

Антон Могучий

**Развивай
свой мозг!**

Уроки гениев

Леонардо да Винчи, Платон, Станиславский, Пикассо



Антон Могучий
Развивай свой мозг!
Уроки гениев. Леонардо
да Винчи, Платон,
Станиславский, Пикассо
Серия «Книга-тренажер
для вашего мозга»

Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=18559263
Развивай свой мозг! Уроки гениев. Леонардо да Винчи, Платон,
Станиславский, Пикассо / Антон Могучий.: АСТ; Москва; 2016
ISBN 978-5-17-094781-2

Аннотация

Думать, как гений, можно научиться! Как?

Развивая свой мозг по специальным методикам, собранным в этой книге. Они созданы на основе «уроков» величайших умов человечества: Леонардо да Винчи, Платона, Станиславского, Пикассо и других гениев.

Метод каждого гения разложен на составляющие – набор умственных навыков, которые можно и нужно тренировать.

Выполняйте упражнения тренинга, которые приведены в этой книге, и в кратчайшие сроки разовьете эти навыки у себя.

Всего несколько тренировок, и вы начнете думать, как гений, и измените свою жизнь до неузнаваемости!

Книга также выходила под названием "Открой сверхвозможности твоего мозга. Уроки гениев: Платон, Леонардо да Винчи, Станиславский, Пикассо, Кастанеда"

Содержание

Вступление	9
Каждый может научиться мыслить гениально	9
Для чего учиться у гениев	13
Как получить от книги максимум пользы	15
Глава 1	17
Знаменитый мудрец античности	17
Важнейшие достижения	19
Основы мировоззрения	20
Практикум	22
Первый принцип	23
Упражнение	24
Упражнение	26
Упражнение	27
Второй принцип	28
Упражнение	30
Упражнение	32
Третий принцип	33
Упражнение	34
Упражнение	35
Четвертый принцип	36
Упражнение	37
Глава 2	40
Величайший гений Ренессанса	40

Антон Могучий

Развивай свой мозг!

Уроки гениев. Леонардо да Винчи, Платон, Станиславский, Пикассо



Очень интересный подход, таких книг я раньше не встречал!

Максим П., Архангельск

Замечательная книга – очень интересно ее читать, информация о гениях весьма познавательна, а сами

упражнения – уникальная методика разностороннего развития личности.

Янина Г., Москва

Все книги Могучего – это книги для всей семьи, по ним могут заниматься и школьники, и их бабушки, и дедушки. Вот почему мы не пропускаем ни одной новинки. И эта книга – не исключение!

Николай Васильевич Д., Санкт – Петербург

Упражнения этих тренингов действительно меняют образ мысли, развивают внимание и память, учат видеть мир под самыми разными углами. Причем изменения начинаются буквально с первого дня занятий.

Егор Н., Мурманск

Книга – чудо! Как будто и в самом деле побывала на уроках у всех этих гениальных людей!

Маргарита М., Орел

Отличная книга для всех, кто хочет не только повысить свой IQ, а еще и научиться думать.

Игорь Б., Рига

Книга-тренажер для вашего мозга



Вступление

Хочешь быть гением – будь им

Каждый может научиться мыслить гениально

Много лет я занимаюсь изучением, разработкой и популяризацией всевозможных методов развития интеллекта. Этих методов очень много, и большинство из них просты в применении. Многие знают, что такое таблицы Шульте и тренажер Келли. Это очень простые, и вместе с тем очень эффективные способы пробуждения спящего потенциала человеческого мозга, развития интеллекта и способности мыслить более эффективно. И вот однажды в поисках новых методик мне пришла в голову мысль: интересно, а как мыслят гении? И можно ли стать гениальным, если очень хотеть и много тренироваться?

Многие думают, что гением надо родиться, а если уж от природы нет таких способностей, то их и не получишь. В процессе своих исследований я пришел к выводу: это неправда!

Совершенно не обязательно рождаться гениальным.

Гениальности можно научиться.

К этому выводу я пришел, изучая характер мышления гениальных людей прошлого и настоящего. И обнаружил следующее: у каждого гения есть своя **система мышления**, в результате применения которой к нему и приходят гениальные мысли, прозрения и озарения. Эти гениальные мысли не просто падают с неба! Они – результат труда, а именно – следования определенному алгоритму мыслей и действий.

