

К. О. ШМИДТ

НОВАЯ ШКОЛА ЖИЗНИ

І. Сила в тебе самом



Новая школа жизни

К. О. Шмидт

**Новая школа жизни. I
том. Сила в тебе самом**

«Отто Райхль»

Шмидт К. О.

Новая школа жизни. I том. Сила в тебе самом / К. О. Шмидт — «Отто Райхль», — (Новая школа жизни)

«За год стать новым человеком» – таков девиз двухтомника «Новая школа жизни» К.О. Шмидта. Каждый за один год может стать новым человеком, если в своей жизни последует наставлениям этой книги. Чего не изучают ни в одной школе, институте и университете, тому учит эта энциклопедия жизненного успеха, а именно искусству изнутри делать свою жизнь счастливой и успешной. «Новая школа жизни» выходит далеко за рамки чисто материальной стороны успеха. С помощью пятидесяти двух еженедельных лекций, составляющих годовой план, она знакомит нас с внутренней динамикой достижения жизненного успеха. Благодаря им каждый человек получает возможность позитивно организовывать свою жизнь и вступать в новые отношения с окружающим миром. Новая школа жизни стремится помочь каждому человеку научиться помогать себе самому. С помощью практических упражнений она формирует новое отношение к жизни. Мы учимся проявлять творческие силы души и преодолевать все жизненные препятствия.

© Шмидт К. О.

© Отто Райхль

Содержание

За один год стать новым человеком	6
Напутственное слово к первому изданию	6
Как учатся в Школе жизни?	10
Дневник достижений	13
Годовой план	15
Первая неделя: строим жизнь по-новому	16
Главный урок: Сила – в тебе!	17
Главное требование: Сожги за собой все мосты!	21
Правильно планировать свой день	23
Вторая неделя: искусство владеть собой – ключ к овладению жизнью	28
Сделай свою жизнь совершенной!	33
Конец ознакомительного фрагмента.	34

К. О. Шмидт
Новая школа жизни. I
том. Сила в тебе самом

© Маттиас Дрегер, издательство «Райхль», Германия

Все права защищены. Никакая часть электронной версии этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, для частного и публичного использования без письменного разрешения владельца авторских прав.

За один год стать новым человеком

Напутственное слово к первому изданию

I.

Мы живем в бурное переходное время, которое – если взглянуть глубже – раскрывается как заря новой эпохи человеческого развития.

В духовной, технической, экономической и политической жизни народов совершается переоценка всех ценностей, закат которых еще не просматривается. Все изменяется...

Пока еще неуверенно нащупывая новые возможности, в нашу жизнь, несомненно, вторгаются необычайные познания и открытия. И на этих новых горизонтах людям открываются новые призвания, новые индустриальные решения, новые шансы на индивидуальный и коллективный прогресс.

Знамение наступающей эпохи, которую кто-то характеризует как *век информации*, а кто-то как *век космоса*, – это переход от пока еще преобладающей статике к *новой динамике, управляемой духом*. Отсюда и время наше по праву может называться *веком динамическим*.

Мы начали исследовать космические энергии и глубинные силы души для того, чтобы поставить их на службу человеческому прогрессу.

Тем самым положено начало процессу революционных изменений и динамизации мышления, деятельности, частной и общественной жизни человека. И это требует от каждого, кто не хочет отстать или погибнуть, но желает идти в ногу со временем, задействовать все физические, душевные и духовные силы. Соответствовать же этому требованию мы сможем лишь в том случае, если научимся активизировать до сих пор не используемые резервы своих сил, пробудить свои «скрытые таланты», чтобы в отношении к жизни и всем ее превратностям сознательно выбрать положительный настрой.

Если это произойдет, мы увидим, что никакая иная эпоха не таит в себе лучшего шанса, чем наша! Ведь именно сегодня каждый человек сам способен узнать, какими скрытыми способностями и дарованиями он обладает, сам способен мобилизовать свои силы и направить их на путь развития. И здесь перед каждым открываются многочисленные возможности подняться до самых высот жизни.

II.

В жизни нет ничего случайного. Все обусловлено определенными причинами, все определяется изнутри. И это относится ко всему жизненному пути человека – от мельчайших деталей повседневности до высших откровений пробужденного сознания.

Нашел ли ты себя в жизни, или упустил свое счастье, или, напротив, добился исполнения своих жизненных помыслов – все зависит от того, как ты распорядился собственной жизнью. Кому-то правильно выстроить свою жизнь мешают тысячи моментов *ложного*, негативного, превратного поведения.

Правильная жизнь предполагает правильное мышление. И в этом искусстве каждый может добиться высокого мастерства. Каждый способен стать законодателем для себя самого и для своей жизни в целом. Ибо нет ничего неизменного. Все реалии жизни даются человеку в качестве учебного, строительного материала, и все их значение, все их воздействие зависит от того, *что человек из них сотворит*.

Сегодня уже недостаточно поверхностных сил «бодрствующего сознания», поверхностных проявлений своего Я. Кто хочет научиться творить собственную жизнь, должен в позитивном плане пробудить самые глубинные свои силы и способности своего подсознания, того, что можно назвать в себе Оно, и, кроме того, активизировать действенные гениальные глубинные силы собственного *Сверхсознания*, своего *Высшего Я*.

Такой человек должен будет постепенно продвигаться по пути самопознания и *самосозидания*, чтобы добиваться не только отдельных результатов, но и саму жизнь целиком превратить в достижение.

Для этого «Новая школа жизни» открывает каждому доступные, гарантирующие успешный результат пути. Эти пути не рассчитаны на коллектив. В гораздо большей мере они помогают отдельному человеку познавать присущие именно ему позитивные задатки и силы и уверенно продвигаться *собственным индивидуальным путем*. На этом пути он достигнет высшей цели своей жизни: стать самим собой и, осознанно руководствуясь внутренним водительством, реализовать самого себя.

Жизнь во всей своей мощи и полноте простирается перед тем, кто решится пойти таким путем, руководствуясь индивидуальной методикой Школы жизни, строго ориентированной на жизненную практику.

III.

По жизни наиболее уверенно шагает тот, кто с наибольшей целесообразностью умеет оптимальным образом мобилизовать свои силы и полностью использовать свои возможности.

Как раз этому содействует Школа жизни. Это система самовоспитания, нацеленная на пробуждение бодрости духа, быстроты реакции, раскрытие новых сил и талантов. Эта система позволяет стать *динамическим человеком*, чьи возможности деятельности и развития безграничны.

Школа жизни пробуждает в человеке осознание того, что он сильнее судьбы, что он сумеет стать личностью, которой мечтает, и добиться того, о чем помышляет. Она учит человека тому, как он, благодаря *осознанной самодинамизации*, сможет изнутри организовать свою жизнь, свою судьбу, а также управлять и овладеть ими. Она поможет человеку мобилизовать множество новых талантов и способностей, тающихся в глубинах его существа, поможет в позитивном плане постоянно расширять сферу приложения собственных деятельных сил.

Ральф Уолдо Эмерсон¹ и один из его учеников – американский физиолог и психолог Уильям Джеймс в свое время уже открыли, что сегодняшний человек едва использует лишь 10 % своих сил и способностей. Остальные 90 % на протяжении всей жизни большей частью остаются невостребованными...

И только динамическая философия жизни, разработанная Эмерсоном, Квимби, Джеймсом Малфордом (в Америке она известна под названием New Thought – «Новое мышление»,

¹ Эмерсон, Ральф Уолдо (1803–1882) – американский эссеист, поэт и философ; один из виднейших мыслителей и писателей США. В своем эссе «Природа» (1836) Эмерсон первым выразил и сформулировал философию трансцендентализма.

в Европе под именем Neugeist – «Новый дух»), дает возможность благодатным образом активизировать эти силы и способности, лежащие мертвым грузом.

В обычных системах, обучающих достижению успеха, все открытия этих первопроходцев новой эпохи излагаются, как правило, недостаточно полно. *В Школе жизни впервые они представлены как нечто цельное, в оригинальной и законченной форме.*

Благодаря психодинамическим методам Школы жизни на основе опыта достигается максимальная активизация глубинных творческих сил и все более осознанная согласованность с собственным внутренним существом, что одновременно создает фундамент для гармонии с Духом жизни.

Эти методы, позволяя избежать примитивной рациональности, ведут к новой *психокбернетике*, то есть к способности управлять собой и собственной жизнью, к способности совершенствовать ее изнутри.

Годовой цикл Школы жизни рассчитан на два семестра (два тома книги); в 52 еженедельных лекциях содержатся систематизированные наставления по искусству динамического совершенствования самого себя и собственной жизни, проработка которых позволяет подойти к постижению искусства и мудрости жизни на высшей ступени. Постепенно человек начинает подмечать, насколько он уже продвинулся и насколько может еще продвинуться в искусстве поступательного *самосозидания*.

Только так можно говорить об *осознании смысла жизни*, которое начинается с понимания того, насколько мудро организована жизнь и как возможно ее планировать. В повышенном внимании к внутреннему руководству и заинтересованности находят свое отображение смысл одной конкретной жизни и ее отдаленные цели, которые связаны с жизнью в целом. Все это воплощается в новой культуре мышления и жизни.

Вступившему на этот путь одновременно становится ясно, что все беды являются следствием неверного мышления и неправильной жизни, а значит, преодолены они могут быть изнутри, если человек сумеет начать мыслить по-новому, мыслить самостоятельно, мыслить правильно. Вместо того чтобы ждать других, человек сам, опираясь на собственные силы, сумеет изменять лик окружающего его мира по образу своего внутреннего мира.

IV.

Книга «Новая школа жизни» вышла в свет в 1935 году, выдержала несколько переизданий, а в 1960 году появилась в переработанном виде. Теперь читателю предлагается новое двухтомное издание. Третий том этого труда – «Самореализация и внутреннее водительство» – охватывает *высшую ступень* и являет собой завершение Школы жизни, ее венец².

Эта книга – своеобразная энциклопедия искусства жизни, она должна помочь в решении стоящей перед каждым человеком индивидуальной задачи повседневного позитивного самовоспитания и самосовершенствования. Началом тому служит обновление мышления.

Любая школа, в которой человека чему-то учат, – от начальной до высшей – внушает учащемуся в основном лишь то, *что* он должен думать, чтобы удовлетворять требованиям профессии, окружающего мира и самой жизни.

Школа жизни, кроме всего прочего, учит тому, *как* должен думать и действовать человек, чтобы правильно распоряжаться своей жизнью и судьбой.

