

*НЕ СОГЛАСЕН? ВОЗРАЖАЙ!  
ВОЗРАЖАЕШЬ? ПРЕДЛАГАЙ!  
ПРЕДЛАГАЕШЬ? ДЕЛАЙ!*

Пока все идет по накатанной, мы спокойно живем, работаем, думаем о будущем, строим планы на ближайший отпуск и перемены в личной жизни, придумываем проблемы, находим болячки, сокрушаемся о нехватке денег на путешествия, новую машину, шубу и иные блага цивилизации. Решаем идти в ЗАГС или нет, заводить ребенка или собаку...

А тут ОН! Очень дерзкий, наглый, дорогой Кризис.

Молва о нем и о его могуществе всегда идет впереди него. Большинство людей его боятся, другие — даже не знают, кто он такой.

Лишь малая часть ждет его с нетерпением. Вернее, с огромным терпением. И лично я отношусь к этому меньшинству. Спросите ПОЧЕМУ? Да потому что

*КРИЗИС —  
ЭТО ВРЕМЯ  
РЕШЕНИЙ.*

Перед нами открываются невиданные ранее перспективы профессионального и личностного роста, наступает время перемен и, если говорить языком природы, — ВЕСНА.

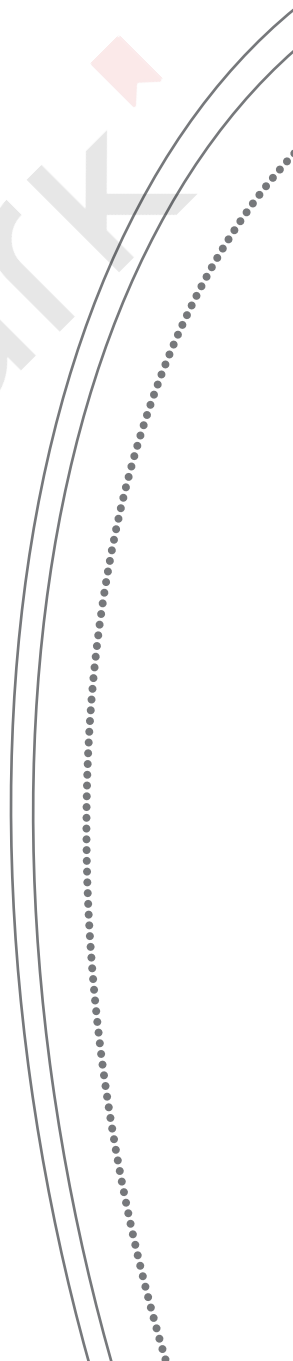
Ведь именно в это время у человека начинают раскрываться все возможности его натуры и способности. Он становится изобретательным, творческим, интуитивно чутким к любым движениям окружающего мира.

Пробуждаются все природные инстинкты ЖИВОГО человека и любовь к жизни.

## *КРИЗИС — ЭТО БЛАГО!*

И если вы хотите продолжить вместе со мной путешествие по желанному и любимому мной кризису, то вы однозначно попадете в точку благодати. Конечно, придется пройти определенный путь очищения сознания от стереотипного отношения к кризису. Но уверяю вас, что этот путь намного легче и радостнее, нежели страх перед будущим и ежедневная борьба за выживание.

