

Александр Кирюшкин

Компас Роста

Надёжное освоение потенциала

Москва, 2025

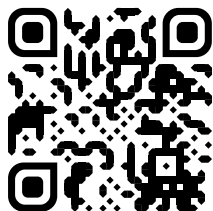


Перед вами не просто методика курса, а реальное решение ваших проблем. Этот курс для тех, кто устал от бесконечной борьбы с самим собой, с вызовами судьбы и обстоятельствами, с людьми и их поведением, кто знает, что что-то не так, но боится признать это вслух. «Компас Роста» – это путь, который вы пройдёте шаг за шагом, от осознания своих сложностей до их преодоления. Я не обещаю вам лёгких путей – перемены требуют честности с собой и решительных действий. Но вы будете не одни. Эта методика также заменит вам кабинет психолога: под руководством специалистов «Компаса Роста» вы научитесь видеть суть проблемы, находить ресурсы и, главное, изменять свою жизнь так, чтобы вы наконец смогли почувствовать в полной мере свободу, радость и счастье.

Убедительно рекомендую проходить этот путь со мной или специалистами из проекта «Компас Роста». Самостоятельное прохождение может оказаться не только малоэффективным, но и нанести вред в связи с тем, что суть проблемы кроется, как правило, в восприятии человека.

После прохождения I этапа вам необходимо посетить бесплатную онлайн консультацию, для того чтобы не оставаться наедине со своими переживаниями и вопросами.

На этой онлайн консультации
вы так же можете записаться на курс



KompasRosta.ru

1 ЧАСТЬ.

ОСОЗНАНИЕ ПРОБЛЕМ

Под подчёркнутым словом «проблема» подразумевается именно ваша ситуация.

I этап – это смена вектора взглядов на проблему. В нём вы полностью признаёте и принимаете составляющую сторону своей проблемы: психическую.

Нужно признать отсутствие ресурса перед решением проблемы. Может возникнуть вопрос: что это за «отсутствие ресурса»? Лучшее объяснение, которое есть, звучит таким образом: признайте, что у вас отсутствует ресурс, необходимый для решения проблемы, и когда вы самостоятельно пытаетесь её решить, то ничего не выходит. Это несложно, но, как показывает опыт, этого явно недостаточно. Признание проблемы происходит через осознание отсутствия ресурса, необходимо перестать решать проблему самостоятельно – делать то, что и так всегда делали. Это не решает проблему, ведь если бы решало, то она была бы решена.

Первым шагом к переменам является полное осознание того, что проблема есть. Нужно полностью отказаться от заблуждения, что вы можете решить её самостоятельно.

Мы предлагаем вам честно ответить себе на вопрос: проблема есть или нет?

Для того чтобы продвинуться дальше, вам необходимо признать первый факт:

я полностью признаю, что проблема есть!

Почему важно признать этот факт? Из вышеизложенного понятно, что проблема есть, как и главный симптом – важный признак этой проблемы: недостаток ресурса для её решения! Ведь если бы был ресурс и опыт для решения данной проблемы, то она либо не появилась бы, либо была бы решена! То есть нет достаточного количества ресурса осуществить своё же решение, самостоятельно разобраться с проблемой. Другие свои проблемы вы, возможно, имеете ресурс решить, а в отношении этого вопроса ресурса недостаточно. Это происходит с вами потому, что у вас мышление человека, зависящего от своих чувств и обстоятельств касательно данной проблемы.

Второй факт, который необходимо признать:

я признаю, что у меня нет ресурса для решения данной проблемы.

Люди ищут этой идее оправдание, пытаются экспериментировать, безумно, без всяких на то оснований и вопреки опыту, в очередной раз надеются проконтролировать и исправить ситуацию своими силами или осознанно совершают опрометчивые поступки, ведущие к усугублению проблемы, оправдывая свои действия страхом, виной, обидой, ревностью, раздражением, несправедливостью и т. д. Такой способ мышления и поведения определяется как «признак безвыходности положения».

Если вы признали, что у вас нет ресурса для решения данной проблемы, то это должно разрушить остатки ваших надежд на то, что вы справитесь с проблемой в одиночку.

Исходя из этого, вам необходимо принять следующее решение, которое является условием для прохождения данного курса:

самому мне не справиться, мне нужна помощь. Я решаю, что я готов довериться и проделать эту работу ответственно и полностью для достижения результата.

Ещё одна трудность может возникнуть в понимании и принятии отсутствия контроля над ситуацией в данной области вашей жизни. Лучшее объяснение, которое есть: признайте, что когда начинаете пытаться решать проблему, то вы уже не можете сохранить спокойствие и рационально управлять своей жизнью. Такого узкого и упрощённого понимания явно недостаточно.

Все сферы жизни тесно связаны и сильно влияют на ваш ресурс и возможности в целом. При отсутствии ресурса или его недостатке люди, как правило, не способны принимать взвешенные, разумные решения, что приводит к созданию или усугублению проблем.

Следующее очень важное решение можно принять с помощью составления небольшой таблицы ниже.

Это пример таблицы, и вам необходимо внимательно и честно выписать в правую колонку то, чего нет в вашей жизни, но вам хотелось бы в ней видеть, и то, что есть, но от этого стоило бы избавиться или изменить это. Не обязательно из перечисленного. Выписать нужно всё, касаясь всех сфер жизни, и достаточно подробно!

Составляющие жизни нормального человека	Мои «достижения» как управляющего
Работа, карьера, материальное благополучие	Нет работы, не хватает денег, трудности во взаимодействии и понимании на работе, сильная усталость, застрял на одном уровне работы и дохода, неинтересная работа и т. п.
Дом	Беспорядок, требуется ремонт, дела по дому откладываются и т. п.
Семья	Нет семьи, нет понимания и гармонии, не получается наладить взаимоотношения и т. п.
Друзья	Нет друзей, плохие отношения, не видите, нет общих интересов, ко мне плохо относятся, меня не понимают и т. п.
Отношения с родственниками	Отказались со мной общаться, мы как будто чужие люди, практически никогда или никогда не видимся и т. п.
Досуг, увлечения	Нет досуга, не знаю, чем заняться, недостаточно увлечений; нет досуга, где я теряю счёт времени и по-настоящему счастлив
Стабильное внутреннее состояние, уверенность в завтрашнем дне	Отчаяние, беспокойство, страхи, раздражение, неудовлетворённость, скука, тоска, депрессия, тревога, перепады настроения, переживаю за будущее и т. п.

Честно оценив результаты своего управления, будет легче признать свою несостоятельность как управляющего и принять следующее решение:

я решаю, что я плохо управляю своей жизнью.

То есть в каких-либо областях жизни у вас проблемы и нет достаточно ресурса, чтобы их решить (был бы ресурс – не создавали бы их или решили).

Ниже короткий список внутренних проблем, которые делают жизнь неконтролируемой.