² Публикация на русском языке третьего тома в ближайшее время не планируется. – *Прим. издат.*

И когда в *этой Школе* говорится о самовоспитании, под этим подразумевается некое *самовозрастание* в духе требования Христа: «Вы должны быть совершенными, как совершенен Бог!» Дух жизни – Бог – ведет своих чад по жизненной школе, поднимая и возвышая их, ступень за ступенью, до своего уровня. Он изнутри побуждает своих *учеников* все яснее осознавать заложенные в них разнообразные силы и способности, которые ожидают своего воплощения, побуждает со все большим мастерством реализовывать эти силы и способности, творчески направляя их на благо себе, а также на службу общему благу и прогрессу.

Школа жизни способствует осознанию обеих заложенных и действующих в каждом человеке сил эволюции: стремления вперед и тяги вверх.

И отраднo видеть, что нацеленная на это индивидуальная психодинамическая методика Школы достигает все более глубокого и все более широкого воздействия. Растущее распространение Школы жизни ясно показывает, сколь многим людям пришили по сердцу эти новые воззрения, дающие им надежду, сколь многие с радостью следуют им и обретают новую жизнь.

V.

Школа жизни возникла из стремления помочь: *она учит человека помогать самому себе.*

Только такая помощь ведет к самоосвобождению, поскольку она дает человеку силу и способность творить и определять собственную судьбу своими силами.

Искусство воспитывать свою душу и выстраивать собственную судьбу, которому учит Школа, испытано на практике, оно принесло пользу тысячам людей. Это искусство свидетельствует о жизненном опыте, о житейской мудрости тех, кто смог пробудить себя, пробудить свою внутреннюю силу и ощущение полноты жизни. Тем, кто жаждет развития, Школа помогает ощутить готовность к той полностью сознательной *истинной жизни, которая ведет человека все выше и выше.*

Вот три цели, которые Школа позволяет каждому осмыслить и достичь:

- способность позитивным образом задействовать внутренние силы
- способность изнутри владеть собой и самостоятельно строить собственную жизнь
- способность соединиться с Духом жизни.

Стремление к первой цели ведет к динамическому самосознанию и прогрессивному самосовершенствованию. Вторая цель приводит к внутреннему единству и благодатной полноте жизненных чувств. Третья, благодаря способности к самоосуществлению в сочетании с внутренним руководством, позволяет достичь гармонии с Бесконечным, приводит к живому единению с Источником всякой силы и всякого бытия.

Тот, кто захочет учиться в Школе жизни, сознательно ставя перед собой эти цели, тот в течение 365 дней научится правильно жить и через год сумеет стать новым человеком.

Может возникнуть вопрос, не предлагает ли Школа жизни какую-то сенсацию? Вовсе нет. Это не сенсация, а методика, и, овладевая такой методикой, человек, подобно Колумбу, открывает в себе прежде неведомое ему самому царство и, продвигаясь все дальше в глубь него, постоянно активизирует в себе все новые и новые силы и способности, воспаряя к высотам человеческого духа и *обретая новую жизнь взамен прежней.*

Как учатся в Школе жизни?

Представленный здесь Годовой план рассчитан на два семестра: первый дает представление о механизме истинного *искусства формирования своей души*, или овладения собой. Второй – закладывает основы истинного *искусства ковать собственную судьбу*, или способности овладения собственной жизнью. Каждая из 52 недельных лекций двух семестров строится на основе предыдущей, и таким образом перед нами постепенно воздвигается новое здание нашей жизни.

Прежде чем мы начнем заниматься в этой Школе жизни и самовоспитания, нам нужно четко представить себе, чего мы можем ожидать от этого курса и каким образом нужно его проработать, чтобы результат в наибольшей степени отвечал поставленным целям.

Существует большое число неизменных правил результативности жизни, с которыми мы постепенно познакомимся в Школе жизни. В той школе, в которой мы все учимся, живя на этом свете, мы *тоже* знакомимся с ними – но ценой каких усилий, разочарований и жертв! Школа жизни преподает нам эти правила словно бы в игре – до некоторой степени так, будто это *правила игры результативной жизни*.

Автор этой книги сам работает, ориентируясь на основные положения Годового плана. Его опыт и достижения говорят о надежности предлагаемых методов. Отчитываясь в этой книге о проделанной работе, он в какой-то мере выражает свою признательность тем, чье воодушевление достигнутыми результатами на протяжении многих лет служило ему источником ежедневной радости и новых сил.

Система Школы жизни основывается не на мнениях одиночки, а *на опыте* – на переживаниях и познании тысяч людей, прошедших эту Школу. Практический опыт десятилетий сжат здесь до годового курса. Планомерно проработанный, он снова раскрывается как благословение, осеняющее будущие десятилетия.

Довольно часто лишь единственная рекомендация из тысяч правил Годового плана становилась решающей для результативной жизни отдельного человека. Где другим удалось добиться успеха, там достигнете успеха и вы. Не забывайте об этом, решительно и радостно шагая вперед от одного достижения к другому.

Несущественно, в каком возрасте и в какое время приступите вы к занятиям в Школе жизни. Не сыграет решающей роли и то, насколько строго будете вы придерживаться недельного расписания Годового плана – или, другими словами, уплотните вы или наоборот растянете этот курс. Решающий фактор один: вы не должны приступать к новому уроку, прежде чем содержание предыдущего не будет встроено в ваш образ жизни.

Мы здесь говорим о *Годовом плане* и *Расписании на неделю*. Это означает, что курс Школы жизни должен быть пройден таким образом, чтобы Расписание на неделю действительно оказалось включено в семь дней реальной недели. И это не только возможно, но и является своего рода нормой. Правда, следовать этой норме можно с оговоркой. Ведь кому-то понадобится больше времени, чтобы овладеть каким-то отдельным уроком Годового плана, а для кого-то проработка курса может растянуться на долгие годы.

Все это не имеет особого значения. Самое важное заключается в том, чтобы каждый урок был основательно проработан, полностью усвоен и претворен в действие, чтобы правила Школы жизни с каждой новой неделей все более осознанно становились частью повседневного мышления и деятельности.

Чернорабочий и специалист, крестьянин, ремесленник и бизнесмен, простой служащий и высокопоставленный чиновник – каждый способен успешно освоить Годовой план. И в конце этого отрезка жизненного пути человек заметит ощутимый прогресс в своем развитии, а на следующем этапе, когда проработка принципов Школы жизни станет основательнее, результат

окажется еще более существенным. При каждом новом обращении к Годовому плану учащиеся Школы жизни – соответственно своему внутреннему росту – станут открывать для себя новые перспективы, новые возможности, которые будут ими оценены по достоинству.

* * *

В отдельных лекциях упор делается на осознанное понимание смысла предлагаемых в них правил, поставленных целей, которых и нужно придерживаться. Наше повседневное мышление и наши поступки должны быть сосредоточены на заданиях Расписания на неделю. Не следует слишком радоваться первым небольшим успехам. Главное – на протяжении этой учебы ставить перед собой все более высокие цели.

Важным представляется также то, что уже при чтении соответствующих недельных уроков мы будем стремиться, чтобы требования отдельных правил и наставлений переносились в нашу ежедневную работу, применялись в профессиональной деятельности, накладывались на какие-то особые наши обстоятельства.

Если этого не происходит, такие правила остаются для ученика безжизненными и бесплодными. А когда к делу подходят осознанно, надлежащее применение даже немногих правил, рекомендуемых Школой жизни, позволяет добиться существенных результатов.

Чем основательнее прорабатывается текущий урок, тем легче будет освоить следующий и тем явственнее станут достижения на более высоких ступенях второго семестра. Может создаться впечатление, будто к ученику предъявляются все более строгие требования. В действительности же на каждое правило и каждое упражнение будет отводиться столько времени, сколько нужно, чтобы оно начало выполняться автоматически, не требуя усилий со стороны сознания, которое окажется свободным для восприятия других эффективных навыков.

В результате относительно скоро у ученика образуется целый набор таких навыков, с помощью которого он будет подавлять свои мысли и привычки, мешающие ему достичь успеха.

Поучительно бывает наблюдать, как человек, добившийся серьезных успехов в жизни, в немалой степени бывает обязан ими тем позитивным навыкам, которые ему удалось воспитать в себе, тому правильному мышлению и образу действий, которые превратились в привычку. И насколько это мало по сравнению с тем, чего человек вообще способен достичь!

Все имеющиеся в нас силы еще в значительной мере неразвиты, не задействованы. Человек будущего, вероятно, будет удивлен нашей духовной беспомощностью, совершая такие вещи, которые нам сегодня кажутся «невозможными». Но в каждом из нас таится росток этого человека будущего, и никто не может сказать, где граница, препятствующая тому, чтобы уже сегодня раскрыть в себе его задатки. От нас самих зависит то, сколь многое можем мы в себе открыть.

* * *

Там, где воздают хвалу упражнениям, полезно вывесить лозунг: *не переусердствуйте.*

Лучшее – враг хорошего. Переусердствовать – значит уклониться от цели, упустить апогей твоих нынешних возможностей развития. Переусердствовать – значит вызвать к жизни как раз противоположность того, к чему стремишься.

Всякое преувеличение приводит в действие закон нагрузки, вызывающей противоположное воздействие. Его влияние встречается нам в различных сферах жизни, где мы стремимся сделать чересчур много хорошего.

Занятия спортом, если они умеренные, укрепляют мышцы, легкие и сердце. Перегрузки же превращают благо в бедствие: сердцу наносится вред, мышцы перенапрягаются, и в итоге спортсмен оказывается на пределе собственных сил. Точно так же и дыхательные упражнения окажутся полезны, если делать их в разумных пределах, при чрезмерном же усердии они могут навредить. Всякое *слишком* и *чересчур* вызывает негативную реакцию: слишком долгий и слишком короткий сон, чересчур напряженная работа, слишком обильная пища.

Если обратиться к правилам Школы жизни, это будет означать следующее: никогда не думай, что если мало – это *хорошо*, то много – будет обязательно *лучше*. Гораздо чаще действует здесь сформулированный Арндтом³ основной биологический закон:

«Слабые раздражения возбуждают жизнедеятельность, раздражения средней силы подавляют ее, более сильные совсем приостанавливают!»

Шульц распространил эти правила на *фармакодинамику*, то есть на действие лечебных средств в организме. В Школе жизни мы применяем их в отношении всей *биодинамики* в целом.

Гораздо продуктивнее, чем чрезмерные нагрузки, чем экстремальность и фанатичность, *спокойное, настойчивое повторение уже усвоенного*. От ученика Школы жизни ожидают, что в ходе каждого нового недельного урока он обобщит пройденное на уроках предыдущих, постоянно будет упражняться в этом и развивать воспринятое, чтобы пробужденные в нем силы не погрузились снова в бездействие, но постоянно укреплялись и умножались.

