лучше притягивать позитив и держаться на светлой стороне, а когда вы не способны повлиять на ситуацию, вообще бессмысленно себя изводить.

# 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.