Проблемы:

- *в отношениях с другими людьми;*
- *неумение контролировать свойственную вам эмоциональность;*
- *вы испытываете уныние, скуку или депрессию;*
- *вы не можете достаточно зарабатывать себе на жизнь;*
- *вы чувствуете себя никому не нужными;*
- *присутствует страх, тревога или беспокойство по какому-либо поводу;*
- *вы считаете, что вы несчастны или недостаточно счастливы;*
- *вы не в состоянии помочь себе и/или кому-либо;*
- *вам бывает одиноко;*
- *вы не уверены в будущем.*

Вам нужно задать себе вопрос: присутствует ли хоть что-то из этого в вашей жизни (возможно, есть что-то не из списка)? Если вы честны с собой, то ответ: «Да». Так откуда же взяться поводу считать, что вы можете и дальше руководить своей жизнью в надежде на хороший результат?

Есть решение ваших проблем, и что именно способно решить эти проблемы: очень важным будет открытие, что **раскрытие Силы** (об этой Силе мы расскажем далее подробнее) **посредством внутреннего развития (принятия помощи специалистов), новых убеждений (опыт – практика конкретных действий методики курса) и веры (состояние, духовный аспект жизни) решает все ваши проблемы.** С этих пор ваша жизнь может стать бесконечно более наполненной и более полезной, чем прежде. Нельзя сказать, что ваш прежний образ жизни был плохим, но, познакомившись с собой или узнав себя лучше, обретя Силу и устойчивое, ресурсное, состояние, вы не захотите возвращаться к прежнему образу мышления и поведения.

Раскрытие Силы – внутреннее развитие, новые убеждения и вера (т.е. усердная работа по методике курса со специалистом и дальнейшее его применение в жизни) – решит все ваши проблемы.

Все – это значит **ВСЕ**: проблему вашего внутреннего состояния, проблемы в отношениях с людьми, проблемы с работой, деньгами, сексом, друзьями, вредными привычками и т.д.

Дальше всё будет зависеть от того, насколько честно вы признаёте свои проблемы и будете проходить необходимые этапы развития и применять данную методику. Не меняются только те люди, кто органически (диагноз психиатра, при котором затрудняется восприятие реальности и информации) не способен быть честным с самим собой, но и такие люди могут быть способны к переменам за счёт данного курса при предварительном лечении у наших врачей-психиатров.

И ЕЩЁ РАЗ, ПОСКОЛЬКУ ЭТО ОЧЕНЬ ВАЖНО!!!

В НАШЕМ ИНСТИТУТЕ ЖИЗНИ ВСЕ ПРОБЛЕМЫ РЕШАЮТ С ПОМОЩЬЮ РАСКРЫТИЯ СИЛЫ (О НЕЙ БУДЕТ РАССКАЗАНО ДАЛЕЕ) – ВНУТРЕННЕГО РАЗВИТИЯ (ПРИНЯТИЯ ПОМОЩИ СПЕЦИАЛИСТОВ), НОВЫХ УБЕЖДЕНИЙ (ОПЫТ – ПРАКТИКА КОНКРЕТНЫХ ДЕЙСТВИЙ МЕТОДИКИ КУРСА) И ВЕРЫ (СОСТОЯНИЯ, ДУХОВНОГО АСПЕКТА ЖИЗНИ):

- *проблемы в семье – с помощью применения этой Силы и работы со специалистом по методике курса в семье;*
- *в бизнесе, с работой, с деньгами – с помощью применения этой Силы и работы со специалистом по методике курса в бизнесе, работе и нового отношения к деньгам;*
- *в отношениях с людьми применяем Силу благодаря работе со специалистом и опыту с курса в отношениях с людьми;*
- *трудности с досугом и увлечениями – за счёт работы со специалистом и применения полученных в методике курса взглядов и опыта относительно данного аспекта в жизни и развития Силы;*
- *проблему зависимости – путём работы со специалистом по освоению нового образа жизни, основанного на этой методике и обретения Силы и т. д.*

Стабильное внутреннее состояние, уверенность в завтрашнем дне придёт само, если будете применять в жизни данную методику курса и обретёте Силу.

Ещё раз коротко суть **1 части I этапа**

Факты и решения, которые необходимо признать и принять:

- 1. Я полностью признаю, что проблема есть!**
- 2. Я признаю, что у меня нет ресурса для решения данной проблемы.**
- 3. Я решаю, что готов принять помощь и сделать всё необходимое для достижения цели.**

4. Я плохо управляю своей жизнью (результаты из таблицы говорят о плохом управлении - есть проблемы: семья, работа, финансы, здоровье, отношения с людьми, внутреннее состояние и т. п.)

Рекомендации на основе пройденного материала для применения в дальнейшей жизни и успешного прохождения курса:

- a. Будьте честны перед собой.*
- b. Признавайте проблемы.*
- c. Смирите свою гордыню и признавайте отсутствие ресурса решить проблему.*
- d. Обращайтесь к специалисту за помощью, задавайте вопросы, практикуйте рекомендации.*
- e. Принимайте помощь.*
- f. Будьте готовы сделать всё необходимое для достижения цели.*

Я хочу поделиться с вами историей создания проекта "Компас Роста", опытом людей из проекта и основными ценностями, которые стали его основой.

Мы - «Компас Роста» – люди, которые чувствуют естественную потребность испытывать радость и удовлетворение от жизни. С детства нам говорили, что это состояние со временем угаснет. И действительно, взрослея, мы учились подстраиваться под правила мира, постепенно теряя чувство внутреннего счастья. На смену ему приходили вина, страх, раздражение, тревога, недовольство и жалость. Нам твердили, что так и устроена жизнь, и мы привыкли принимать это как норму.

Но жить, теряя радость и свободу, оказалось невозможным. Мы искали утешение во внешнем мире: удовольствия временно помогали, но вскоре всё возвращалось – раздражение, неудовлетворённость, недовольство другими людьми и их поступками. Мир казался серым, несправедливым. И несмотря на то, что мы жаждали свободы и счастья, мы чувствовали, что внутри себя зависим от внешних факторов. Это становилось ценой нашей радости.

Осознав это, мы решили найти другой путь и предлагаем вам сделать то же самое.

Взгляните на свой образ жизни со стороны, честно и без чужих суждений. Представьте, что это похоже на постепенное угасание себя день за днём, живя не той жизнью, которая вам действительно нужна.

Мы прошли через это и убедились: это не норма, это неестественно и нездорово. Мы знаем, что в глубине души каждый человек хочет жить свободно, радостно и счастливо. Кто-то осознаёт это, а кто-то скрывает, но желание быть по-настоящему счастливым свойственно всем.

Поэтому мы создали эту методику для вас. Мы объединили весь свой многолетний опыт и знания в уникальную методику и получили лицензию в Министерстве образования России.

В течение десяти лет мы прошли путь от преодоления своих внутренних проблем до оказания помощи большому количеству людей, за нашими плечами более 5000 часов индивидуальной и групповой терапевтической работы. Мы много учились, собирали знания и опыт со всего мира, чтобы создать по-настоящему уникальный курс. Его цель – помочь каждому научиться жить свободно и ощущать счастье каждый день.

Мы знаем, с чем вы пришли. Знайте, что вы точно в нужном месте. Желаем вам мужества, честности и терпения в этом, возможно, самом важном пути в вашей жизни!

Напоминаю: если вам тяжело, есть сопротивление или неприятные переживания, то вам необходимо это обсудить со специалистом на бесплатной онлайн консультации по окончании прохождения I этапа и составления таблицы из него.