Вся жизнь – это школа. Но в случае с учеником Школы жизни речь идет о том, станет ли (и если станет, то насколько) начинающийся теперь учебный год не просто самым интересным, но одновременно и самым ценным и плодотворным в вашей жизни. В сравнении с другими трудами, которые вы до сих пор читали, Годовой план потребует от вас, чтобы на протяжении целого года вы основательно над ним работали. И тогда появится уверенность в том, что вы, достигнув цели Школы жизни, стали иным, чем сегодня, человеком – более масштабным, более счастливым, более сильным и успешным.

Мы основываемся на опыте, когда говорим:

Уже после года планомерной работы над собой станут очевидными результаты предлагаемой здесь системы ученичества: вы станете более спокойным и невозмутимым, чем в начале года. Вы убедитесь в том, что у вас прибавилось духовных сил. Вы лучше, чем раньше, сможете владеть своим телом. Вам будет сопутствовать удача там, где раньше не удавалось добиться успеха. И вы почувствуете, насколько полнее будут пульсировать в вас жизненные силы, почувствуете радость жизни. По окончании учебного года вы убедитесь в правильности этих обещаний и, вероятно, сможете рассказать о еще больших успехах, чем вы это себе представляете сегодня.

³ Арндт, Эрст Мориц (1769–1860) – немецкий поэт.

Дневник достижений Годового плана

*Если твой дневник покажет
плоды твоих устремлений,
То каждый день будет для тебя
источником новой жизни.*

исполнении Годового плана важную роль играет постоянный самоконтроль, постоянное наблюдение над результатами собственной работы. Практика показывает, что не только полезно в конце недели повторять и обобщать то, что вы выучили за прошедшие семь дней, но можно настоятельно рекомендовать еще и письменно фиксировать положительные моменты, отмеченные при самоконтроле.

Такие записи производятся в *Дневнике достижений* учащегося Школы жизни. Прежде чем мы приступим к учебе, важно уяснить себе, как его вести. Дневник задуман только на время выполнения Годового плана. Однако большинство учеников, отмечая его большую практическую пользу, навсегда сохраняют привычку вести записи.

Цель Дневника достижений такова: на протяжении учебы в Школе жизни мы ежедневно отмечаем *любое достижение* – даже самое малое, любой внутренний и внешний успех, преодоление любых слабостей и ошибок, малейший прирост собственных сил и познаний. Все это необходимо нам, чтобы укрепить в себе уверенность и научиться себя уважать.

Вы удивитесь тому, насколько быстро начнет заполняться Дневник достижений, если вы целенаправленно станете работать, руководствуясь Годовым планом. Памятуя о Дневнике достижений, постоянно проверяйте, где вам удалось избежать ошибок, заполнить пробелы, слабые стороны претворить в сильные, развить новые способности, порадовать себя и других, поставить перед собой новые цели и стремиться к их осуществлению.

Дневник достижений – это своего рода *хроника наших побед в жизненной борьбе*. Он не имеет ничего общего с дневниками обычного рода. Он должен укреплять убежденность в успехе вашего нового образа жизни и служить исключительно для фиксации того, что вам лучше всего удалось за день.

Позже мы узнаем, что такой Дневник достижений является вспомогательным средством для соблюдения своего рода душевной диеты и духовной гигиены, неким мостиком от одного достижения к другому, манифестом успешно осуществляемой революции, посредством которой ты меняешь себя, – самой важной для человека революции, какая только может быть на свете.

Завести Дневник достижений не составляет большого труда. Возьмите тетрадь и начинайте делать в ней записи в тот день, когда приступите к работе над Годовым планом. На первой страничке вверху напишите: «*Мой дневник достижений для Годового плана...*» – и ниже фиксируйте свои достижения примерно следующими словами:

«С сегодняшнего дня мне во всех отношениях всегда будет сопутствовать удача!»

Следующая страница Дневника достижений открывается датой первого дня Годового плана и такой фразой:

«Отсюда начинается новая жизнь!»

Затем вы принимаетесь делать записи, свидетельствующие о ваших достижениях.

Приведенные выше вступительные слова играют роль своего рода позитивного напутствия, которое вы сами себе даете и которое призвано направить вас к новой жизни. Первое мгновение нового дня является решающим для того, чтобы настроить соответствующим образом весь этот день. Точно так же и первое мгновение «Новой жизни», которую мы собираемся

начать, представляется решающим для обретения того духа, который определит течение нашей последующей жизни. Потому этот миг должен быть наполнен духом решительной целеустремленности, уверенностью в себе и верой в собственную судьбу.

Так же, как эти первые замечания, все последующие записи должны все время живо вызывать в нашем сознании убеждение в том, что мы ежедневно делаем успехи, что мы двигаемся вперед. Поэтому основное правило ведения Дневника таково:

Каждая запись в Дневнике достижений должна носить позитивный характер! Каждый успех должен быть засвидетельствован письменно!

Не каждый день в начале нашего пути будет отмечен успехом. Поэтому достаточно открывать дневник тогда, когда нам потребуется отметить действительно важное достижение. Позже, по мере того, как наши достижения начнут умножаться, мы будем все чаще обращаться к дневнику, пока, наконец, не станем каждый вечер давать отчет в своих победах. Мы будем во все большей мере обретать веру в собственные силы и возможности, в постоянно растущие способности. Мы внесем в свою жизнь умение концентрироваться и целеустремленность. Мы обречем более ясное осознание своих сил, укрепим веру в успех, в важность стоящих перед нами целей, избавимся от живущего еще в нас чувства неполноценности. Ибо там, где загорается свет, тени рассеиваются сами собой. Поэтому мы принципиально не отмечаем ошибки и проявления слабости, так как всякая концентрация внимания на них только усиливает их.

И напротив, хотя не все наши успехи нам порой легко заметить, они все же становятся *ростками новых побед*. Одна из важнейших задач психодинамики Школы жизни – помочь человеку преодолеть ощущение собственной неполноценности. А это достигается благодаря осознанию успешных результатов своей работы. *Ведь ничто так не способствует успеху, как сам успех!*

Практическая польза от ведения дневника такова: мы по-новому выстраиваем всю свою жизнь, четко нацеливая ее на успех; мы отмечаем растущую уверенность в себя и веру в саму жизнь, все более целенаправленное использование своих внутренних сил, достижение все новых результатов, благодаря уже достигнутому, и, наконец, все большее укрепление и качественное изменение всей своей жизни в целом.

Итак, мы приступаем к новой жизни, ведущую нас к высотам совершенства!

Годовой план

Первый семестр: самовоспитание

*То, о чем пойдет речь, —
это революция человеческого духа.*

Ибсен

Годовой план состоит из двух полугодовых курсов: в первом семестре ученик научится возводить новое здание собственной жизни, во втором – ему предстоит завершение этого *строительства* и «внутренняя отделка» жизненной новостройки, непосредственное определение результатов, непосредственное исполнение жизненного смысла.

В первом семестре мы знакомимся с правилами *искусства созидания души*, во втором – с методами *искусства созидания судьбы*.

Подобно самой жизни Школа жизни, прежде чем учить строить собственную жизнь, учит искусству преодоления самого себя. Ибо как говорит Рюккерт⁴: «Пагубно то, что, освобождая твой дух, не наделяет тебя самообладанием».

Чем только ни способен овладеть человек: земными недрами, силой машин, электричеством, воздушным океаном – большим и малым. Но тем, что стоит к нему всего ближе, – самим собой – он не владеет. Поэтому жизнь его, несмотря на все достижения, до предела наполнена противоречиями, слабостями, беспомощностью и неудачами. Борьба за власть над окружающим миром начинается в *собственной душе*. Только внутренне цельный, внутренне пробужденный человек способен изменить облик окружающего мира. И напротив, внутренне несвободный, издерганный человек отталкивает вещи и людей окружающего мира и переживает неудачи там, где внутренне собранный, гармоничный его собрат добивается успеха.

Если нам в конце первого семестра удастся достичь внутренней упорядоченности и гармонии, тогда в ходе второго семестра мы почувствуем, как и сам окружающий нас мир начинает обретать черты упорядоченности и гармоничности. Потому самым важным и решающим станет, прежде всего, победа над самим собой – в полном соответствии со словами Будды: «Победа над собственным Я есть величайшая и самая героическая из побед».

⁴ Рюккерт, Фридрих (1788–1866) – немецкий поэт, переводчик и профессор восточной литературы.

Первая неделя: строим жизнь по-новому

Единственное средство придать жизни определенную ценность – это сделать ее как можно более содержательной, поставить себе как можно более высокую цель и наполнить свое существование всем этим. Высоко ценить эту цель, а самой по себе жизни не придавать значения, – вот единственно истинная философия.

Иммануил Кант

«Отсюда начинается новая жизнь!» – начиная работать над Годовым планом, мы ставим во главу угла эти слова Данте в качестве своего рода залога успешного превращения Плана в наше собственное *Решение*. В этот день мы начинаем новую жизнь – начинаем так, словно со всем, что находится позади, со всем, что относится к прошлой жизни, нас навсегда заставила расстаться смерть.

Мы все начинаем заново. И пусть до сих пор наша жизнь протекала так, как ей вздумается, но с сегодняшнего дня мы начинаем возводить новое здание, которое – ступень за ступенью – позволит подниматься нам все выше и выше.

Нам не придется больше жить так, как мы жили до сих пор. Теперь каждый миг мы сумеем подводить черту под тем, что было *раньше*, и будем открывать для себя новую жизнь, наполненную новыми возможностями и достижениями. В любом возрасте, в любом положении мы в состоянии воздвигнуть непреодолимую преграду между сегодняшним днем и своим прошлым, положив начало новому, лучшему жизненному пути.

Чтобы подготовить площадку под эту новостройку своей жизни, нужно убрать прочь все старое, забыть прошедшее, простить то, что ненавидели, исправить то, в чем ошибались, – но делать это всегда, ориентируясь на будущее.

«Всякое начало трудно!» – эту поговорку часто повторяют, но все-таки она неверна. Долой этот бред! На самом деле начало может быть и трудным, и легким – в зависимости от того, *как мы его помыслим*. Кто видит начало легким, тот и начнет его легко.

И пусть никто не думает, что ему сегодня уже *«слишком поздно»* становится счастливым, слишком поздно строить жизнь по-новому! Пусть никто не говорит, что он уже слишком стар. Тебе столько лет, на сколько ты себя ощущаешь. Можно и в 90 лет оставаться юным, а в 25 состариться и увянуть сердцем. Не думай о годах, тогда и они не будут думать о тебе!