Bookmark



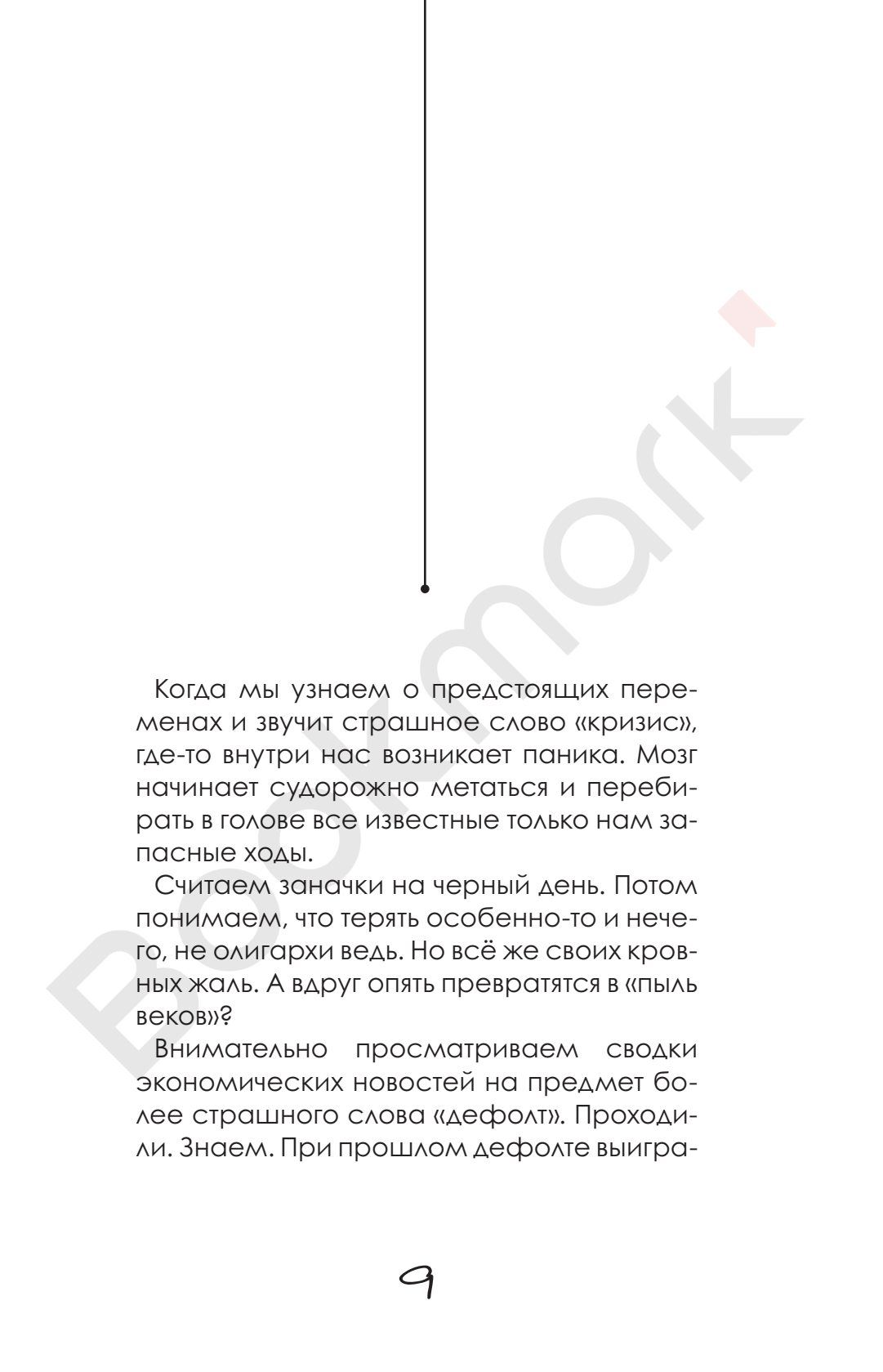


**ГЛАВА 1**

**ДИАГНОЗ —  
«ЧЕРНЫЙ  
ДЕНЬ»**

---

Bookmark 



Когда мы узнаем о предстоящих переменях и звучит страшное слово «кризис», где-то внутри нас возникает паника. Мозг начинает судорожно метаться и перебирать в голове все известные только нам запасные ходы.