Записаться на онлайн консультацию
можно на сайте:



KompasRosta.ru

2 ЧАСТЬ. ОБРЕТЕНИЕ ГОТОВНОСТИ

Дальнейшая работа абсолютно логически вытекает из предыдущей.

После проделанной работы уже совершенно очевидно, что **ваша беда не в самой проблеме, а в отсутствии ресурса:**

- *в отсутствии ресурса самостоятельно решить проблему;*
- *в отсутствии ресурса эффективно управлять своей жизнью и добиваться успеха.*

Итак, если проблема в недостатке ресурса, то вам нужно найти этот ресурс.

Вам нужно отказаться от всех прежних представлений о проблеме, о том, как её решить, от опыта, который вы имеете (т. к. мы с вами уже убедились, что этот опыт не работает – нет результата), ***и выразить готовность поверить в возможность найти в себе Силу и научиться ей следовать.***

Всего лишь готовность! Мы не требуем от вас слепой веры, мы говорим: будьте готовы поверить, что есть Сила, и сами убедитесь на опыте новой жизни. Она обнаружилась у каждого, кто честно начал жить, применяя рекомендации и методику курса. Понимание этой Силы не относится к категории ваших умственных представлений о ней. Это ваше внутреннее состояние и ощущение присутствия этой Силы в вашей жизни.

Для начала вам нужно всего лишь поверить в то, что эта Сила есть и начать искать Её (в медитации и при общении со специалистом вы также её испытаете, вам помогут). К убеждению в том, что это работает, вам необходимо прийти на опыте, практике. Мы предлагаем не слепо и тупо «верить». Мы предлагаем проверить на действиях и опыте! Вам будет необходимо **выработать** своё собственное представление о Силе. Выработать – это значит получить как результат работы (действий). *Вам необходимо подвергнуть испытанию своё мышление, в котором присутствовала идея Силы.* То есть совершать действия, заданные в методике курса, и получать опыт того, что эта Сила есть и того, как она работает в вашей жизни.

Люди, начинающие новую жизнь и познающие Силу, которая решит все проблемы в их жизни, как правило, **не всегда могут дать точное определение или до конца понять эту Силу.**

Любого вашего представления о Силе будет достаточно для начала работы. Вам предлагается, даже если вы ещё не чувствуете Силу (а скорее всего это так и есть), просто обращаться к Силе в медитации, **как будто бы она есть!** Даже такого представления будет достаточно. Эта идея бывает невероятной и удивительной для людей, кому сложно поверить, и они соглашаются попробовать, так как видят в себе *признак безвыходности положения* решить проблемы, о котором мы говорили ранее.

Для того чтобы у вас появилось ощущение Силы, вам нужно предпринять **простые действия методики курса.**

Условия, которые встают перед теми, кто ищет Силу, не очень сложные. Вам нужно для начала принять Факты и Решения этого этапа.

Если вы не готовы принимать Факты и Решения, то можете пожить прежней жизнью. И **тогда вы обязательно будете**

получать то же самое, что и всегда, и ваши проблемы в очередной раз убедят вас в отсутствии ресурса. В этом смысле проблемы обладают большей силой убеждения!

Для того чтобы принять дальнейшие Факты и Решения **2 части I этапа**, вам нужно честно ответить самим себе на вопросы:

Существует ли Сила или её нет?

Что термин «Сила» значит для меня?

Верю ли я или готов ли я поверить, что существует Сила, более могущественная, чем всё, чем я обладаю?

В курсе приведены факты, которые могут помочь прийти к готовности поверить в существование Силы. Почему вам необходимо поверить в эту Силу? Вот причины:

1. Наука и сегодня до конца не может объяснить то, что лежит в основе материального мира. Известно только, что даже в основе атома лежит энергия ($E=mc^2$, то есть материя есть энергия? Энергия чего? Духа?).

И вся материя во вселенной устроена и функционирует по строго установленным непостижимым сверхразумным законам. Есть взгляд, что в основе своей Сила есть любовь, а в мире она проявляется гармонией и красотой. Вот почему так завораживают картины природы.

Человек не может жить без веры. И если он не верит, то он начинает верить в свою способность руководить своей жизнью. Агностики и атеисты предпочитают верить, что их разум является альфой и омегой всего сущего и опираться нужно только на него и собственные мысли. Но, как мы выяснили ранее, их подход не подходит для решения ваших проблем. Чтобы отказаться от этой идеи и представлений, достаточно честно взглянуть на результаты

такой жизни. Как это для вас сработало? Проблемы на работе и/или в семье и/или с друзьями и/или с родными и/или с деньгами и/или со здоровьем, нет или недостаточно радости, нет или недостаточно счастья и т. д. А что есть? Упадок ресурса.

2. Вера даёт смысл и цель в жизни людям, и они демонстрируют высокий уровень стабильности, счастья и благополучия, который совсем не помешал бы и вам.

3. Те люди, которые *решили жить с верой в Силу, определили своё отношение к ней и научились делать некоторые простые вещи*, которым учит этот курс, а также:

- *искренне стали следовать некоторым простым правилам (принципам);*
- *усвоили новый образ жизни и мышления;*
- *обрели цель в жизни, решили все свои проблемы и пришли к осознанию присутствия Силы в своей жизни.*

И, конечно, очень убедителен пример вашего живого специалиста-наставника, сидящего напротив вас и утверждающего, что эта Сила существует и прийти к её осознанию не очень сложно. И тогда вы принимаете следующее решение:

я готов поверить, что существует Сила, более могущественная, чем всё, чем я обладаю, которая может избавить меня от проблем и подарить веру (состояние).

Простая готовность поверить в существование Силы – это и есть духовная основа новой жизни. Эта готовность необходима **для установления первых сознательных контактов с Ней**. Исходя из этого решения, вам необходимо

установить контакт с Ней и применять в своей жизни новые, духовные принципы, тогда на опыте придут вера и убеждение. Это курс действий (применения новых принципов) и получения нового опыта. Исходя из этого, вы принимаете следующее решение:

я готов вступить с Ней в контакт.

Главное, чтобы вы обращались к Ней, даже исходя из простого допущения, как будто бы Она есть!

С простой готовности поверить в Силу **начинается духовное развитие**. Дальнейшее духовное развитие будет происходить за счёт усвоения и применения новых принципов жизни в последующих этапах курса. Духовное развитие происходит благодаря тому, что *Вами будут приняты те вещи (принципы), которые вы раньше не делали или даже считали для себя откровенно неприемлемыми* (например, признавать свои ошибки, извиняться, возмещать причинённый кому-либо вред, поступать честно и т. д. – всё это, весь внутренний мир разбирается на курсе).

Теперь вам необходимо сделать ещё одно действие 2 части I этапа – принять важное решение:

готов ли я проверить Её существование на своём личном опыте?

Подвергнуть испытанию своё новое мышление, в котором присутствует идея Силы? То есть применить новые принципы жизни, которые на опыте результатов приведут вас к убеждению, что при совершении определённых простых действий эта Сила работает в жизни любого человека.

Любая хорошая идея не только предполагает проверку на опыте, но и напрямую ведёт к нему, из чего вытекает следующее решение:

я готов убедиться в Её существовании на собственном опыте, применяя рекомендации в жизни.