И пусть никто не говорит, что у него не хватит сил еще раз все начать сначала. Ведь сила в человеке не может быть слабой, она всегда остается силой и всегда неисчерпаема.

Все необходимое для того, чтобы овладеть своей судьбой, не привносится извне. *Все это приходит из глубины нашей собственной души*. Поэтому давайте крепче держаться на собственных ногах! Давайте осознаем резервы своих сил! Осознанно поставим их себе на службу, чтобы творить свою судьбу по собственной воле! *Мы должны сами помогать себе, мы должны сами освободить себя, сами вступить в борьбу за то, чтобы стать совершенными, сами встать у штурвала собственной жизни, сами покорить Царство Небесное!*

С такими позитивными мыслями, с таким позитивным настроением мы и хотим начать. Как говорит немецкая поговорка: «Was im rechten Geist begonnen, ist so gut wie halb gewonnen» «Хорошее начало – половина успеха». Мысль, с которой мы приступаем к самообучению, – это своего рода залог доброго начинания. Как начнешь дело, так его и закончишь.

Главный урок: Сила – в тебе!

Когда человек начинает что-либо строить, он прежде всего проверяет, есть ли под рукой необходимые средства, материалы, достаточно ли у него сил, чтобы справиться с работой. Как обстоит дело у нас с таким подходом? *Где найти необходимые нам средства?*

Между тем мы действительно находимся в лучшем положении: все средства, необходимые нам для строительства новой жизни, *у нас при себе*, брать что-либо взаймы нам не нужно.

Знание о том, что вся необходимая сила уже живет в нас, – это главный урок Школы жизни. Мы являем собой нечто большее, чем представляется. Мы можем больше, чем нам кажется. В нас дремлют силы, лишь малая часть которых пробуждена и используется. И мы должны научиться пользоваться источником этих сил.

В каждом человеке живет *желание подниматься все выше*. Это стремление дано людям самой природой, которая также даровала ему способность следовать навстречу этому стремлению. Природа в избытке наделила человека разно-образными задатками, силами и возможностями, которые он должен раскрывать и преумножать.

Ничто не достигло еще своей вершины, но все еще может быть наверстано. Прежде всего, это доступно человеку. Потому что сегодняшний человек – всего лишь зародыш, эмбрион совершенного человека, которым он когда-то станет. На пути к этому растущему совершенству нам все больше будет открываться истинность слов Гёте: «Свои состояния мы приписываем то Богу, то черту, и нам не хватает ни того, ни другого. Загадка находится *в нас самих*, ведь мы рождены из двух миров».

Большая часть людей развиваются неправильным образом именно потому, что в своих помыслах и в своем сердце они не оставляют пространства для собственных высших возможностей. Они слишком мелко думают о себе и о своей жизни. Поэтому их жизнь и остается такой скромной и бедной. *А великим становится тот, кто убежден, что силы его неисчерпаемы.*

Научимся находить подтверждение своим мыслям и ожиданиям в самой полноте жизни. Научимся не только в своих помыслах и желаниях, но и в своих волевых устремлениях, в своем настроении осознанно сливаться с собственной внутренней силой. Научимся творить из себя нечто большее, чем мы являемся сегодня. Убедимся в истинности пророческих слов: «*Каждый человек – это целое царство, которое постоянно прирастает силой и властью!*»

В глубинах нашего существа дремлют возможности и таланты, которые гораздо богаче всего, что мы могли бы себе вообразить в самых смелых мечтах. *В нас таятся ростки всех тех возможностей, обрести которые мы порой так страстно желаем.* И наша цель состоит в том, чтобы раскрыть их и пользоваться ими. Мы – сокровищница неисчерпаемых достижений. И надо лишь раскрыть ее и начать чеканить собственные золотые монеты – посредством правильных мыслей и действий.

Подумайте о великих людях, о людях добившихся успеха в жизни, о людях, которых вы знаете: прежде чем прославиться, они тоже ничего не знали о тех могучих возможностях, которые дремали в них, – пока им вдруг не открылось новое знание.

В подобном же положении находитесь и вы, приступая к выполнению Годового плана. А завершая его, вы сможете так же продвинуться вперед, как и те люди, которые уже управляют своими достижениями, поскольку они познали, что необходимая для этого сила находится в них самих. Учтите: и в вас уже начинают действовать силы, стремящиеся вывести вас из того положения, в котором вы находитесь, и поднять выше – на это указывает тот факт, что вы начали этот курс. Ведь если бы ваша сила продолжала дремать, вы не искали бы возможностей развития и не встретились бы с Школой жизни.

Все, что вы ищете, уже есть у вас. В вас самих находится та сила, на которую вы всегда полностью можете положиться, зная, что она вас не оставит, – сила, наделенная огромным

могуществом, на поддержку которой вы можете рассчитывать каждое мгновение, невидимый помощник, готовый всегда вас поддержать, ожидающий ваших пожеланий и верящий в вас!

Такая внутренняя сила является первейшей и важнейшей опорой, которую только можно найти. Сила – это элемент движения, а движение – это жизнь. Вся сила находится в нас, а значит мы способны выстроить в нужном направлении и привести в движение те дела и обстоятельства, которые необходимы для нашего высшего развития.

Годовой план предназначен для того, чтобы находящуюся в нас силу правильным образом активизировать, развить и поставить на службу той новой жизни, которую мы сегодня начинаем. Под словом *развить* (если вдуматься в его смысл) мы буквально понимаем раскрытие, своего рода *распечатывание* того, что изначально скрыто в глубине человека. Развитие, как его понимает Школа жизни, – это не что иное, как последовательное пробуждение того, что дремало в вашем внутреннем существе, пробуждение посредством постепенного раскрытия ваших душевных сил.

Каждый человек подобен спящему великану. Каждый достаточно силен для того, чтобы здесь и сейчас приступить к строительству своей новой жизни, радостно и уверенно встать на путь, ведущий к ней, смело сделав первый шаг и продвигаясь вперед на протяжении года. И он сумеет преобразиться, станет новым человеком.

Там, где раньше был слабый гном, появится богатырь, уверенный в своей силе и видящий свою цель.

С той же определенностью, с какой мы осознаем свое Я, с той же определенностью живет в нас эта сила. Ведь внутренняя сила – это суть и проявление Я. И эта внутренняя сила постоянно растет, поскольку, чем более зрелыми мы становимся, тем более осознанно мы ее воспринимает. Точно так же начинают возрастать и наши таланты, все больше раскрываются наши способности, когда мы мудрым образом способствуем их росту.

Здесь имеет смысл привести слова божественного Платона: «Вы сможете жить мудрым образом, если научитесь помышлять и разрабатывать этот образ. Вы еще не осознали свою собственную силу».

Это только кажется, что мы появились на свет нагими и беспомощными. На самом деле нищим и миллионерам, ремесленникам и крестьянам, торговцам и поэтам, служащим и домохозяйкам, – всем и каждому были даны способности и силы для того, чтобы они сделали свою жизнь счастливой и богатой.

Нельзя предугадать, что таится в каждом человеке, сколь великим он однажды мог бы стать. Ибо это всегда зависело и зависит от того, раскроет ли он вообще, и если да, то насколько, дремлющие в нем силы, сможет ли обратить их себе во благо. Есть бесчисленные примеры того, как в детях бедных родителей жизненная необходимость пробудила осознание этой внутренней силы. Они научились верить в себя, мужественно поднимались все выше и выше и становились богачами – обладающими внутренними или внешними богатствами. А не добиваются этого люди в большинстве случаев лишь потому, что ничего не делают! Школа жизни говорит о дремлющих силах ученика (при этом здесь и в дальнейшем подразумеваются и ученицы). Каждый ученик Школы жизни – это будущий мастер Школы жизни. Только от него самого зависит, насколько удастся ему реализовать дремлющие в нем задатки совершенства. Его желание – это посланец возрастающей в нем реальности. В действительности он уже и является тем удачливым человеком, каким сам хочет стать. Следует лишь превратить внутреннюю реальность во внешнюю.

Действительно ли сможет даже самый зависимый, самый слабый, самый сомневающийся и пессимистично настроенный человек достичь названных здесь целей?

Да, сможет! Нет в мире власти, которая бы долго сдерживала человека, обладающего здравым рассудком и решившего, опираясь на свои силы, сознательно и серьезно двигаться вперед. Он должен признать свою силу, смело поставить перед собой цель и, веря во внутреннее

водительство, настойчиво идти своим путем, не сворачивая ни направо, ни налево. И он станет победителем!

Что нас восхищает в великих людях всех времен? Неукротимая сила воли, удивительные таланты, грандиозные достижения, колоссальная прозорливость, неисчерпаемые знания и умения, богатая интуиция, необоримая способность противостоять житейским бурям. Но все это есть в каждом из нас и ждет, что человек правильным образом обнаружит это в себе и начнет этим пользоваться. Речь идет о том, что мы научимся прозорливее, чем раньше, находить в себе свои достоинства, научимся быть мастерами правильного мышления, правильного действия, правильной жизни.

Почему при кажущемся равенстве сил одному удастся сделать в три раза больше, чем другому? А потому, что первый больше верит в себя, действует целенаправленнее, искуснее пользуется своими силами. Правильно применяя внутреннюю силу, каждый сможет умножить свои достижения, независимо от того, насколько высоко ему удалось сегодня подняться.

Каждый из нас – по-своему царь, но только не знает об этом. Каждого из нас ожидает царство – уже долго ожидает. Каждый из нас обладает царскими богатствами и необозримыми владениями. И не пользуется ими! В каждом из нас живет свой хранитель сокровищ, свой внутренний помощник, но никто не обращает на него внимания.

Жизнь бесконечно богата. И только наше неправильное мышление, наши неверные действия делают ее бедной и мешают нам черпать из всей ее полноты. Каждый барахтается в море непредставимых возможностей и медленно погибает от ложного убеждения в том, что ему чего-то не хватает. Так откроем же глаза, откроем для себя факты и начнем действовать!

Ибо наши истинные возможности нами еще совершенно не познаны и пока еще совсем не израсходованы.

Мы все живем лишь за счет малой части наших сил и сами недостаточно их применяем. Границы, которые мы видим вокруг себя, – иллюзия. Если расширить поле зрения, они будут раздвигаться все дальше, до бесконечности. Поэтому никто не может о себе сказать, что он полностью раскрыл в себе все имеющиеся в нем силы. Всякая новая ситуация пробуждает в нем новую силу. Как сказал Малфорд⁵, «мы лишь коснулись краешка своей жизни и только начали догадываться, что же это такое – жить».