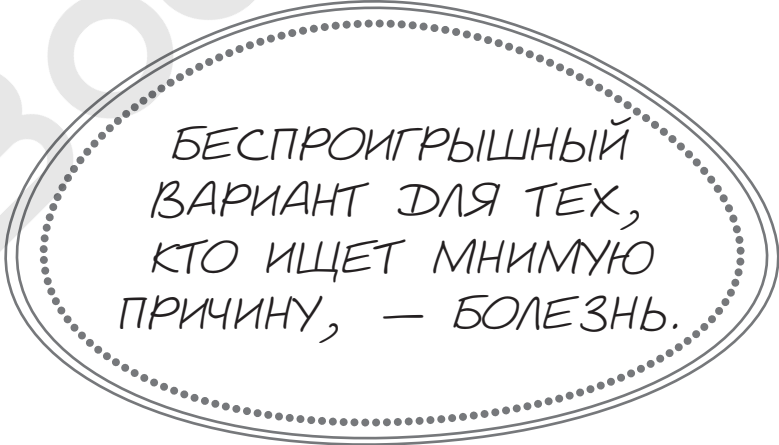
Считаем закладки на черный день. Потом понимаем, что терять особенно-то и нечего, не олигархи ведь. Но всё же своих кровных жаль. А вдруг опять превратятся в «пыль веков»?

Внимательно просматриваем сводки экономических новостей на предмет более страшного слова «дефолт». Проходили. Знаем. При прошлом дефолте выигра-

ли все, кто брал огромные кредиты. А что будет сейчас, если «Он» опять нагрянет?

Начинаются народные гадания на кофейной гуще. Подсознательно понимаем, что не так все страшно. И вообще, что они несут, эти перемены? Но! Всегда это пресловутое НО! Нас накрывает страх. Необоснованный, нелогичный, чаще искусственный. На всякий случай надо изобразить испуг, даже если все хорошо. А то другие не поймут. Начнут обращаться со своими проблемами. И не дай бог, денег просить, жаловаться на полную разруху везде...

Нет. Не бывать этому. Надо первым объявить о... О чем? Что нужно сказать, чтобы тебя не трогали или даже сочувствовали? Сказать о банкротстве? Практически все изобразят гримасу сожаления, скрывая за ней злорадство.



БЕСПРОИГРЫШНЫЙ  
ВАРИАНТ ДЛЯ ТЕХ,  
КТО ИЩЕТ МНИМУЮ  
ПРИЧИНУ, — БОЛЕЗНЬ.



Чем сложнее произносить диагноз, тем больше сострадания. И вот уже открыт список самых страшных болезней, из которых тщательно подбирается диагноз, соответствующий статусу «больного».

Или ещё можно поиграть в «неизвестный диагноз». Хожу вот, мол, по больницам, сдаю кучу всяких анализов, потратил массу денег, столь необходимых в кризис, на различные УЗИ, МРТ и прочие рентгены, а врачи ничего определить не могут. Придется ехать в Германию, Израиль, Францию... в общем, туда, где есть медицина и меня будут лечить. Откуда вот только взять деньги на это?

Степень сокрушения по себе несчастному изображена на лице «кризисного больного» настолько правдоподобно, что в пору всем миром скидываться на его здоровье.

И тут же начинают происходить «чудеса»: «спину ломит, хвост отваливается, шерсть клоками лезет». И врать не надо, реально плохо становится. Голова раскалывается, тошнит не по делу. То спать хочется, то наорать. Зевота не проходит, муж — козел, жена — коза. Температура под 40, «Скорая помощь» через час. И диагноз — ОРВИ. На самом деле это не простуда. Это — Пор-

ча. Правильнее сказать — Самопорча. К рассказу о ней мы вернемся в полном объеме несколько позже.

Сложно поверить и представить, что человек сам себя «испортил». Ну, нет, скажите вы. А откуда тогда боли в области сердца, давление зашкаливает, поясница раскалывается? Лицо бледное, под глазами круги, бессонница мучает. Идет длинный перечень «немочи» и демонстрация болей с лозунгом: «Руки прочь от моих денег! Я — в кризисе!»