Итак, у вас скорее всего есть **вопрос**: как мне понять, начала действовать или нет эта Сила в моей жизни? **Ответ**: путём усвоения опыта в этапах курса и применения новых принципов (законов вашей Силы) в своей жизни.

Остаётся ответить на **вопрос: где я найду эту Силу? Ответ: в глубине души** каждого мужчины, каждой женщины и каждого ребёнка живёт основополагающая идея Силы, в той или иной форме она есть всегда. **В глубине души** вы обнаружите Великую Реальность! В конечном счёте, только **там** можно Её найти.

Силу можно найти только в глубине души, изменяя свою жизнь по новым принципам. Делайте как должно (поможем узнать как) и станьте собой!

ЕЩЁ РАЗ КОРОТКО СУТЬ ПРОЙДЕННОГО МАТЕРИАЛА

Решения **2 части I этапа**:

- 1. Я готов поверить, что существует Сила, более могущественная, чем всё, чем я обладаю, которая может избавить меня от проблем и подарить веру (состояние).**
- 2. Я готов вступить с Ней в контакт.**
- 3. Я готов убедиться в Её существовании на собственном опыте своей жизни путём прохождения этапов курса и применения рекомендаций в жизни.**

Рекомендации **2 части I этапа** для использования в дальнейшей жизни:

1. Верьте в возможность существования Силы, будьте готовы вступать и вступайте с Ней в контакт.

2. Убедитесь в её существовании путём прохождения этапов и применения новых принципов в своей жизни.

Напоминаю: если вам тяжело, есть сопротивление или неприятные переживания, то вам необходимо это обсудить со специалистом на бесплатной онлайн консультации по окончании прохождения I этапа и составления таблицы из него.

Записаться на онлайн консультацию
можно на сайте:



KompasRosta.ru

3 ЧАСТЬ. НОВОЕ РУКОВОДСТВО

В **1 и 2 части I этапа** рассмотрена психическая часть проблемы. **3 часть I этапа** показывает духовную часть – главную составляющую, которая кроется в эгоизме, и что это ***причина всех ваших проблем.***

По предыдущим частям этапа касательно духовной сферы можно выявить три существенных момента:

1. Я не могу эффективно управлять своей жизнью.
2. Без помощи мне не справиться. Но, возможно, мне нужна такая помощь, которую ни один человек не может мне дать.
3. Мне нужна Сила, которая может избавить меня от всех моих проблем, когда мне **помогут** найти Её. Я готов в Неё поверить и предпринять нужные действия, чтобы позволить Ей войти в мою жизнь и помочь руководить ею.

Убедившись в этом, вы готовы приступить к **3 части I этапа**, которая заключается в принятии решения доверить свою жизнь Силе, с достаточным пониманием Её на данный момент (простая готовность поверить в существование Силы). **3 часть I этапа** считается в курсе *жизненно необходимой и решающей*. Она предполагает полное изменение принципов дальнейшей жизни.

3 часть I этапа – это принятие последовательных решений поменять свою жизнь, проделав всю необходимую

работу для этого и, **самое главное**, с помощью медитации, отстранившись от эгоизма, **взять на себя обязательства**.

Первое решение **3 части I этапа** вытекает из выполнения обязательного требования.

Первое требование заключается в обретении **абсолютной уверенности в том, что жизнь, построенная на эгоизме, не может быть успешной**. Результаты – Проблемы.

Почему вам обязательно нужно выполнить это требование? Методика курса «Компас Роста» – это новый образ жизни. А вы не станете начинать новую жизнь, если вас устраивает прежняя. **Большинство людей с проблемами, они ничего не хотят менять в своей жизни, хотят только решить проблемы**. Но тут вам придётся понять и принять тот факт, что проблемы невозможно решить без коренного изменения руководящих принципов самой жизни. Иначе проблемы будут повторяться и/или множиться. Это как плыть в лодке с пробоиной в дне и вместо того, чтобы заделать пробоину и плыть дальше спокойно, вы тщетно вычерпываете воду, постоянно прибывающую в лодку. Сомнительная прогулка на лодке, не так ли? Вот жизнь – такая же прогулка на лодке, и тут **важно**, как вы хотите пройти свой путь. Поэтому вам жизненно необходимо выполнить это требование и **честно** посмотреть на свою прежнюю жизнь.

Итак, вы всегда верили, и этой верой было ваше эго (мысли, виденье), с помощью которого вы хотели добиться **для себя** успеха в жизни. Но результаты говорят о плохом управлении.

Вы жили жизнью, в какой-то степени построенной на собственном эгоизме. В этой части этапа вы узнаете, почему вы потерпели неудачу(–и) в жизни. Вам необходимо увидеть причину, главную проблему вашей жизни, которая привела вас к беспокойству и/или раздражению и/или неудовлет-

ворённости и/или жалости к себе и, как следствие, вашей проблеме и других внешних проблем.

Что такое ваша жизнь, построенная на эгоизме? Эта воля проста – в этой жизни в первую очередь хорошо должно быть именно вам и должно быть так, как вы хотите.

В **3 части I этапа** чётко описаны **основные принципы** эгоистичной жизни, это:

1. Жить, полагаясь только на свои мысли.

2. Добиваться того, чтобы другие делали так, как нужно вам. Для этого люди постоянно меняют своё поведение в зависимости от того, какими им сейчас нужно быть, чтобы добиться желаемого. У них есть наборы инструментов, которые на самом деле не работают:

– первый набор инструментов для достижения цели – быть добрым, внимательным, терпеливым, щедрым и, возможно, даже скромным и самоотверженным (это, например, в отношениях с противоположным полом, с начальником и т. д.);

– второй набор – быть низким, эгоистичным, нечестным, требовательным и себялюбивым (а это уже в отношениях с женой, детьми, подчинёнными и т. д., над которыми есть власть).

3. Обвинять других людей и/или обстоятельства и оправдывать себя (можно допускать свою частичную вину).

4. В своих делах преследовать только свои эгоистичные интересы. (Человек может быть эгоистичным, даже когда пытается быть добрым!)

5. Быть ведомым эгоизмом и жертвой заблуждения, что можно стать счастливым и довольным жизнью, если

преуспеть в ней за чей-либо счёт (вот что многие не видят, пока не обратятся к специалистам).

6. Быть постоянно занятым мыслями о себе, своим возмущением, своей жалостью к себе (например, кто-то подрезал на дороге). Когда **эго не удовлетворено**, то первое, что вы чувствуете, это Злость («Козёл(-ы)!»), затем Возмущение («Да как он(-и) мог(-ли)!»), затем Жалость к себе («Как это несправедливо!»).

7. Далее идёт важнейшая вещь о том, что проблем в жизни может быть гораздо больше, чем одна, и у всех этих проблем есть только один корень, одна причина – это эгоизм.

Всё вышеизложенное предполагает первые два жизненно важных решения.

Первое решение **3 части I этапа:**

я решил, что жизнь, построенная на принципах эгоизма, не может быть успешной.

Второе решение **3 части I этапа:**

эгоизм – корень всех моих проблем.

Почему люди живут по эгоистическим принципам? Есть ответ.