Знаем ли мы о том, зачатки скольких возможностей дремлют в нас и однажды смогут проявиться в жизни? Мы не можем этого сказать. Лишь в тишине заглянув внутрь себя, мы, пожалуй, сумеем постичь истинность слов Геббеля⁶: «Тем, кем может стать человек, он уже является». Тот, более масштабный человек, каким вы когда-нибудь станете, уже сегодня живет в вас. И отныне вы станете учиться все более целенаправленно пробуждать этого великана в себе – до тех пор, пока он не начнет двигаться, не расправит плечи и не поднимется во весь рост!

Пока ваши внутренние силы остаются невостребованными, они для вас не имеют никакой ценности, как будто их и вовсе у вас нет. И тут кроется заблуждение, жертвой которого становятся очень многие. Не пробудив собственные силы, а значит не чувствуя их, люди ошибочно полагают, что этих сил у них вовсе нет.

Будучи, в сущности, слепцами, они по слабости делают вывод о том, что внутренних сил не существует, в то время как мудрец заключает, что они всего лишь не используются. В действительности мы все – богачи, обладающие внутренней силой и возможностями добиться успеха. Мы должны научиться смело принимать эти возможности и претворять их в действие.

⁵ Малфорд, Кларенс Эдвард (1883–1956) – американский писатель.

⁶ Геббель, Кристиан Фридрих (1813–1863) – немецкий писатель.

Генри Форд метко сравнивает человека с колодцем: «В нем много всего, но это все находится на глубине и оттуда должно быть извлечено. Все грандиозное, что создано человеком, пришло из этих глубин души».

Ничего нет могущественнее, чем наша собственная сила! Знание этого мы и собираемся сделать фундаментом и на нем воздвигнуть новое здание своей жизни, с убежденностью в этом желаем начать новую жизнь, которая поведет нас все выше и выше.

Наша сила дает нам возможность не подчиняться жизни, но подчинять себе свою жизнь, самостоятельно определять ее. «Великие мужи – это те, кто познал, что духовные силы сильнее, чем материальные, что мысли правят миром». Этими словами Эмерсон призывает нас самостоятельно, осознанным актом самоопределения снять оковы с тех сил, которые до сих пор в нас дремали, освободить царство, которое находится в нас, и планомерно привести все это в действие.

Точно так же, как волна содержит в себе все соли моря, так и мы в малом таим в себе силы мироздания. И наша задача состоит в том, чтобы эти силы, в рамках своей жизни, привести к высочайшей степени раскрытия. Каждый из нас являет собой такую волну в бесконечном океане жизненных сил. Сестры-волны настойчиво несутся по поверхности моря, но, по сути, остается нерасторжимой их связь с глубинами. Та же самая сила, что живет в глубинах бытия, живет также и в волне, несет волну; та же самая сила, которая действует во Вселенной, действует и в нас.

Вся сила, действующая в нас, являет собой не что иное, как силу Вселенной, и всякий дух, который раскрывается благодаря нам, есть не что иное, как единый бесконечный Дух жизни. Кто признает силу в себе, тем самым признает свое единство с Духом жизни.

Главное требование: Сожги за собой все мосты!

Новая жизнь начинается с нового взгляда – взгляда, направленного вперед, к свету, к солнцу! Все, что принадлежит прошлому, мы оставляем позади. Только то, что может нас стимулировать, настраивает на радостный лад, делает счастливыми, – только это будет нас сопровождать в путешествии к новому бытию. Ни один ученик Школы жизни не должен уподобляться медлительному, нерешительному человеку, собственное прошлое которого подобно чугунному ядру, прикованному стальной цепью к его ноге, и он вынужден волочить его за собой, страдая и в конце концов ломая свою жизнь.

Он также не должен уподобляться тому, кто живет лишь прошлым и верит, будто благодаря этому способен обрести для себя покой на все времена.

И то и другое не должно становиться для ученика Школы жизни поводом для того, чтобы постоянно оглядываться на пройденный путь. В крайнем случае, это может стать побуждением для созидания лучшего будущего.

Его не должна также соблазнять тоска по тому, что было и прошло, что давно утекло. Есть лишь один вид творческого устремления – устремление к грядущему, к тому, что мы хотим создать. Застрывать на прошлом – значит не дать себе возможности обратиться к новому, осуществить свое будущее. То, что было, уже увяло, и человека, шагающего вперед, более уже не касается.

Забудем также и все то, что мы потеряли. Ведь наша печаль не вернет утраченное, а вот наша воля, направленная на строительство новой жизни, доверие к внутренним силам и к Духу жизни, принесет нам гораздо больше, чем то, чем мы раньше обладали.

А если вдруг *смерть* отняла у нас самое для нас дорогое на земле? Эта скорбь тоже должна нас оставить. Будем смотреть вперед, в то более светлое будущее, где мы однажды снова соединимся со всеми, кого любили и любим. Такому *воссоединению* мы лучше всего сможем поспособствовать, если будем с любовью вспоминать о близких людях – с любовью и убежденностью в том, что мы с ними навечно соединены.

Спорить с судьбой – также бесперспективный и вредный разворот в прошлое. Ученик Школы жизни должен предуготовить свою душу к пониманию того, что не существует *«слепой случайности»*, а есть законы жизни, и овладевать этими законами до сих пор ему препятствовало его собственное неумение, а с этого момента все будет направлено на то, чтобы как можно глубже познать закон судьбы и следовать ему.

Весь груз прошлого мы должны будем от себя отбросить, когда крылья нашей души начнут расправляться и будут готовы поднять нас к вершинам бытия. Всякий человек имеет то прошлое, которое он заслужил. То же можно сказать и о будущем. Но в то время как прошлое изменить мы не в состоянии, обустройство будущего находится в наших руках.

Никому здесь не ставятся жесткие ограничения. Каждый способен достичь того, к чему он стремится. Но для этого необходимо никогда не упускать из виду свою цель, освободиться от всех внутренних и внешних пут и сжечь за собой все мосты, связывающие с прошлым.

* * *

С самого начала человек может усомниться: а получится ли у меня? Чтобы избежать этого, сразу осознанно утвердимся в том, что остановка, не говоря уже об отступлении, – для нас невозможна.

Мы совершаем «духовный переход» по мосту, уводящему нас с этого берега через поток забвения в страну Новой Жизни. А затем мы по кусочку разрушаем этот мост до тех пор, пока поток не унесет с собой последние его обломки и всякий путь назад окажется *невозможным*.

Теперь у нас *только одна возможность*: шагать вперед!

Тем самым большая часть наших забот и тревог оказывается беспочвенной.

Ведь эти заботы и тревоги жили в нас за счет нашей нерешительности и недостатка мужества. Теперь же мы можем, обратив свой взор к солнцу, громко, тихо или просто мысленно сказать:

«С этого момента начинается Новая Жизнь, которая ведет все выше и выше! Начиная с сегодняшнего дня я неуклонно и ежедневно во всех своих намерениях буду добиваться все большего успеха!»

И тут мы бесстрашно принимаемся за построение новой жизни. Начиная с этого момента каждый шаг, сделанный нами, приближает нас к нашей цели.

Не нужно раскаиваться, что находившийся позади нас мост мы разбили на мелкие кусочки. Ведь благодаря этому все препятствия, которые еще находятся перед нами, *потеряли свою непреодолимость*. Мы перестроились душевно и тем самым способствовали тому, что с этого момента наши собственные силы стали могущественнее любого препятствия.

Мы ни в коем случае не начинаем новую жизнь на пустом месте: мы вооружены всеми возможностями, позволяющими добиться высшего результата. В нашем распоряжении те же силы и возможности, посредством которых начали свое победное шествие самые великие и преуспевающие представители человеческого рода. Мы пойдем тем же самым путем, что и они: путем, по которому нас ведет *Дух жизни*, тот Дух, который нас отныне сопровождает.

С этого момента у нас больше нет прошлого! У нас есть теперь только будущее, которое каждый день претворяется в прекрасное настоящее. Теперь в нас живет только воля к победе! И еще одно стало для нас ясным убеждением: *«Я существую, а это значит, я могу!»*

Правильно планировать свой день

Достигнув другой стороны реки, следующее, что предстоит сделать – определить направление на том новом материке, который теперь расстилается перед нами. Поэтому задачи, которые мы ставим перед собой, носят временный характер. Окончательное определение цели последует тогда, когда мы уже получим некоторые сведения о новом царстве. Речь в данном случае идет о десятой неделе обучения в Школе жизни.

Временная постановка цели заключается в том, чтобы научиться каждому отдельному дню дать новое назначение, придать новый дух.

Ведь успешная жизнь – это продукт успешных дней, а они состояются из успешных часов. Потому мы и начинаем с того, чтобы в полной мере скомпоновать текущий час, весь сегодняшний день, стремясь придать ему новый ритм.

Возможно, это поначалу представится тяжелым, завтра окажется легче, а послезавтра станет еще более легким. Неделю спустя мы обнаружим определенную тенденцию к новому образу жизни. Через несколько недель эта тенденция превратится уже в привычку. Еще через несколько месяцев эта привычка станет для нас *второй натурой*, а в конце года занятий в Школе жизни превратится в *первую натуру*.

Вот так мы закладываем фундамент успеха, которым будет сопровождаться каждый наш отдельный день, а значит и успех всей нашей жизни.

Нынешний день – это исходный пункт успешной жизни. Только он нам вполне принадлежит. То, что осталось позади, прошло и не вернется. То, что нам предстоит, еще не находится здесь и не поддается нашему влиянию. Единственное, что мы тотчас же можем определить, – это остающиеся часы сегодняшнего дня.

Пусть ученик Школы жизни не ждет здесь какого-то *точного расписания* того, как нужно распорядиться временем от 5 до 6, от 6 до 7 и т. д., расписания, придуманного за столом, покрытым зеленым сукном, которое его кабинетный создатель никогда не сумел сделать реальностью. То, что должно здесь стать *новым*, – это отнюдь не *внешний*, но *внутренний* день. Это новое отношение ко всему, что на протяжении 24 часов конкретного дня будет являться для нас задачей, что должно будет облагородить наши будни, сделать их достойными, одухотворить их, претворив в вечно бурлящий источник радости.

И вот что мы увидим. Когда мы что-то делаем *с охотой и верным образом*, это требует столько же усилий, сколько и то, что выполняется без охоты и неправильно. Но первое приносит нам вдесятеро больше! Новый человек *не обременяет* себя тяготами повседневности, а посмеивается над ними. При помощи правильного мышления он этот груз обремененности превращает в своего рода грузовик, который это бремя и уносит прочь.

* * *

Взглянем теперь на новый день нового человека.