На первый взгляд может показаться, что это очень сложная задача – освоить способ мышления гениев. Одно дело – таблицы Шульте или любые другие упражнения на развитие интеллекта. Там все просто и понятно. Поначалу я задумался о том, не будет ли книга о способах мышления гениев слишком сложной. Многие думают, что в гениальности таится нечто непостижимое, загадочное, и даже мистическое. Да, у гениев действительно есть свои секреты. Но мои сомнения развеялись, когда я понял, что у каждого из этих секретов есть своя разгадка. Причем разгадка понятная, простая и, что главное, вполне доступная для применения каждым человеком в его реальной жизни.

Систему мышления любого гения, в самом деле, можно свести к простым принципам! То есть к вполне определенной последовательности мыслительных операций, приводящей к гениальному результату.

Причем применить на практике эту последовательность мыслительных операций может каждый человек. Это не

трудно! От вас требуется лишь немного времени и настойчивости.

Изучив и применив на практике принципы мышления гениев, каждый человек может начать мыслить гениально. Все, что для этого нужно, – ваше желание и тренировка.

Конечно, не каждый гений оставил после себя четкую выверенную систему, которой он следовал для достижения своих гениальных результатов. Но каждый из них учит нас своим примером. Следуя этому примеру, мы можем выявить определенные закономерности мышления гениального человека – то есть обнаружить, что система все же существует, даже если самим гением она не была четко сформулирована. Обнаружив такую систему и следуя ей, мы можем научиться мыслить, действовать и жить так, как делали это величайшие гении всех времен и народов.

Эта книга-тренинг, книга-самоучитель предлагает вам развить интеллект на примере выдающихся, гениальных людей разных времен и народов. Каждый из них гениален по-своему. У каждого свои принципы, секреты и методы мышления. Но все они достигали в своей жизни и деятельности гениальных результатов. Вы тоже сможете повторить их успех, если последуете их примеру.

Из систем мышления восьми представленных в книге гениальных людей вы можете выбрать те, которые вам ближе. Решите, у кого вам больше всего хотелось бы учиться – и

начните освоение материала с соответствующей главы.

Но еще лучше будет, если вы пройдете весь тренинг – то есть освоите систему мышления каждого из восьми гениев. Ведь каждый из них представляет особую грань гениальности. **Значит, пройдя курс обучения у каждого из них, вы станете обладателем многогранного интеллекта.**

Вы получите поистине всесторонне развитый разум, сможете одинаково эффективно пользоваться и логикой, и творческим интеллектом, освоите науку стратегического мышления и интуитивных прозрений. Каждый гений откроет вам свою тайну, и в результате вы сможете синтезировать все эти разные методы гениальности в единое целое, благодаря чему стать обладателем гармоничного, всесторонне развитого интеллекта и поистине феерических умственных способностей.

Для чего учиться у гениев

Может быть, вы задаете себе вопрос: а для чего мне развивать интеллект, для чего учиться у гениев?

Хотя бы для того, чтобы начать жить яркой, насыщенной, полноценной жизнью. Чтобы реализовать все то, что дала вам природа. А в чем еще смысл жизни? Не в том же, чтобы жить тускло и неинтересно, не хватая звезд с неба и используя едва ли десять процентов от своих реальных возможностей!

А ведь большинство людей используют даже меньше, чем десять процентов своего интеллектуального потенциала!

Гении – потому и гении, что их мозг работает гораздо продуктивнее. Потому они и оставляют яркий след в истории, и преуспевают во всем, за что берутся, и делают открытия, и блещут идеями, и осуществляют все свои мечты, то есть живут гораздо ярче, чем обычные люди.

Освоив серию уроков гениальности, вы сможете:

- ◆ добиться выдающихся успехов в той области, которой занимаетесь,
- ◆ осуществить заветные неосуществленные мечты,
- ◆ освоить новые знания и навыки, которые помогут вам и в жизни, и в работе,
- ◆ отлично ориентироваться во всем, что бы ни происхо-

дило вокруг вас, всегда видеть суть происходящего и благодаря этому действовать наилучшим образом,

- ◆ не позволять никому себя обманывать, вводить в заблуждение,

- ◆ находить и реализовывать идеи, которые помогут вам повысить качество вашей жизни,

- ◆ жить в достатке независимо от экономических кризисов и прочих внешних обстоятельств,

- ◆ безошибочно находить лучший выход из трудных ситуаций,

- ◆ легко общаться и находить взаимопонимание с самыми разными людьми,

- ◆ забыть о том, что значит скука, – ведь для человека с развитым интеллектом это понятие незнакомо, он всегда найдет себе интересное занятие.