Иногда (бывает что всегда) в жизни люди **делают выбор думать только о себе**, выбирают эгоистическую управляющую идею или цель в жизни. С этого момента они уже не управляют своей жизнью. Эгоизм начинает управлять их жизнью. Они становятся *ведомы различными формами страха, самообмана и жалости к себе*. Они постоянно сталкиваются с другими людьми, и те причиняют им боль. Что посеешь, то и пожнёшь. Нельзя посеять картошку и получить урожай манго.

Раз уж люди сами делают такой выбор, то они сами и причина всех своих бед. Абсолютно необходимо избавиться от эгоизма, иначе он будет медленно (а бывает, что и быстро) портить жизнь своего носителя. Самим с ним не справиться. Здесь нужна помощь Силы (напоминаем, что понимание этой Силы не относится к категории ваших умственных представлений о ней. Это ваше внутреннее состояние и ощущение присутствия этой Силы в вашей жизни). Методика курса учит жить «Сердцем», а не «Головой»!

Третье решение **3 части I этапа:**

я решил, что для того чтобы полноценно жить, мне абсолютно необходимо избавиться от эгоизма.

Четвёртое решение **3 части I этапа:**

у меня недостаточно ресурса, чтобы избавиться от эгоизма, для этого мне необходимо обрести Силу.

В чём же вам нужна будет Её помощь? Многие люди обладали моральными и философскими убеждениями в изобилии, но **не могли** (не имели ресурса) **жить в соответствии с ними**, как бы им того ни хотелось. Они не могли стать менее эгоистичными, хотя, возможно, очень желали этого и прилагали все старания. Им нужна была помощь Силы.

Нужна помощь Силы в том, чтобы избавляться от эгоизма. Нужна Сила, чтобы жить в соответствии с новыми принципами.

Здесь объясняется, как это делается и почему нужно действовать именно так. Прежде всего, вы должны перестать играть роль Бога для самих себя. Это не работает – это **Второе требование!** Т.е. отталкиваться от «Головы», **думая**, что живёте «Сердцем».

Пятое решение **3 части I этапа**:

я решил перестать играть роль Бога для самого себя. Это не работает.

Перестать играть роль Бога в своей жизни – это значит полностью отказаться от своих эгоистических идей, целей и принципов жизни во всех своих делах.

Но вы не можете самостоятельно перестать играть роль Бога в своей жизни и отказаться от эгоизма! **Нет ресурса** это сделать! Единственное, что вы можете – это принять решение и применять дальнейшие рекомендации, которые приведут вас к получению ресурса!

Итак, задайте себе вопросы:

1. Обрёл ли я уверенность в том, что жизнь, построенная на эгоизме, нечестности, страхах, беспокойстве, неудовлетворённости и жалости к себе, не может быть успешной?

2. Понял ли я, что **в самом эгоизме и эгоистических принципах жизни корень всех моих проблем** (проблем у вас может быть много, и та, с которой вы пришли, только одна из них)?

3. Понял ли я, **что нужно избавиться от эгоизма, иначе он продолжит портить мне жизнь, и что речь идёт именно о моей жизни** (полноценной – свободной, радостной и счастливой), **а не о существовании?**

4. Принял ли я решение **перестать играть роль Бога в своей жизни?**

5. Понял ли я, что и здесь у **меня отсутствует ресурс** и самому мне не избавиться от эгоизма, что **мне нужно обретение Силы?**

6. Готов ли я обратиться к Ней и **отдать свою волю** (направление мыслей, идеи жизни, принципы, по которым вы

принимаете решения) **и свою жизнь** (поступки и результаты) **под управление этой Силе?**

7. Понял ли я, как именно я буду выполнять поиск Силы в своей жизни?

8. Верю ли я в то, что, живя по новым принципам, перестав жить только для себя и проявляя заботу о других, можно получить от Силы всё, что я так хотел в этой жизни?

9. Допускаю ли я возможность, что новые принципы **могут решить все мои проблемы**, и готов ли я **проверить это на собственном опыте?**

По вере и делам вашим дано будет вам. Всё по-честному, ничего личного. Каждый имеет возможность проверить эффективность духовных принципов на опыте своей жизни.

Принятие жизненно важного решения

Если вы приняли решение перестать играть роль Бога в своей жизни, то далее вам нужно принять следующее жизненно важное решение, говоря более ясным и простым языком, ваше следующее решение **3 части I этапа** звучит следующим образом.

Шестое решение **3 части I этапа:**

я решил, что в своей дальнейшей жизни я буду руководствоваться духовными принципами
(своей Силой, как я Её сейчас понимаю).

*В большинстве своём полезные идеи просты, и **этот принцип** (отдавать свою волю и жизнь Силе, что значит руководствоваться в своих решениях и поступках духовными принципами) стал краеугольным камнем новой триумфальной арки, пройдя под которой, вы выйдете на путь к свободе.*

Вы принимаете решение, что вам нужно новое руководство в вашей жизни, так как вы как руководитель не справились с этой задачей. Ваше руководство жизнью привело вас к неразрешимым проблемам, что у вас есть на сегодняшний момент. Под угрозой оказалось само счастье, сама полноценность жизни.

Поэтому вы вручаете свою волю и свою жизнь заботе нового руководителя – Силе – путём решения научиться жить по определённым **простым** Её правилам (принципам) **и находиться в контакте с Ней**. Естественно, что при этом вы должны полностью отказаться от старых эгоистических идей и представлений о своём опыте, о том, как нужно жить, чтобы быть свободными, радостными и счастливыми. Они не сработали в вашей жизни.

Вам стоит серьёзно поразмышлять, прежде чем сделать эту часть этапа, **чтобы быть уверенными в вашей готовности отдаться Ей окончательно**. Почему нужно размышлять? Мы обычно даём людям время на раздумье и решение вопроса: действительно ли они готовы начать жизнь на новой основе? Действительно ли они готовы жить с верой, в контакте с собой и Силой, осознанно отказаться от эгоистичной выгоды и самообмана в своих делах? Действительно ли готовы изменить свою жизнь таким образом, чтобы сделать её максимально полезной другим и миру в целом?

Методика курса, по сути, говорит:

- *начните жить по новым принципам – и будете избавлены от всех своих проблем;*
- *перестаньте беспокоиться о себе, перестаньте быть сосредоточены на своих мыслях (своих эгоистичных интересах) – и о ваших интересах позаботится Сила. Она обязательно даст вам всё, что вам необходимо и даже сверх того, если это вам не повредит.*

— Именно здесь возникает вопрос веры. Верите ли вы в то, что, перестав жить только для себя, применяя новые принципы в жизни и заботясь о других, можно получить от Силы всё, что вы так хотели в этой жизни? По вере и делам вашим дано вам будет. Всё по-честному, ничего личного. Каждый может проверить это на опыте. Или не проверить...

Седьмое решение **3 части I этапа:**

я полностью уверен, что готов отказаться от эгоизма и строить свою дальнейшую жизнь на основе духовных принципов.

Остаётся только выполнить важное действие **3 части I этапа** – отстраниться от эгоизма и взять на себя обязательства.