День ученика Школы жизни начинается не в миг пробуждения, а уже *в предшествующий вечер*, начинается с мысли о верном построении нового дня, с ясной постановки цели. Это в корне *новый подход*, на важность которого мы постоянно указывали на протяжении вот уже нескольких десятилетий.

Как только на востоке начнет опускаться на землю завеса тьмы и вы с вечерней прогулки возвращаетесь домой или покидаете круг ваших близких, друзей либо мир доброй книги, позаботьтесь о том, чтобы ваш нынешний день, ритмично отзвучав, пришел в согласие с ритмом ночи...

Займитесь теперь только собой, прожитым вами днем, вашим внутренним существом. Пусть перед вашим духовным взором предстанет все, что происходило на протяжении дня, вспомните обо всех добрых моментах, которые этот день в избытке дал вам, о тех добрых делах, которые вы подарили ему. И затем итог этих размышлений, сумму достижений этого дня запишите в свой дневник.

Этот отчет завершите благодарностью Духу жизни за то доброе, что принес нам день, и примите решение прожить день наступающий *еще более* гармонично, динамично и счастливо. Ведь мы знаем: ничто не может вернее пробудить дремлющие в нас силы, чем сознание благодарности за все, что нам было дано.

За этой решимостью следует определение цели, ритма и задач для наступающего дня, который, собственно, и начинается в миг постановки цели. Тому, как происходит в деталях это определение цели, мы будем учиться на одиннадцатой неделе обучения в Школе жизни.

Итак, вы поставили цель – после того как непосредственно перед засыпанием задали себе позитивный настрой. Затем следует сознательное подтверждение достижений, которые принесет вам наступающий день, и выражение преданной любви к бесконечному духу добра, который ступень за ступенью поднимает вас ввысь.

Пусть затем вас охватит ощущение внутреннего покоя и мирно увлечет за собой всеисцеляющий поток молчания...

На четвертой неделе обучения в Школе жизни ученик в деталях узнает, как нужно правильно засыпать и пробуждаться.

Правильно пробуждаться – не в последнюю очередь означает пробуждаться вовремя. Школа жизни, основываясь на богатом опыте, учит, что часы перед полуночью являются самыми полезными для сна и что утром тот, кто заснул вовремя, по-новому ощущает в себе прилив бодрости и жизненной энергии. Поэтому один час работы ранним утром стоит больше, чем два часа работы вечером.

Поговорка «кто рано встает, тому Бог подает» в буквальном смысле провозглашает истину: если ежедневно вставать на час раньше, чем вы привыкли, то этим простым способом можно продлить свою жизнь на 360 бесценных часов в год или на полтора рабочих месяца, если считать, что в день мы работаем по 8 часов. Для устремленного вперед человека это немалый выигрыш.

Школа жизни не без основания призывает: «Вставай раньше! Вставай бодрым! Вставай осознанно!» Ибо как день начнется, так он и продолжится.

Человека, который с самого утра угрюмо глядит вокруг, порой спрашивают: «Ты что – не с той ноги встал?» В отличие от него ученик Школы жизни всегда поднимается *с той, «правильной» ноги*. Он ни на секунду не теряет *правильного* ритма. Именно в миг пробуждения, когда человеческое подсознание особенно чувствительно, он закрепляет в нем мысль:

«Я правильным образом вступаю в новый день. Я правильным образом поднимаюсь! Я убежден, что поступаю верно. И так, как я встаю, так будет протекать и весь день – в правильном ритме! Сегодня во всех отношениях мне будет сопутствовать удача!»

Ученик Школы жизни не нежится долго в постели, а напрягает и распрямляет все свои члены и как бы впрыгивает в новый день, возможно, пьет глоток-другой свежей воды, распахивает, если это позволяют обстоятельства, окно своей спальни, чтобы в нее устремился утренний воздух, и делает несколько гимнастических упражнений для того, что бы пробудить в себе жизненную энергию. При этом, вдыхая свежий утренний воздух, он сознательно сосредоточивается на следующей мысли:

«Вдыхая этот воздух, я принимаю в себя силу, а все ночные шлаки уходят из меня прочь при выдохе! Сила нового дня пронизывает все клетки моего тела! Я чувствую себя словно заново рожденным!»

За гимнастическими упражнениями следует *умывание*.

Как и прочие действия успешного дня, все совершается *осознанно*. Даже одеваться надо осознанно, при концентрированном участии мышления. Наши мысли при одевании не могут находиться за тысячу километров от нас. Чтобы *во всем иметь успех*, следует приучиться все, что необходимо, делать исключительно осознанно.

Эта привычка существенным образом развивает способность к концентрации и помогает и в других делах сосредоточиваться исключительно на них и выполнять их как полагается. И уже здесь мы начинаем избавляться от одной из причин наших неудач: так сказать, от холостого хода в мышлении, от *неспособности к концентрации*, от распыленности, от недостатка внутренней собранности и целеустремленности.

Одеваясь, избегайте всякой спешки. Даже незначительные вещи следует делать в состоянии покоя и любви. Если вы привыкнете к этому, то и прочие дела на протяжении дня будут выполняться с той же уверенностью и приведут к доброму завершению.

И к *завтраку* приступайте с новым настроением: старайтесь избегать любой торопливости, не думать о предстоящей работе, а тем более о каких-либо неприятностях. Ведь пища, которую мы принимаем бездумно, в угнетенном состоянии или в спешке, будет недостаточно разжевана и переработана, будет плохо переварена желудком и принесет вред. Об искусстве правильного питания говорится во время третьей недели обучения в Школе жизни.

Все, что мы делаем, надо выполнять *охотно*, если хотим, чтобы это пошло нам на пользу. Поэтому будем заботиться о том, чтобы во время завтрака, да и любого другого приема пищи, у нас было *радостное настроение*. Не будем скупиться на добрые слова. Это поднимает настроение во время еды и благотворно действует на пищеварение. Постараемся насладиться едой и похвалить ее. Тогда пища покажется нам вкусной вдвойне, и, кроме того, это побудит хозяйку с еще большей, чем раньше, любовью заниматься готовкой. Таким образом, то доброе, что мы в мыслях или словах адресуем окружающим, обращается нам во благо.

После завтрака сделайте двухминутную паузу для размышления.

В это короткое время вы переключаетесь на предстоящую работу и приучаете себя рассматривать ее с точки зрения вечности, памятуя о своем единении с бесконечным Духом жизни и не забывая о том, что каждый из нас имеет право и должен стать хозяином своей судьбы.

Если путь до работы не слишком далек, пройдите пешком.

Теперь начинается сама *работа*. Целесообразное ее исполнение мы более подробно рассмотрим в ходе Годового плана, особенно на пятой и одиннадцатой неделях обучения в Школе жизни. К своей работе постарайтесь отнестись также с *новым* настроением, который всякую нашу деятельность приподнимает над рутинной повседневности, внося в нее радость и красоту.

На *обед* мы настраиваем себя так же, как и на завтрак. Лучше всего перед обедом минутку побыть в тишине, чтобы дать своим чувствам возможность переключиться на прием пищи. К обеду мы относимся так же осознанно. Что это означает, мы узнаем на третьей неделе обучения в Школе жизни.

За обедом следует короткий отдых, во время которого мы думаем о тех, кто терпит нужду, голодает, и размышляем о том, что мы *можем сделать*, чтобы облегчить тяжелую долю людей и животных, а также определяем, что ради этого мы *собираемся сделать*. Если мы, будучи сытыми, используем это настроение дающего и проявим щедрость, тогда полнее окажется поток, устремившийся в нашу собственную жизнь.

Послеобеденное время отдается снова работе или отдыху. Чтобы воодушевить себя, настроимся на то, что посредством всего, что мы делаем, мы *готовим себя к новым достижениям в жизни*. Тем самым мы оберегаем себя от того, чтобы неудачи, разочарования и непри-

ятности, которые могут с собой принести будни, не заразили, не расстроили, а то и не отравили нас.

Затем обратимся к препятствиям, лежащим у нас на пути, и оценим их как необходимый атрибут нашего тренинга, что позволит легче преодолеть их. Ведь нам ясно, что если мы и впредь будем упорно заниматься этим тренингом, наши силы станут прибавляться сами по себе, препятствий будет все меньше как по числу, так и по интенсивности воздействия, и победа в конце концов будет за нами.

Проживая так свой день, вы делаете его более долгим и успешным. Пусть к вечеру вас одолеет усталость, но душа ваша радуется. Ведь она сознает, что день был проведен хорошо. И теперь вы можете, оставив позади заботы и трудности, посвятить это время удовольствиям, отдыху, общению с единомышленниками, чтению серьезной книги, прогулке, игре или спорту.

Придя вечером домой, постарайтесь доставить немного радости своим близким – небольшим подарком, добрым словом, гармоничным настроением или просто улыбкой. Нам надо научиться направлять взор наших ближних не на те вещи, которые лишили бы их мужества или пробудили в них какие-то отрицательные эмоции, а лишь на то, что способно обрадовать и осчастливить их, что служит умножению гармонии или осознанию того, что вечное преобладает над преходящим.

Кто так проведет свой день, тот что-то получит от него. Этот день будет принадлежать ему, а не он – этому дню, как это бывает в большинстве случаев. Будни из неприятной необходимости превратятся в радость. Человек более не будет невольником жизни, он будет жить полноценно.

Из всего этого следует, что и последующий день надо провести так же, затем еще один – и так далее, шагая вперед, неделя за неделей, месяц за месяцем, пока мы не достигнем высот жизни⁷.

Самое важное в жизни, нацеленной на успех, – начинать с самых малых вещей, с самых незначительных на первый взгляд будничных задач. Ибо какова часть, таково и целое. Кто становится хозяином мгновения, способен управлять и днем, а в итоге и всей жизнью.

Поэтому пусть никто не относится с презрением к малым вещам! Ведь достижения жизни в целом складываются из малых и наименьших удачных кусочков или предполагает их наличие.

Это, прежде всего, относится к обузданию самых незначительных «пустяков», из которых и складывается большая часть повседневности и которые для многих превращают жизнь в ад.

Чтобы овладеть чем-либо, надо это полюбить. Только любовь двигает жизнью. Но когда мы злимся на что-то, это *что-то* становится только *злее*. Если вам удастся настроить себя по отношению к каким-то вещам дружелюбнее, тогда каждая вещь ответит вам улыбкой и станет источником светлой радости.

Вся наша жизнь состоит из «мелочей». Большая часть людей воюет с такими мелочами, доводя себя в итоге до гибели. Ведь «мелочи», когда мы злимся из-за них, способны испортить нам не только настроение, но и жизнь. Их груз давит не только на душу, но и на тело. Мы раньше, чем следует, начинаем нервничать, уставать, болеть и стареть.