Как получить от книги максимум пользы

Обратите внимание: эта книга имеет практическую направленность. Она не просто рассказывает о гениях и их системах мышления – хотя вы найдете в книге и познавательную информацию, и теоретический материал. Но главное – вы найдете здесь **упражнения**, которые при их последовательном и регулярном выполнении помогут вам на практике освоить способы мышления, применяемые гением. Каждое упражнение имеет и самостоятельное значение как один из методов развития интеллекта.

Вы можете начать работу с любой из восьми глав, но выполняйте упражнения именно в той последовательности, в какой они даны в главе. И не забывайте параллельно усваивать данный в каждой главе теоретический материал.

Не спешите: если что-то не сразу будет понятно – перечитайте еще раз, и лишь затем переходите к практике.

Первые результаты вы увидите сразу: вы начнете мыслить более широко, вам откроются новые перспективы, вы увидите перед собой новые возможности жить более ярко, насыщенно, достигать успеха и быть счастливым.

Закончив работу по книге, не откладывайте ее далеко.

Чтобы поддерживать интеллект в тонусе, надо и после прочтения ежедневно выполнять хотя бы одно-два упражнения. А главное – обязательно применяйте полученные знания и навыки на практике, в своей обычной жизни. Решайте жизненные задачи так, как это делают гении!

Не ждите удобного случая – начинайте сразу же, как только приступите к работе по книге. Осваивая какой-то из предложенных в упражнении приемов, тут же применяйте его в реальных жизненных обстоятельствах. Только тогда прочитанное и изученное перестанет быть сухой теорией и станет вашей новой реальностью.



Глава 1

Платон: постижение сути вещей

Знаменитый мудрец античности Факты биографии

Древнегреческий философ Платон родился в 428-м или 427 году до нашей эры в Афинах. Родом он был из аристократической семьи. Уже в юности проявились его незаурядные способности в поэзии, литературе. Сначала он собирался даже посвятить жизнь стихосложению, но, став учеником Сократа, отказался от этой идеи и всю жизнь служил философской науке.

После смерти Сократа Платон покинул Афины и около десяти лет странствовал. Он побывал в Египте, Италии, на Сицилии. Изучение древних цивилизаций, общение с современными ему учеными, математиками, астрономами и философами, в частности, пифагорейской школы, очень обогатило его мировосприятие, дало знания, которые он впоследствии развил в своих работах. Пребывание на Сицилии закончилось для Платона печально: оказавшись в немилости у царствующего там тирана Дионисия, он был продан в рабство. Но, к счастью, вскоре был выкуплен друзьями, после

чего вернулся в Афины.

Примерно в возрасте сорока лет Платон основал в Афинах свою Академию, где преподавал до конца жизни. У него было множество учеников, но жил он очень уединенно. Прожил Платон 80 лет, до конца жизни сохраняя всю мощь своего недюжинного интеллекта.

Важнейшие достижения

Всю жизнь Платон занимался литературной деятельностью, излагая свои философские взгляды. Будучи учеником Сократа, он записывал диалоги с ним – сам Сократ, как известно, не оставил после себя никаких трудов. Учение Платона во многом основывается на его беседах с Сократом, но знания, унаследованные от Сократа, он развил и обогатил своим собственным пониманием, а по многим вопросам пришел к совершенно иным выводам.

Кроме бесед с Сократом, Платон оставил труды, где разрабатываются идеи об общественном и государственном устройстве, излагается учение о мире идей («эйдосов») как источнике всего сущего, и главное наследие Платона – его диалектика, метод познания чистой истины, освобожденной от субъективного человеческого восприятия.

Академия – философская школа, созданная Платоном, просуществовала около тысячи лет.

Наследие Платона оказало огромное воздействие на развитие философской мысли в более поздние эпохи. До сих пор его идеи привлекают последователей, помогают людям в познании мира и себя, а ведь прошло уже 25 веков! Только поистине великий мыслитель может через такой гигантский срок все еще оставаться в памяти потомков.

Основы мировоззрения

Из трудов Платона мы можем понять, что он считал наш мир двойственным: в нем присутствует *мир идей* и *мир вещей*. Все материальные вещи произошли именно из мира идей. Идея – это суть каждой вещи.