Для этого **не требуется никакой специальной подготовки**, и нет правильно или неправильно сделанной медитации, достаточно сделать её и **выразить готовность к работе над собой без всяких оговорок.**

Вам нужно отстраниться от головы (там живёт эгоизм) и направить своё внимание в тело. Это может показаться странным, непростым или непривычным, но вам важно быть внимательными и чуткими.

Сядьте поудобнее, закройте глаза, сосредоточьте внимание на ваших частях тела и расслабьте их: сначала ноги, далее живот и грудь, затем руки, спину, шею, мышцы лица. Заново в этой же последовательности убедитесь, что вы полностью расслабили все части тела. Посидите так пару минут, оставляйте внимание в теле. Полностью расслабившись, примите решение поменять свою жизнь и проделать всю необходимую работу для этого с целью дарить любовь, творить добро и жить свободными, радостными и счастливыми.

Обращение к Силе в медитации:

"Сила, я предаю себя Тебе, чтобы создавать и творить со мной, как Тебе угодно. Освободи меня от рабства эгоизма, чтобы я мог следовать Твоим принципам. Удали то, что тяготит меня, чтобы эта победа была полезна для тех, кому я мог бы помочь и помочь с любовью на новом пути в жизни".

Сила всегда была с вами и пыталась вам в этом помочь, но вы, очевидно, не всегда пускали Её в свою жизнь, будучи занятыми мыслями о себе (абонент недоступен или находится вне зоны действия сети).

С момента принятия решения **3 части I этапа, что вы думаете о себе, не имеет никакого значения. То, что имеет значение для вас – это поиск и налаживание контакта с Силой** (как я могу быть полезен другим людям, миру и жить по этим принципам во всех своих делах?), **только это имеет значение.**

Сила заботится о том, кто перестал быть зацикленным на себе!

При решении пройти курс полностью, сразу после **3 части I этапа** специалист даёт вам практику из **2 части V этапа**, ведь именно там даны рекомендации, как конкретно нужно действовать, чтобы доверять свою волю и свою жизнь Силе **сегодня и каждый день в своей жизни.**

Ещё раз коротко суть **3 части I этапа**

Жизненно важные решения 3 части I этапа:

1. **Там, где я строю жизнь на эгоизме, она не может быть успешной, она бессмысленна и лишена счастья.**

2. **Эгоизм – корень всех моих проблем.** Я могу быть эгоистичен в своих делах, даже когда пытаюсь быть добрым.

Когда я живу в эгоизме, я жертва заблуждения, что буду счастлив и доволен жизнью, если преуспею в ней за счёт хитрости и обмана. Эгоизм управляет моей жизнью через страхи, самообман и жалость к себе.

3. Если эгоизм – это корень всех моих проблем, то **избавление от эгоизма решит все мои проблемы**. Мне абсолютно необходимо избавиться от эгоизма, иначе он продолжит портить мне жизнь.

4. У меня нет ресурса, чтобы это сделать. Нельзя избавиться от эгоизма без помощи Силы. **Мне нужна помощь Силы**.

5. Я решил перестать играть роль Бога в своей жизни, т. е. **я осознанно отказываюсь от своих прежних представлений о том, как надо жить, и от своих эгоистических принципов**.

6. Я решил, что в дальнейшей жизни Сила будет моим руководителем, то есть **я решил жить по новым духовным принципам с верой в эту Силу**.

7. **Я полностью уверен, что готов** отдаться Силе окончательно, то есть **жить на основе духовных принципов**.

8. Я спокойно и уверенно беру на себя обязательства поменять свою жизнь и проделать всю необходимую работу для этого, с целью дарить любовь, творить добро и жить свободным, радостным и счастливым.

Цель 3 части I этапа: осознанно отказаться от эгоизма и принять решение научиться избавляться от него и жить на основе духовных принципов.

Принципы 3 части I этапа для использования в дальнейшей жизни

Строго следуйте по этому пути. Доверьте свою жизнь этой простой методике. Будьте честны перед собой. Будьте готовы сделать всё для достижения цели и предпринять все необходимые действия. Будьте с самого начала бесстрашными в выполнении этапов и следуйте им неуклонно. Полностью откажитесь от старых представлений о ценностях и принципах.

пах, которые не работают. Стремитесь к прогрессу, а не к совершенству. Обретайте смирение, то есть смиритесь с тем, что эгоизм и его принципы жизни не сделали и не сделают вас счастливыми. Признайте эгоизм как корень всех проблем и причину всех жизненных неудач. Перестаньте играть роль Бога в своей жизни. Примите решение жить с Силой и руководствуйтесь в дальнейшей жизни новыми принципами, как вы их понимаете. Ищите Силу, чтобы избавиться от эгоизма, быть примером для других и иметь возможность им помочь.

Немного очень интересного о 3 части I этапа!

Давайте ещё раз поговорим о решениях **3 части I этапа**. Это акт смирения. Это подтверждение ваших решений! Решения **3 части I этапа** должны приводить вас к смирению и принятию (как мы уже говорили, смирение в этом курсе – это осознанный отказ от эгоизма в своей жизни, согласие предпринять все необходимые действия и жить по новым принципам), и с этим состоянием нужно продвигаться через все остальные этапы.

Из этого следуют два очень важных вопроса:

1. Что вы понимаете под этим?
2. И что вы должны сделать?

Теперь вы должны подтвердить своё решение действиями.

Пройти медитацию и взять на себя обязательства – это не смысл 3 части I этапа.

Это не курс медитаций, это курс действий!

Что действительно нужно сделать в 3 части I этапа? После медитации, когда есть решимость, вам необходимо

сделать этапы (2, 3, 4), затем вы обретаёте Силу и начинаете жить по V этапу.

Принять решение обрести Силу – это **сделать этапы со 2 по 4 и продолжать жить с Силой в V этапе (дальнейшей жизни)!**

Вы можете увидеть области жизни, в которые вы не пускаете Силу. Посмотрите, где нет успеха, где одни проблемы? Из каких областей жизни приходит страх, раздражение, беспокойство, обида и жалость к себе? Где ваш эгоизм? (Чтобы принять факты его присутствия, вам нужно посмотреть на результаты в таблице.)

Ваша жизнь и части вашей жизни не могут быть успешными, если они опираются на эгоизм!

Первое требование заключается в обретении уверенности в том, что жизнь, построенная на эгоизме, не может быть успешной.

Если это первое требование, то должно быть и **второе требование**. Вот оно:

прежде всего, вы должны перестать играть роль Бога для самих себя. Это не дало никаких результатов. Это не работает.

Поэтому перед тем как двигаться дальше, вам нужно спросить себя, уверены ли вы в этом? Уверены ли вы, что жизнь, построенная на эгоизме, не может быть успешной? И уверены ли вы, что вы должны перестать играть роль Бога, потому что это не работает? (Перестать играть роль Бога – это что? Это значит сознательно отказаться в дальнейшем от попыток обманом или хитростью заставить других людей делать так, как нужно вам, от нечестности в делах, от при-

чинения вреда другим и т. д. А поскольку у вас лично нет ресурса так жить, то вам нужна помощь Силы, она обеспечивается верой и развитием по этапам со специалистом – получением ресурса для новых действий.)

Ещё немного о 3 части I этапа.

Отличие руководства и управления.