Кто сердится *из-за ерунды*, убивает в себе лучший из даров жизни: умение не замечать эту ерунду. А искусство жизни как раз и предполагает, что вы становитесь хозяином над мелочами, оказываетесь выше них, подчиняете их себе. Вместо того, чтобы утром возмущаться по поводу того, что мыло лежит не на месте, лучше накануне все привести в порядок. И вместо того, чтобы расстраиваться из-за невозможности что-то найти, лучше с улыбкой займемся

⁷ Как правильно жить все 24 часа в сутки в духе неустанного движения вперед, принося все больше пользы себе и другим, читатель узнает из моей книги «*Selbst- und Lebensmeisterung durch Gedankenkraft. Dynamische Psychologie im Alltag*» (176 стр., издательство Reichl).

поисками и обнаружим потерянное в каком-нибудь укромном местечке. Ведь иногда это потерянное всего лишь терпеливо ждет, чтобы мы стали чуть-чуть дружелюбнее.

Если мы воспитаем в себе привычку к порядку, то и мелочи *подтянутся* вслед за нами. *Ведь все их козни – это не что иное, как воплощение наших собственных невоспитанных мыслей.*

Причина нашего огорчения кроется не в вещах, она кроется в наших неприученных к дисциплине мыслях. Любой беспорядок берет начало в вашей собственной голове и распространяется затем на всю вашу жизнь. Те трудности, которые вам готовят эти мелочи, имеют духовную природу: их источник находится в вас самих. И если вы сами не начнете менять что-то в себе и в своем духовном настрое, мелочи навсегда отравят вам дальнейшую жизнь.

Вместо того, чтобы делать из мелочей «козлов отпущения», давайте позаботимся о том, чтобы *любая наша мысль заняла свое место*. Приводя в порядок свои мысли, мы одновременно и эти мелочи приводим в соответствие с неким мудрым планом, который посредством верного мышления нам удастся привнести в них.

А отгоняя от себя сторонние мысли, мы одновременно избавляемся от помех в своей жизни.

Кроме воспитания в себе склонности к порядку, нам еще потребуется *веселость и терпение*, чтобы уметь быть справедливым по отношению к вещам. Надо научиться все делать с радостью. Ведь безотрадность, с которой мы порой «расправляемся» с мелочами, как пары яда наполняет все вокруг и отравляет атмосферу целого дня.

Самое малое дело можно совершать, бросая на него свет вечности, внося благодаря этому в жизнь победный дух. Не будем забывать, что наши будни – это своеобразное поле битвы, где разыгрываются важнейшие сражения, и что немаловажно ощутить в себе ростки будущей силы и послужить ей.

Научимся смотреть на мелочи свысока. Благодаря этому мы отрешимся от всего мелочного, стесняющего нас. Научимся также извлекать из мелочей жизненные уроки и превращать их в исходный пункт будущих достижений. Таким образом мы привыкнем к тому, чтобы всегда ожидать от жизни большего, воспитаем в себе способность правильно использовать подходящий случай.

Вторая неделя: искусство владеть собой – ключ к овладению жизнью

Истинный ученик учится выводить неизвестное из известного, и так постепенно становится мастером.

Гёте

С тем, как мы наметили выстроить очередной день, теснейшим образом связано требование верного самоопределения, что, в свою очередь, является предпосылкой верного определения жизни и судьбы.

Предпосылкой умения владеть собой является, с другой стороны, способность владеть мыслями, желаниями, склонностями и страстями. Эта способность – ключ к тому, чтобы достичь победы над мелочами. Многие люди питают иллюзию, будто они способны овладеть внешним миром, хотя еще не овладели миром внутренним, не научились справляться с собственным Я. Нет, тот, кто не стал хозяином в собственном доме, не станет и господином окружающего мира, а будет рабом мелочей, не более того.

Лишь тот, кто задал своему мышлению новое направление, поставит и перед своей жизнью новую цель, придаст ей новое содержание. Воспитанию такого верного мышления и содействует Школа жизни. Из того, чему она учит, возникает образ нового человека – окрепшего телом, душой и духом, осознанно и крепко стоящего на ногах. Он в полной мере ощущает свое единение с Духом жизни и убежден, что дух в нем сильнее материи, а человек поэтому могущественнее, чем окружающий его мир.

Никогда не бывает таких внешних обстоятельств или «тяжелых времен», которые не позволяли бы человеку быть счастливым. Причина гораздо чаще в нем самом. На одинаковые обстоятельства два разных человека отреагируют по-разному.

Один пригнет к земле, застрянет на этой темной стороне бытия и сломается под тяжестью ложного представления о собственном бессилии. Другой же, наоборот, будет расти благодаря встречающимся на его пути препятствиям, научится быть хозяином положения, покорит свою судьбу и поднимется к звездам.

Итак, *обстоятельства* одинаковы, но различно отношение каждого из нас к жизни, различна вера в свои внутренние силы – и соответственно различен успех.

В Школе жизни у нас всегда будет шанс увидеть и осознать способности человека к росту, понять, во что способен превратить свою жизнь даже тот, кто, на первый взгляд, кажется законченным неудачником, если он поверит в свои внутренние силы и разовьет их.

Твоя жизнь – это то, что ты из нее сделаешь, – такой вывод является основой, опираясь на которую мы можем вытащить наш мир из пропасти. Если это убеждение в нас глубоко укоренилось, значит, мы во многом уже победили.

Сами по себе вещи не приносят ни горя, ни радости. Наше мышление превращает их либо в то, либо в другое. Поэтому наше счастье зависит от направления наших мыслей. Становиться счастливым, дарить счастье – вот в чем смысл нашей жизни. Этому учит Школа жизни.

Ты можешь стать счастливым настолько, насколько сам пожелаешь, если ты всецело принимаешь то, к чему стремишься!

Все, чего мы ждем от жизни, может стать нашим, – но только благодаря нам самим, – как плод наших правильных мыслей и поступков. Научимся воспринимать наш мир как творение нашего духа; его воздействие на нас зависит всего лишь от нашего отношения к нему. Мир, на который мы воздействуем и который воздействует на нас, обуславливается нами и нашими

внутренними свойствами. Мы – субъект, а мир – объект нашего мышления, наших устремлений и деяний.

Большинство людей принимает обстоятельства как некую *данность*, *предопределенность*, считая их чем-то неизменным; благодаря своему окружению они ощущают себя связанными, скованными условностями, поскольку все внешнее – из-за его значительной пространственной протяженности – представляется им гораздо значительнее, чем незримый внутренний мир, который они ошибочно ограничивают пространством своего тела.

Они должны перестроить мышление, должны научиться видеть вещи правильным образом. Они должны понять, что не человек подчинен обстоятельствам, а обстоятельства подчинены ему.

В действительности же окружающая нас среда является некой данностью, условием, опираясь на которое мы, действуя мудро, будем в состоянии совершить любое дело. Мы похожи на переселенцев, которые оказались в плодородных джунглях: сначала этот девственный лес кажется им очень грозным. Но спустя несколько дней они уже находят место для временного пристанища. Затем расчищен еще больший кусок лесной чащи и подготовлена почва для посева культурных растений. И вот через годы дикие джунгли превратились в плодородную пашню, которая приносит земледельцам богатый урожай.

Именно так будет обстоять дело и со «средой», окружающей нас, с нашими «обстоятельствами», – если мы научимся культивировать их, основываясь на задачах Годового плана, если мы вверим зерно правильного мышления почве нашей души и начнем действовать правильным образом.

Кто-то, может быть, размечтавшись, вообразит себе другую планету, где жизнь легка и природа в изобилии одаривает всем, чем можно, а вокруг лежат сокровища. Но ведь планета эта – наша *Земля*, на которой мы оказались благодаря тому, что родились на ней. Наш космический корабль – это жизнь, которая позволяет нам увидеть свет солнца – одного из мириадом солнц во Вселенной. Все, в чем мы нуждаемся, эта планета в изобилии дает нам и на всех путях лежат сокровища. Нам нужно лишь, *раскрыв глаза* и обнаружив эти сокровища, подобрать их и начать чеканить золотые монеты.

Если вы, вместо того, чтобы устремлять взор на себя, взглянете на то, что вас окружает, и на трудности, которые встают перед вами, тогда не следует удивляться, что путь к успеху будет каменист и усеян терниями. И если вы подумаете именно о *трудности* какого-либо дела, вместо того, чтобы рассуждать о его *легкости*, вы его как раз и *утяжелите*. То, что противостоит вам как нечто враждебное, приносящее вред, коренится в вас самих. Вы должны преодолеть это *в себе*, только тогда все и разрешится.

Так поступает ученик Школы жизни. Он не раб и не пленник обстоятельств, а их господин. Он уверен: нет «силы обстоятельств», существует лишь та сила, которой я наделяю эти обстоятельства благодаря ложному мышлению. Ибо *обстоятельства* – это то, что *вовне* меня, они находятся вокруг меня. И безразлично, сам ли я поместил их туда, или кто-то другой, или они «всегда» там находились – влияние обстоятельств зависит от того, *как я отношусь* к ним. И тут я могу быть настроен либо позитивно, либо негативно, то есть ждать добра или опасаться зла – и от этого моего настроения будет зависеть *характер обстоятельств*.

Чтобы достичь солнечной стороны жизни, следует самому перенастроиться, претерпеть некое превращение в себе. Ведь все мы живем под солнцем, только большинство из нас обращаются к его лучам спиной и взгляд свой направляют на собственную тень...

Нет хороших или плохих вещей – только наши мысли придают им приятную для нас или отталкивающую окраску. *Мы сами* оцениваем вещи, мы устанавливаем их истинную ценность.

И тут как нельзя кстати звучат слова Уолта Уитмена: «Земля совершенна для тех, кто совершен сам; земля поругана и порушена для того, кто сам поруган и порушен». Повсюду в жизни действует закон *о причине и следствии*, и в соответствии с ним нам некому пожаловаться

на постигшие нас неудачи, кроме как самим себе. О судьбе мы можем судить только по себе, мы сами ее творцы.

Поняв это, мы сможем совершенно иначе оценить причины успехов и неудач, которые встречались нам до сих пор. С этого момента не будем ожидать удачи и успеха извне, а станем создавать их в себе, будем планомерно предопределять их, правильным образом заранее размышляя об этом.