Нам известна фраза: «В начале было Слово» – но можно сказать и так: «Вначале была Идея», таким образом передав суть философии Платона.

Причем лишь мир идей по Платону является подлинным, а мир вещей – это лишь *отражение, тень*, которую отбрасывают идеи в материальный мир. Чтобы лучше объяснить это, Платон прибегает к такому символу: люди, живущие в материальном мире, словно сидят в пещере, они не видят того, что происходит снаружи, и видят лишь стенки пещеры. Солнечный свет, пробивающийся в пещеру, создает тени на стенках – эти тени люди считают настоящими предметами, не замечая их иллюзорную природу.

Солнце в этой метафоре символизирует некое высшее Благо, абсолютную Красоту, или Творца, который стоит в центре вселенной и представляет собой начало всех начал. А человеческая душа непосредственно связана с Творцом, она вечна, бессмертна, и в ней заложено подлинное знание о мире: те идеи, которые лежат в его основе, известны нашей душе. Нам не нужно их узнавать, нам нужно лишь их вспом-

нить.

Платон призывает постигать идеи – изначальную суть предметов, а не их «отражения на стенках» нашего восприятия, а также стремиться к Благу и Красоте для постижения истины, обретения мудрости, справедливости и совершенства.

Практикум

Уроки Платона

Платон оставил нам очень важные уроки, которые даже сейчас, по прошествии двадцати пяти веков, могут помочь нам в тренировке интеллекта, а главное – в способности постигать суть вещей, видеть истину о происходящем в мире, приходить к самым правильным выводам и наилучшим решениям во всем, чего бы это ни касалось.

Вот **основные принципы** мышления, которые мы можем позаимствовать у Платона:

- ◆ Чтобы узнать истину, обратиться к самому себе.
- ◆ Различай рассудок и разум.
- ◆ Истина рождается в споре: рассмотри все с разных точек зрения.

◆ Применяй метод индукции: иди от частного к общему.

Применяя принципы мышления Платона, вы сможете увидеть скрытые от вас прежде закономерности мироустройства, разобраться во множестве непонятных вещей и проблем, отточить свой логический ум, получить ключи к решению запутанных ситуаций, а также лучше узнать себя и свои возможности, обрести дар интуитивных прозрений – познания истины, минуя чувственный опыт.

Первый принцип

Чтобы узнать истину, обратись к самому себе

Согласно Платону, все знания уже есть у нас внутри, в душе. Это знания в чистом виде, не искаженные нашим чувственным восприятием. Душа тесно связана с Богом, а Богу известна истина.

В переводе на современный язык это может звучать так: возможности человеческого интеллекта безграничны, в нем изначально заложено все знание о человеке и о мире. Но люди не всегда имеют доступ к этому знанию, ведь оно заложено в *бессознательной части интеллекта*. И все же мы можем наладить с ним контакт. Для этого надо научиться, во-первых, доверять себе и возможностям своего интеллекта, и во-вторых, обращаться к этому своему внутреннему знанию, чтобы черпать там ответы на все свои вопросы.

Большинство людей привыкли искать ответы на свои вопросы из внешних источников. Не догадываясь, что их душа – источник высшей мудрости и знаний. И что в поисках ответов надо обращаться прежде всего к себе.

Но для этого надо сначала лучше узнать самого себя – постичь свои собственные глубины. Не искать ответов в своем обыденном опыте, в привычном окружающем мире. А усво-

ить сначала, что в вас, кроме обыденного, будничного, скрыто еще и нечто высшее, Божественное. Вы связаны с тем Благом, высшей Красотой и Мудростью, с тем Солнцем вселенной, которое хранит тайны всего сущего. И в этот тайник вы можете заглядывать всегда, когда вам необходимо узнать правду и истину, найти ответы на свои вопросы.

Упражнение

«За стенами пещеры»

Для самопознания возьмем за основу самую известную метафору принадлежащую Платону: люди сидят в пещере и видят лишь тени на ее стенах, принимая их за подлинную реальность. Тогда как подлинная реальность – за стенами пещеры: там – Солнце, которое проецирует на стены пещеры только отпечатки подлинной реальности.

Но люди не знают, что отблеск этого Солнца есть в душе каждого из них. Душа связана с Солнцем – Божественным началом вселенной. Значит, каждый человек светом своего сердца может развеять тень и увидеть, что скрывается за ней на самом деле.