Сдвиг парадигмы, или «Коренной перелом в психологии»

Большинство людей всегда управляют своей жизнью, стремясь быстрее подняться по лестнице успеха. Они практикуют определённые правила (принципы) жизни, которые лежат в основе поведения: стать умнее, хитрее, изворотливее других, преследовать во всём личную выгоду. Цель – личное благополучие, счастье и комфорт. С момента такого выбора они становятся «ведомыми (управляемыми) различными формами страха, самообмана и жалости к себе» и «жертвами иллюзии, что станут счастливыми и довольными жизнью, если добьются успеха». **Они в какой-то степени зависели** от этого образа жизни, от людей, обстоятельств, они не имели другого выбора, кроме эгоистического. Им только казалось, что у них всегда есть выбор и они могут выбирать. Часто их эгоизм и его проявления (обида, раздражение, страхи, ревность, нечестность и т. д.) выбирали за них.

Живя в эгоизме, они и **стали зависимы** от людей, обстоятельств и мира. Люди вокруг них делали не так, как нужно ИМ. Они **позволяли недостаткам других людей и обстоятельствам разрушать свою эмоциональную жизнь (душевный покой) или чувствовать себя жертвой людей или событий, которые им неподвластны.**

Ошибка была заложена в самой идее этой эгоистической привычки мышления и поведения. Она не сработала

в их жизни потому, что противоречит законам мира, закону кармы, закону «что посеешь, то и пожнёшь». История человечества убедительно доказывает, что невозможно стать счастливым отдельно от других и за счёт других.

Если вы управляли своей жизнью и потерпели неудачу, то в **3 части I этапа** вам необходимо принять решение отдать свою жизнь под **руководство** Силы, как вы её понимаете на данный момент. Что это значит? В чем разница между руководством и управлением?

Есть существенное различие между управлением и руководством.

Управление необходимо для более быстрого подъёма по лестнице успеха. Руководство определяет, к той ли стене приставлена лестница и насколько надёжны её ступени.

Эгоистические цели – не та стена, а эгоистические принципы – гнилые ступени! Нельзя стать свободными, радостными и счастливыми, исповедуя эгоистические цели и принципы в делах своей жизни.

Управляющий знает, как быстрее и легче поднять рояль на девятый этаж в подъезде. Руководитель укажет вам, что это не тот подъезд.

Необходимо ясно осознавать направление движения и те ценности, которыми вы теперь будете руководствоваться в своей жизни. В частности, это руководящие принципы Силы: справедливости, честности, постоянства, доверия, человеческого достоинства, долга, добродетели, потенциала, развития, прогресса, терпения, заботы, любви и т. д.

Решение руководствоваться новыми принципами – и есть тот самый «коренной перелом в психологии» или сдвиг жизненной парадигмы (установки). **Вы станете независимы от эгоистического выбора.** Такая жизнь обретает Смысл – найти Силу, то есть прийти к вере и убеждению в её

существовании на основе личного опыта, фактов решения жизненных проблем, достижения состояния радости, свободы, удовлетворения, необъяснимого ощущения единства с чем-то более могущественным. Цель дальнейшей жизни – расти в понимании Силы, приобретать опыт новой жизни и делиться им с целью помочь другим обрести то же самое и спастись от существования.

Идея помощи другим и таким образом помощи себе – революционно для вас нова и столь же революционно поменяет вашу жизнь. Отдавая – получать. Пройти от зависимости к независимости и прийти к взаимозависимости. Последняя стадия соответствует самой высокой ступени развития человека и определяет его способность взаимодействовать с другими людьми для получения взаимовыгодного результата. (Действие этого принципа можно видеть на примере развития стран в мире. Страны выходят из зависимости к независимости и считают это вершиной достижения. С этого момента страна старается укреплять свою независимость и пытается построить отдельное благополучное государство в мировом окружении. Но, как убеждает опыт, это невозможно без честного и взаимовыгодного сотрудничества с другими государствами.)

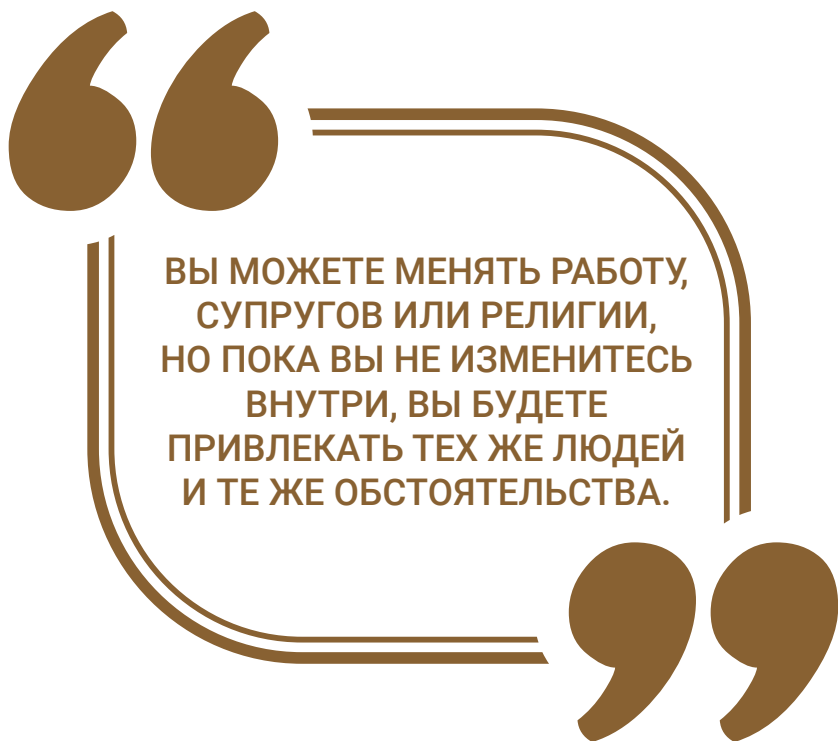
Итак, после **3 части I этапа** уже есть ответы на первые три важных вопроса:

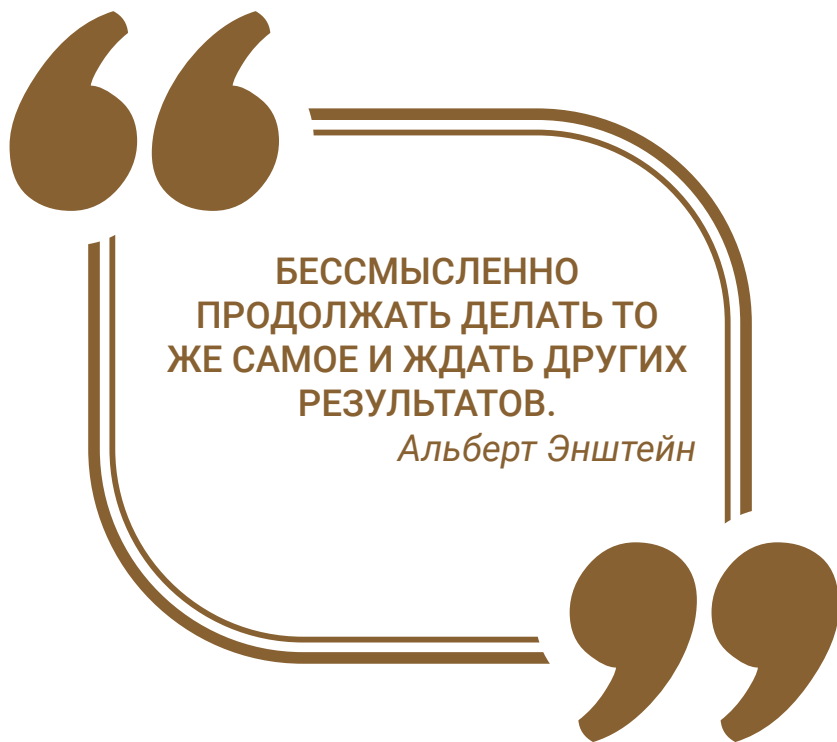
	ВОПРОС	ОТВЕТ
1	В чём суть моей проблемы?	Эгоизм
2	Что мне нужно сделать, чтобы решить её?	Избавиться от эгоизма
3	Что мне поможет это сделать?	Обретение Силы
4	Как именно мне Её обрести?	На этот вопрос мы подробно ответим в последующих этапах курса