Будем со всем вниманием соблюдать законы жизни и благодаря этому добиваться все большего успеха, начнем правильно мыслить и поступать правильным образом, будем *сеять удачу и пожинать успех!*

И опять-таки нужно очень четко представить себе, что *жизнь – это то, что мы сами из нее создаем.*

Тому, кто считает себя «несчастливым грешником», неизменно подворачивается повод лишний раз согрешить и в итоге он сгибается под гнетом грехов. И напротив, кто открывает в своей душе искру вечного, тот сможет возвыситься над всеми ошибками и заблуждениями и достичь гармонии и совершенства – во исполнение завета Иисуса Христа: «Итак, *будьте совершенны*, как совершен Отец ваш Небесный».

Каждый в жизни находит то, что он в ней ищет, устремляя свой взгляд в ту или иную сторону: собака находит кость, пессимист – капкан, ученик Школы жизни – возможность успеха. Кто ждет от своего окружения чего-то ужасного, редко бывает разочарован. Но не будет разочарован и тот, кто верит в доброту своих ближних: ведь он *пробуждает* то, в чем сам убежден.

Каждый человек – это, своего рода, живой бриллиант: каково его *внутреннее строение*, такова и его *внешняя «огранка»*, его взаимоотношения, его судьба. Если мы свое знание об этом отшлифуем, придав ему «огранку» некоего жизненного правила, то звучать оно будет примерно так:

Обстоятельства определяются тем, как человек к ним относится.

Каждый притягивает к себе то, что ему присуще. Магнит притягивает не песок, а кусочки металла. Но еще удивительнее устроен человек: магнит своей души можно «настроить» определенным образом, и тогда он будет притягивать то, на что направлены мысли человека. Из этого рождается *возможность созидания обстоятельств посредством созидания своего отношения к ним.* Это искусство мы будем основательно изучать в ходе работы над Годовым планом.

Предпосылка всего, что нам посылает судьба, – это наши мысли и поступки: их мы отправляем вовне и получаем обратно от вещей и существ, которые находятся вокруг нас, – в усиленном, увеличенном виде. Наша жизнь – это воплощение наших мыслей. Все, что находится *рядом с нами*, – это *совершенная или не-удачная материализация мысли.*

Отношение мира к нам определено нашим мышлением. Так что в действительности мир становится таким или иным благодаря нашему к нему отношению.

Пусть тот, кто воспринимает обстоятельства как некую неизменяемую данность, не поддается новым иллюзиям. Ученик Школы жизни обязан знать: он должен всегда *вкладывать* в понятие «факт» только то, что сам прежде *вложил* в вещи – посредством верных или ложных мыслей и действий. Все определяют не факты, а то, что за ними стоит, – их причины. А причины – *в нас самих.* Мы сами – причина всех фактов, всех фактов нашей жизни. Поэтому и созидание этих фактов, этих данностей должно начинаться в нас самих.

Кто ищет «лучших обстоятельств» или собирается менять профессию, вряд ли осмыслил суть успеха. Из двух человек, перенесенных из одинаковых обстоятельств в одинаковые же новые условия, один станет иным и счастливым, а другой останется таким, каким был. Первому в новых обстоятельствах будет сопутствовать удача, поскольку он одновременно *обновился внутренне* и, став новым человеком, исходя из новых обстоятельств, создал новые ценно-

сти. Другой же, напротив, остался таким, каким был прежде, а значит и новые обстоятельства в течение короткого времени определяются его неизменным образом мышления.

Так что не перемещение в пространстве играет решающую роль, а изменение внутреннего настроения, обновление мышления.

Кто способен пасть духом, поддавшись внешним обстоятельствам – прежним или новым, тот останется внизу. Кто осознает свою внутреннюю силу, тот начинает овладевать обстоятельствами при любых условиях. Ведь новые обстоятельства ничего не будут значить, если не будет обновлено мышление. Если мы мыслим ложным образом, то самые благоприятные обстоятельства не принесут нам блага. Если же мы станем правильно мыслить, то и в самое жалкое положение внесем *дух изобилия* и начнем постепенно на духовном уровне это положение изменять, пока оно не станет приносить нам все больше богатства, силы, радости, изобилия.

Мы не сможем привлечь к себе ничего, что не находит в нас своего соответствия.

Чтобы выбраться из «дурных обстоятельств» следует уверенно и непреложно направить свои мысли на что-то более хорошее. Нужно внутренне полностью отстраниться от нынешних обстоятельств, которые являются следствием ложного мышления. Ими мы руководствовались до сих пор. А теперь всей силой наших мыслей и чувств, всей силой воли, желаний, потребностей надо настроиться на новые обстоятельства, которые мы собираемся создать.

Все, что вокруг нас, существовало прежде в духе, в мыслях. Поэтому и те «лучшие обстоятельства», к которым мы стремимся, должны сначала стать реальностью в нашей душе. Лишь тогда они обретут реальность и в жизни внешней – в соответствии с древним правилом: как внутри, так и снаружи!

Мы должны в духе, в своем сознании создать *идеальный образ этих обстоятельств*, как мы их себе представляем. И затем надо непрерывно оживлять этот идеальный образ в своем сердце, *утверждать* его. Надо *почувствовать*, что в вашей душе этот образ уже *является реальностью*, и в то же самое время вы должны *начать действовать* так, словно он уже стал внешней действительностью. Благодаря верным мыслям, чувствам, желаниям и действиям вы этот идеал переносите в действительность: приводите свои обстоятельства в соответствие с внутренним образом, который постоянно утверждаете мыслями, словами, действиями и тем самым переносите их из мира духовной реальности в область чувственно осязаемого.

Наша жизнь – это сад. Обстоятельства – это деревья, кусты и цветы. Садовник – это мы сами.

Если сад твоей жизни неважно выглядит, виноваты в этом не деревья и цветы, а ты сам – садовник, который из своего сада не сумел сделать то, что мог бы сделать. Но любые неприглядные заросли сорняков можно превратить в райский сад.

То, что мы хотим взять из обстоятельств, должно быть мысленно соотнесено с ними, мысленно вложено в них. Мы не можем рассчитывать на успех, если бросаем тень сомнения на то, что нас окружает, если сеем недоверие, малодушие, уныние. Повсюду действует *закон притяжения*: мы притягиваем к себе то, на чем сосредоточены наши мысли.

История любого человека со сложившейся жизнью служит здесь доказательством: его мысли, чувства, действия направлены *не на что иное*, как на то, что *приносит счастье и радость, что умножает их*. И эти слова – «не на что иное» – защищают стрелку компаса вашей души от ненужных отклонений, удерживают от всяческих сомнений, всякого малодушия, давая возможность уверенно двигаться к цели.

Ни одна эпоха так не нуждалась во внутренне твердых, сильных людях, как наша. Всем сферам ее жизни, всем областям хозяйства требуется все больше деловых людей, все больше лидеров. Кому удастся раскрыть свои лучшие способности, тот сегодня имеет все больше возможностей быстро и успешно двигаться вперед.

Для того, кто знает, чего он хочет, обстоятельства ничего не значат. Они становятся для него кирпичиками и цементом, из которых он начинает строить здание своей мечты, строить по тому образцу, который был сформирован в его душе.

Тому, кто верит в свою победу, обстоятельства служат уже не тормозом, а ускорителем движения, они направляют его позитивно настроенное мышление туда, где идеалы человека наиболее совершенным образом могут быть воплощены в жизнь.

Таким образом, наша жизнь превращается в то, что мы можем из нее сделать посредством мыслей, чувств и желаний, посредством наших устремлений и поступков. Поэтому не теряет своего смысла старая поговорка:

«Все зависит от человека, а не от обстоятельств».

Сделай свою жизнь совершенной!

Великие мира сего стали великими благодаря вере в свою звезду, в свои внутренние силы. В то же время для многих людей иллюзия неспособности становится самым серьезным препятствием на пути к успеху.

Будем помнить о том, что природа все дает в избытке, каждое ее творение свидетельствует о ее богатстве. Создадим в себе идеальный образ той жизни, которую мы отныне собираемся вести. И, определяя цели наступающего дня, будем хранить и лелеять в себе этот идеал как некую живую картину становления, утвердим ее как внутреннюю реальность, станем делать ее более предметной, пока внешний мир не начнет приходить в соответствие с этим внутренним образом.

Будем также помнить о том, что все вокруг нас служит нам, а мы – всему, что нас окружает, что мы пришли в мир ради целого, а целое в равной степени существует ради нас, что одно не может быть без другого, что и в одном, и в другом действует одна и та же сила бесконечного Духа жизни. Осознаем себя чадами этого Духа, утвердим его силу в себе, и она станет нашей силой и укрепит нас!

То, что вы находитесь здесь, – в данной жизни, в данное время, в данном месте – это требование осознать вашу собственную миссию и выполнить ее *здесь и теперь*, требование, выдвинутое перед вами мировым Духом. И сила, позволяющая справиться с вашими жизненными задачами, в вас есть.

Пусть никто не считает свою жизнь чем-то готовым. Все, что есть, – это исходный пункт для чего-то более совершенного. И тот, кто должен создать это более совершенное, – мы сами. Превратить свою жизнь в совершенное творение – это наше призвание. Сделаем эту задачу основной идеей своей жизни. Пусть ваши мысли, воля и действия будут пронизаны ею, будут определяться ею. Тогда ваша жизнь станет все очевиднее выглядеть как произведение мастера.

Одно представляется здесь непреложным: *вера в ту силу, которая живет в нас*. Ибо она является тем внутренним проводником, который направляет нас туда, где нам может открыться совершенная жизнь. Эта сила дает вещам вокруг нас иной лик, а «обстоятельствам» – иной ход. И все, что прежде нам препятствовало, постепенно начинает служить нашему подъему. Эта сила является тем, что приводит в действие закон полноты.

И во всякий час – вечером, когда вы засыпаете, и утром, когда пробуждаетесь, – принимайте эту мысль своим сердцем.

«Благодаря силе, живущей во мне, я превращу свою жизнь в совершенное произведение! Все, что я буду предпринимать, обернется мне во благо!»

Тогда мы вскоре почувствуем, как верно организованное мышление отовсюду призывает на подмогу «невидимого помощника», который начинает содействовать нам в построении новой жизни. И мы научимся овладевать материей, не подпадая под ее влияние, не становясь материалистами.

Ибо материалист – это не господин, а всего лишь слуга материи. Ученик Школы жизни, напротив, управляет чувственным миром благодаря верно организованному миру внутреннему. Он не раб денег, а властитель над ними, не слуга вещей, которые живут благодаря его милости, а их хозяин. Он творит свою судьбу из самого себя, организует свою жизнь собственными силами. Он работает над своей жизнью как над произведением творчества, поскольку придает ей высший смысл, постоянно *подтверждая это*

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.