И воображение, спровоцированное игрой на театральных подмостках своей кризисной жизни, не на шутку разгулявшись, нарисовало унылую картину безрадостного существования болезного, сирого и убогого человечка.

Человечек пребывает в иллюзии, что, избрав из себя временно больного на период кризиса, он потом вылечится.

Но! Так уж устроен человеческий организм, что он не может отделить мнимое от реального. Ложь, произнесенная множество раз, становится правдой, потому что человек сам начинает свято в неё верить!

Более того, он дополняет свою историю различными деталями, вводит туда какие-то вымышленные персонажи и т.д.

И вот уже готово цельное, вполне гармоничное кризису кино, которое он ежедневно просматривает. Оттачивая детали, как маститый режиссер-постановщик. Попутно решая, какой страдальческий жанр избрать — драму или трагедию. Что там сейчас в моде? А может, замахнуться на сериал?.. Благо по телевидению демонстрируется масса аналогов. Можно легко и просто стать главным героем одного из них. Тему вот только надо выбрать соответствующую.

Что же происходит на самом деле? Для чего весь этот маскарад?

Перевожу: я ни кого не люблю, и меня тоже не любят! А тут ещё и обстоятельства (ипотека, кредиты) давят и начальство (родители, жена) прессуют не по-детски, с сексом и деньгами начинаются проблемы...

Кто же настоящий сценарист всего этого кошмара?

**СТРАХ!**

Сначала вы его приглашаете в гости на время кризиса, а потом он становится хозяином вашей жизни.

**И это очень важный момент:** кризис пройдет, а болезни останутся, потому что человек САМ позвал их вместе со страхом.

И ему бы остановиться на уровне ОРВИ, на первой боли, идущей как звонок от организма.

Боль дана нам для того, чтобы обратить внимание на себя.

Так вот, мы, сами не замечая, призываем не только проблему, но и ее болезненное проявление.

БОЛЕЗНЬ —  
ЭТО КРАЙНЯЯ  
ТОЧКА, КОГДА  
НАМ ДАЮТ  
ПОНЯТЬ, ЧТО МЫ  
ДЕЛАЕМ ЧТО-ТО  
НЕ ТАК. И МЕСТО  
БОЛИ ИЛИ БОЛЕЗНЬ  
ОПРЕДЕЛЯЮТ  
НАШУ РЕАЛЬНУЮ  
ПРОБЛЕМУ.

## ПРИМЕР

Болят колени — проблемы связаны с родителями. Либо им нужно наше внимание, либо нам необходимо в прощении забыть обиду на них.

Ко мне пришла женщина 42 лет с обидой на папу и маму, потому что они в детстве не отдали ее в музыкальную школу! Ей казалось, все было бы по-другому и она сейчас на известных сценах исполняла бы шедевры мировых классиков. Но родители дали ей лучшее медицинское образование. К ней очереди на 3 месяца вперед. А колени болят. Коллеги не могут найти причину. Рентген «сказал» — все хорошо, антибиотики не сняли воспаление и боль.

Лишь отпустила она обиду и посмеялась над собой, как все симптомы растворились.

## ДРУГОЙ ПРИМЕР

Аллергия. Что это? Когда медики не могут поставить диагноз или сомневаются, они говорят, что это раздражение непонятной этиологии. То есть аллергическая реакция.

Давайте размышлять. Реакция бывает на действие или воздействие. Так вот, аллергия — это СТРАХ. Большинство кесаренных детишек (если мама не готовилась к операции) в малолетстве испытывают дискомфорт от диатеза, раздражение кожи вызывает зуд. Потом нейродермит. А все от того, что ребенок чувствовал скальпель, который разрезал его «домик». И он боялся лишиться жизни, то есть умереть. И как следствие задержка реакций, ребенок закричал позже положенного.