Закройте глаза и представьте, что вы – один из людей, сидящих в пещере. Но вы, в отличие от остальных, начинаете подозревать, что тени на стенах пещеры – не есть реальность. Вы встаете и выходите из пещеры. Яркий солнечный свет заливает вас. Этот свет загорается у вас в душе. Вы оглядываете

тес по сторонам и видите, что никаких теней нет. Мир залит светом. Это свет истины, в котором вы можете ясно видеть все происходящее как оно есть, безо всяких искажений.

Скажите себе: «Я доверяю свету истины. Теперь я вижу все как есть».

Скажите, когда вам нужно получить ответ на какой-то вопрос, где вы ищете его? Скорее всего во внешних источниках, не так ли? Вы расспрашиваете других людей или просто руководствуетесь их примером, вы опираетесь на чей-то чужой опыт, спрашиваете совета и рекомендаций, или ищете ответы в книгах, в Интернете.

Так поступает большинство людей. Но ведь советы, которые подходят другим, могут совершенно не подходить вам! К тому же помните, что большинство людей не видят всей истины. Они видят лишь «тени на стенах пещеры» – то есть лишь отражение реальности, какой она предстает в их восприятии. Человеческое восприятие может очень сильно искажать истину. Каждый воспринимает сквозь призму своего опыта, своих собственных эмоций. То, «как оно есть на самом деле», никто вам не объяснит. Но ваша душа, или ваша внутренняя мудрость – называть можно по-разному – знает это.

Платон говорит, что все знание уже дано нам изначально. И чтобы узнать истину, нам нужно лишь ее припомнить.

Припоминание – это и есть по Платону лучший

способ познания.

А для этого нам надо научиться для начала хотя бы обращаться к самим себе, к своему внутреннему источнику света. Да, это метафора, но с ее помощью мы можем вступать в контакт со своим бессознательным интеллектом.

Упражнение

«Обращение к внутреннему источнику света»

Закройте глаза и просто направьте внимание внутрь себя. У большинства людей есть привычка постоянно пребывать не внутри себя, а снаружи, то есть направлять внимание на что угодно, только не на себя.

Направить внимание внутрь себя – это вовсе не означает замкнуться и отказаться от контакта с миром. Вы можете мысленно находиться внутри себя, и при этом быть открытым миру. Просто представьте, что вы изнутри наблюдаете за происходящим снаружи. Ваш взгляд будет более чистым, незамутненным. Вы начнете более ясно видеть суть происходящего.

Направив внимание внутрь себя, представьте, что у вас внутри есть Божественный свет – свет истины. Можно представить, что вы как бы ныряете вглубь себя и видите там источник света. Мысленно соединитесь с ним. Представьте,

что свет очищает ваши глаза и дает вам способность видеть истину.

Учитесь доверять себе, своей душе, находиться внутри себя – в том внутреннем пространстве, которое ассоциируется у вас с душой, с вашим внутренним миром. Постепенно вы научитесь обращаться прежде всего к самому себе за всеми нужными вам ответами. Так вы обретете внутреннюю мудрость – источник всех необходимых вам знаний. Или, по Платону, проникнете в тот **изначальный мир чистых идей**, которые лежат в основе всего сущего.

Упражнение

«Обращение к внутренней мудрости»

Вы можете задавать вопросы вашей внутренней мудрости. Подумайте, что вы хотели бы узнать. Если не знаете, о чем спрашивать, можете спросить: «Что мне сейчас нужно узнать?»

Сформулировав вопрос, представьте, что у вас нет никакого опыта, который мог бы подсказать вам ответ. Внутренняя мудрость выводит свой ответ не из вашего опыта, не из вашего **субъективного** восприятия. Она выводит свой ответ из **объективного** знания истинного положения дел.

Представьте, что ваше сознание – чистый лист бумаги, на котором вы пишете свой вопрос – обращение к внутренней

мудрости.

Затем направьте внимание внутрь себя, представьте, что вы ныряете – и соединяетесь со светом истины внутри себя. Начинайте фиксировать те мысли, которые будут приходить вам в голову. Лучше всего эти мысли сразу записывать. Пишите даже то, что на первый взгляд не имеет отношения к вашему вопросу.

Затем внимательно все перечитайте. Подчеркните то, что имеет хотя бы отдаленное или косвенное отношение к вашему вопросу. Поразмышляйте над этим, стараясь сохранять ощущение, что ваше сознание – белый лист бумаги, вы ничего не знаете о вопросе, не сталкивались с подобным на опыте.