Методика курса проекта «Компас Роста» - это программа действий, что говорит о том, что необходимы энергичные и решительные действия по поиску и применению принципов, которые помогут избавиться от эгоизма. Это понимание делает необходимым сразу же выполнить II этап.

В нём вам нужно будет, с целью внесения коренных изменений, провести свою нравственную ревизию взглядов и убеждений и во всех деталях посмотреть на ошибки.

Напоминаю: если вам тяжело, есть сопротивление или неприятные переживания, то вам необходимо это обсудить со специалистом на бесплатной онлайн консультации по окончании прохождения I этапа и составления таблицы из него.





**БЕССМЫСЛЕННО
ПРОДОЛЖАТЬ ДЕЛАТЬ ТО
ЖЕ САМОЕ И ЖДАТЬ ДРУГИХ
РЕЗУЛЬТАТОВ.**

Альберт Эйнштейн

**Обещания курса проекта «Компас Роста» по честно
выполненным этапам с 1 по 4 включительно**

У вас уменьшится круг друзей. Вы начнёте замечать, что привычные беседы с друзьями и знакомыми как-то не клеятся. Вроде всё так, как было, но почему-то менее интересно. Потому что вы больше не сможете поддерживать разговоры о том, что всё плохо и все вокруг плохие, работа не вдохновляет и бизнес не клеится, муж опротивел или жена во всём виновата.

Вы перестанете «играть в игры», ведь для того чтобы

играть по правилам, нужны как минимум двое. И именно поэтому вы для своих друзей станете очень неудобным человеком, который портит всю игру и всем видом показывает, что король — голый.

Вам станет тяжело работать на нелюбимой работе и делать что-то, в чём нет смысла. Таким образом, либо вы выберете максимально включиться в текущую деятельность на новой основе, либо смените её кардинально. Если на старой работе вас держали необходимость, страх, привычка или автоматизм, это сразу вылезет на поверхность и придётся с этим что-то делать.

Ваши отношения начнут трещать по швам. Потому что большинство отношений — это не цельный союз равных, а клубок взаимозависимостей и компенсаций эгоистических личностей. Почувствовав, что он вас теряет, партнёр предпримет все усилия, чтобы вернуть вас обратно, но на все упрёки вы будете реагировать с удивлением и непониманием, как на попытки инопланетянина установить с вами контакт на марсианском языке.

Вы почувствуете одиночество. Потому что отвалятся все ненужные и ненастоящие связи, которые строились на недостаточности, пустоте, потребительстве и эгоизме. И эта новая, не пойми откуда образовавшаяся пустота сначала будет вас пугать, как зияющая пропасть, но постепенно она начнёт заполняться именно тем, что в вас есть живого и настоящего.

Вы не сможете обманывать ни себя, ни других. Почти физически (как Буратино с растущим носом) вы будете ощущать любую внутреннюю неправду — в словах, мыслях и действиях. И это будет просто отвратительно, потому что каждый раз, говоря не то, что вы на самом деле думаете, вы будете чувствовать скрежет кошачьих коготков в своей

душе. И нет, это не отключается.

Вы вдруг обнаружите, что люди вокруг сильно страдают. И страдают они не от тяжёлой жизни – наоборот, с их жизнями всё в полном порядке. Они страдают от иллюзии, что с их жизнью что-то не так. И если раньше вы были слишком заняты проживанием своего собственного страдания, то теперь вы начнёте проживать все страдания окружающих вас людей, потому что ваших собственных больше не будет. И в этот момент вам останется лишь одно – помогать всем и каждому в каждый момент времени, тем, чем сможете, потому что по-другому будет просто невозможно.

Вам станет стыдно. За многие свои прошлые слова и поступки, потому что придётся взглянуть правде в глаза и признать, что источник всех ваших проблем – это не кто-то извне, а вы сами. Как только вы это осознаете, стыд уйдёт, и его место наконец-то займёт внутреннее спокойствие и благодарность.

Вы станете меньше разговаривать. Потому что отвалится всё то, что вы говорили из страха, зависти, эгоизма и злости. Вы не сможете больше писать осуждающие комментарии в социальных сетях, потому что это перестанет быть важно и нужно. И вообще, какое-то время вы вообще не сможете ничего писать, потому что всё, что вы писали раньше, покажется вам бредом. И выяснится, что молчание – действительно золото, которое мы часто не замечаем из-за суеты и быстрой скорости сменяющихся друг друга событий.

Ваша картина мира рухнет. И вы поймёте, что есть не только ваше правильное мнение и все остальные – неправильные, а бесконечное пространство вариантов и возможностей. И все ограничения есть не что иное, как выду-

40

манная вами же иллюзия.

Вам придётся взять ответственность на себя. Вы поймёте, что вам нечего ни от кого ждать и никто вам ничего не должен. Всё, что есть в вашей жизни, зависит не от внешних факторов, тупого начальника, непонятливого партнёра и курса доллара, а от вас самих. Вы живёте ровно ту жизнь, которую заслуживаете, и ничего другого у вас не будет, пока вы не возьмёте ответственность за то, что есть. Но именно в этот момент личная ответственность перестанет быть бременем, от которого надо бежать сверкая пятками или сбрасывать её на окружающих, она станет единственным истинным и логичным порядком вещей.

И так день за днём **всё наносное, эгоистическое, искусственное и лицемерное начнёт обсыпаться, обнажая внутренние пустоты.**

Благодаря V этапу всё настоящее будет выявляться, расти, пробиваться, укрепляться и пускать в вас корни. И это далеко не нежный и приятный процесс. Зачастую это сокрушительная ломка нажитых годами привычек и автоматизмов. **Но когда вы выберетесь из-под обломков ваших разрушенных ментальных шаблонов, вы поймёте, что это того стоило!**

Поздравляю с прохождением I этапа!
Принимайте подарок!

Если вы уже заполнили таблицу и прошли весь материал I этапа, то вам стала доступна бесплатная онлайн консультация, где вы сможете всё разобрать, улучшить состояние и получить ответы на вопросы!

Записаться на онлайн консультацию можно на сайте:



KompasRosta.ru

Образовательная лицензия
№ Л035-01298-77/01852930