Записывайте те итоги своих размышлений, которые кажутся вам наиболее ценными. Снова размышляйте, пока не почувствуете, что пришли к верному ответу. Когда это произойдет, вы можете испытать нечто вроде озарения, когда все ваше существо с восторгом откликнется на то, что вы только что поняли.

Второй принцип

Различай рассудок и разум

Главное достижение Платона – это его **диалектический метод**.

Слово «диалектика» – греческое, оно означает искусство спорить, вести рассуждения.

Диалектика в понимании Платона – это искусство размышлений ведущих от противоречивых/ спорных, субъективных мнений и представлений о мире и его проявлениях к объективному, чистому знанию, к точному пониманию высшей сути вещей.

С чем мы сталкиваемся в поведении людей чаще всего? С действиями, поступками, которые стали следствием неких индивидуальных представлений о мире, о том, что хорошо, а что плохо, что правильно, а что неправильно. Но ведь у каждого человека свой собственный опыт, свои эмоции и чувства, свое восприятие происходящего. Человек действует, исходя из своего восприятия. А это восприятие чаще всего искаженное. Вот почему «на выходе» мы часто получаем не то, что хотели. Мы вкладываем в свой поступок один смысл, а он оказывается другим. Мы исходим из своего понимания происходящего, а другие люди воспринимают это иначе, и вот вместо благополучного разрешения ситуации возникают конфликты и неприятности.

У каждого человека свое мнение – но это лишь его субъективное мнение. Каждый исходит из своего субъективного мнения, не понимая, что оно – далеко не вся истина. А если не руководствуешься полной истиной, то не придешь к положительному результату.

Но где же она, эта объективная истина, и как ее постичь?

По Платону, эта истина лежит вне нашего обыденного рассудка. Он различает *рассудок* — и *разум*. Рассудок кру-

тится вокруг да около будничного восприятия вещей, запутывается в эмоциях и субъективных мнениях. Разум же способен подняться выше – к постижению объективной истины, которая заложена в свете Божественного солнца.

Путь к этой истине бывает непрост – мы запутываемся в противоречивых мнениях, в сомнениях и эмоциях. Но разум способен постепенно отчистить нашу мысль от всех этих наслоений. Разум способен вывести нас из сетей обыденного субъективного восприятия и привести к высшему пониманию истины обо всем, что нас интересует.

Диалектика Платона прокладывает путь нашему разуму к такому чистому пониманию истины.

Упражнение

«Рассудок и разум»

Представьте себе, что у вас есть рассудок – и разум. Рассудок всегда руководствуется либо собственным опытом и чувствами, либо мнениями других людей. Разум же способен увидеть более широкую картину происходящего и прийти к объективной истине.

Вы можете подняться от рассудка к разуму, чтобы расширить свое представление о мире.

Рассматривая реальность с точки зрения рассудка, мы судим с позиций материального мира, который, по Платону, не есть истинный мир. Когда же вступает в действие разум,

то мы начинаем судить обо всем с точки зрения высшей истины. То есть рассматриваем любую ситуацию с позиций высшего Блага, Бога, Творца вселенной. Говоря современным языком, с позиций той истины, которую содержит наш бессознательный интеллект, и который по своим возможностям значительно превосходит интеллект сознательный. Бессознательный интеллект знает, что для нас является благом, а что – нет. Если мы судим с позиций разума, то стремимся к высшему благу и делаем то, что служит этому благу.

Подумайте о том, что вы делали сегодня в течение дня. Рассмотрите это с точки зрения рассудка. В чем польза и смысл сделанного? Теперь рассмотрите с точки зрения разума. Служит ли сделанное высшему благу?

Попробуйте ответить себе на эти вопросы с максимальной честностью.

Рассудок оперирует только нашими собственными мнениями и впечатлениями. Разум же оперирует объективными истинами.

В нашей реальной жизни мы не всегда отличаем одно от другого. Иногда собственное суждение принимаем за факт. Очень важно вовремя разобраться в этом и понять, где факты, а где лишь наши представления о реальности. Если мы этого не сделаем, все наши суждения будут искажать реальность. А значит, мы будем делать неверные выводы и принимать неправильные решения.

Упражнение

«Отличай факты от суждений»

Возьмите лист бумаги и запишите какую-то из ваших целей – все что угодно, чего вы хотели бы достичь, о чем мечтаете, что желаете сделать или получить в ближайшее время.

Ответьте на вопрос: «Почему я хочу это сделать?» Запишите не менее десяти ответов. Затем задайте вопрос: «Что я получу в итоге?» и тоже запишите не менее десяти ответов.

Перечитайте и по каждому пункту ответьте на вопрос: «Это объективная истина или просто мое мнение?» Не спешите, подумайте хорошенько. Если не знаете, как ответить, задайте себе еще один вопрос: «Другие люди считают так же?» Если вы имеете дело с объективной истиной, то разногласий ни с кем не возникнет. Если же вы высказали лишь свое мнение, суждение, а не истину, то другие люди могут считать иначе.

Например, вы хотите устроиться на новую работу и отвечаете: «Там я буду получать большую зарплату». Вы уверены, что это истина, а не ваше субъективное представление? Да, возможно, кто-то там получает большую зарплату, но не факт, что вы тоже будете ее получать. Или вы хотите поменять мебель, потому что старая – некрасивая. Но, возможно, кому-то другому она кажется красивой, так что и такой ответ нельзя считать истиной. А вот если вы ответите, что мебель

развалилась, пришла в негодность — это факт, с которым никто не поспорит.

Проделав такую работу, вы будете гораздо больше знать о своей цели, способах ее достижения и последствиях. А главное — вы сможете опираться на факты, которые всегда являются более надежным ориентиром, чем мнения и суждения.

Третий принцип

Истина рождается в споре: рассмотри все с разных точек зрения

Не случайно все труды Платона написаны в форме **диалогов**. В них сталкиваются разные точки зрения. В том числе и субъективные, основанные на личном опыте и прошлых переживаниях. Задача состоит не в том, чтобы отрицать доводы рассудка. А также не в том, чтобы отрицать чужие точки зрения и настаивать на своей. Задача в том, чтобы рассмотреть все точки зрения и выявить те крупинки истины, которые заложены в каждой из них.

Вы можете вести диалог с самим собой. Главное — рассмотреть каждый интересующий вас вопрос всесторонне. Так вы избежите однобокости и ограниченности мышления.

Упражнение

«Метод диалога»

У вас наверняка есть какое-то желание, или цель, по поводу которой вы испытываете сомнения. Вы не знаете, имеет ли смысл за это браться, получится ли у вас, и действительно ли вам это нужно.

Возьмите бумагу, ручку и кратко запишите вашу цель. Масштаб цели не важен – это может быть как судьбоносный вопрос о выборе профессии или спутника жизни, так и бытовые мелочи типа ремонта в доме или покупки новой мебели.

Затем письменно ответьте на вопрос: «Что хорошего я получу в результате?» Перечислите как можно больше пунктов – все плюсы, какие придут в голову.

Затем включите внутреннего критика, или представьте, что вошли в роль человека, который готов раскритиковать все ваши начинания. И запишите все минусы, какие придут в голову, или ответы на вопрос: «Почему этого делать не надо?»

Перечитайте все плюсы и минусы. Подсчитайте, каких больше.

Чтобы прийти к еще более точному решению, выпишите первый пункт из списка плюсов и задайте себе вопрос: «Зачем мне это нужно?» Напишите как можно больше ответов. В итоге вы сможете либо убедиться, что вам это действительно

но нужно, либо усомниться в необходимости желаемого, либо даже понять, что в самом деле оно вам не нужно. Точно так же проработайте все пункты из списка плюсов.

Затем выписывайте поочередно все пункты из списка минусов и письменно отвечайте на вопрос: «Что в этом плохого?» В итоге вы можете либо убедиться в том, что вам это действительно не нужно, либо понять, что ваши опасения напрасны и ничего плохого в вашем решении нет.

Согласно методу Платона, в диалоге желательно рассмотреть все возможные последствия каждого вашего решения, как положительные, так и отрицательные. Таким образом можно проверять на истинность и соответствие высшему благу любой свой выбор.

Упражнение

«Оценка последствий»

Выпишите первый пункт из списка плюсов, который вы составили, выполняя предыдущее упражнение, и задайте себе вопросы: «Что я

от этого получу?» и «Что будет дальше?» Последовательно ответьте на эти вопросы. Если вы пришли к тому, что в итоге получите однозначное благо для себя, то поставьте рядом с этим пунктом жирный плюс. Если итогом не является благо, вычеркните этот пункт.

Затем поочередно проработайте все пункты, соответствующие минусам. Здесь отвечайте для себя на вопросы: «Что я от этого потеряю?» и «Что будет дальше?» Задавайте эти вопросы до тех пор, пока не получите четкие однозначные ответы. Например: «Если я буду делать ремонт, то очень устану. Что я от этого потеряю? Время и силы. Что будет дальше? Восстановлюсь, отдохну». Таким образом минус может обернуться плюсом. В таком случае вычеркните его. Если же вы убедитесь, что в самом деле ничего хорошего в итоге не получите, ставьте рядом жирный минус.

Теперь посмотрите, сколько у вас жирных плюсов и минусов. Это и есть главные доводы «за» и «против».

Устройте мысленный диалог, где схлестнутся эти доводы. Задайтесь целью выявить, насколько реальны и важны для вас позитивные последствия, и насколько неотвратимы негативные последствия. В итоге вы должны прийти к выводу: чего больше в последствиях вашего решения – блага, или того, что противоположно благу. После этого вам будет гораздо легче принять решение.

Четвертый принцип

Применяй метод индукции: иди от частного к общему

Платон считает, что наилучший способ познания сути вещей – это идти **от частного к общему**. Такой метод назы-

вается **индукцией** (в противоположность дедукции – методу расследования от общего к частному).

Когда мы рассматриваем лишь частное проявление того или иного объекта – мы не видим его *высшего смысла*. А по Платону, мы должны в каждой своей мысли и действии стремиться к познанию высшего смысла. Только так мы познаем истинную суть вещей.

Упражнение

«Познание сути вещей от частного к общему»

Оглянитесь по сторонам и, не задумываясь, назовите то, что видите вокруг себя, просто перечислите предметы: окно, шторы, стол, диван, и т. д.

Сейчас вы включили свой рассудок. Он назвал то, что ему уже хорошо известно. Он просто руководствуется наличествующим у него опытом.

Рассудок может вам сказать, что в окружающей обстановке вам что-то нравится, а что-то не нравится. Это – субъективное восприятие,

и, вполне возможно, оно не имеет отношения к объективной истине.

Теперь представьте, что вы словно бы поднимаетесь вверх на воображаемом лифте, чтобы взглянуть на более широкую картину. Что вы видите? Комнату, жилище. Это уже более

широкий взгляд на реальность, хотя все еще работа рассудка, а не разума.

Теперь представьте, что вы не просто поднимаетесь выше, но выходите за пределы вашего опыта, вашего чувственного восприятия. Теперь вы должны ответить не на вопрос, что вы видите, а на вопрос, что означает жилище. В чем его суть?

Укрытие от непогоды, тепло, место обитания.

То, что позволяет вам выжить.

То, что дано вам как благо.

Так вы уже приблизились к истинной сути явления. Вы определили, что все окружающее вас есть благо.

По Платону, сам Бог – это Благо. Мы должны стремиться ввысь, к Благу, и тогда все в нашей жизни будет благополучно.

А разум (не рассудок) всегда безошибочно подскажет нам, что есть благо, а что нет.



Глава 2

Леонардо да Винчи: искусство опережения времени

Величайший гений Ренессанса

Факты биографии

Леонардо да Винчи родился 15 апреля 1452 года. Он был внебрачным сыном простой крестьянки, которая родила его от преуспевающего нотариуса из Флоренции Пьеро да Винчи. Его отец женился на богатой и знатной девушке, но брак оказался бездетным. По этой причине он решил отобрать Леонардо у матери.

С пяти лет мальчик воспитывался в доме деда, также нотариуса, во Флоренции. Но незаконнорожденный ребенок не мог унаследовать дело отца и деда, а потому, когда Леонардо исполнилось четырнадцать лет, его определили учеником в мастерскую скульптора и живописца Андреа дель Верроккьо, где он провел шесть лет, в течение которых раскрылись и расцвели его многочисленные таланты. По его работам было очевидно, что ученик намного превзошел учителя. Уже в возрасте двадцати с небольшим лет он становится выдаю-

щимся живописцем и получает множество заказов.

Его слава распространилась широко, и в 1482 году Леонардо получил приглашение перебраться в Милан от правителя города Лодовико Моро Сфорца. Там он становится придворным художником, и инженером, и архитектором, и гидротехником, а в свободное время углубленно изучает анатомию и астрономию, геометрию и аэродинамику, а также посвящает время изобретательству.

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.