

A black and white close-up portrait of a middle-aged man with a slight smile, resting his chin on his hand. The background is dark and out of focus.

ШКОЛА МУДРОСТИ

**Анатолий**  
**Некрасов**  
**СЕМЬЯ**

**БЕЗ «БРАКА»...**  
**КАК НАЙТИ СВОЮ**  
**ПОЛОВИНКУ**

МАСТЕР  
ПСИХОЛОГИИ

# **Анатолий Александрович Некрасов**

## **Семья без «брака»... Как найти свою половинку**

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=3001125](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=3001125)*

*Семья без «брака»... Как найти свою половинку: Центрполиграф; М.;*

*2012*

*ISBN 978-5-227-03067-2*

### **Аннотация**

Эта книга рассказывает о том, как обычные люди становятся мудрыми и начинают жить счастливо благодаря советам и урокам, преподанным им Школой Мудрости и ее организатором, Анатолием Некрасовым. Его методика затрагивает мировоззрение человека настолько глубоко, что уже через месяц он меняется, ведь осознание и переоценка ценностей на самом деле могут изменить не только жизнь отдельного человека, но и весь мир. Даже несколько занятий по системе Некрасова открывают большие глубины мудрости, а это гарантированно сопровождается повышением качества жизни – во всех ее проявлениях.

# Содержание

Вступление	4
Как всё начиналось...	11
Елена. Шаг первый	20
Начало	35
Конец ознакомительного фрагмента.	36

# **Анатолий Некрасов**

## **Семья без «брака»... Как найти свою половинку**

### **Вступление**

Как найти свою половинку и как потом с ней построить счастливую жизнь – вот два основных вопроса, которые мне постоянно задают мои читатели. Действительно, это самые важные вопросы жизни. В этой книге я пошёл необычным путём – я пригласил ответить на эти вечные вопросы студентов Школы Мудрости, которым удалось их найти. Да, оказывается, есть такая Школа!

Однажды по телевизору я увидел репортаж: к президенту Владимиру Владимировичу Путину на приём пришёл Юрий Михайлович Лужков и предложил создать Совет мудрецов России. Но, судя по всему, дело дальше предложения не пошло, наверное, не нашлось в России достаточно мудрецов. А всего двух мудрецов – Путина и Лужкова – для совета, наверное, было мало. Интересно, по каким критериям Юрий Михайлович предлагал выбирать совет? И вообще, как определить – мудрец человек или нет? Каковы критерии мудро-

сти? Пожилой возраст, седая борода или хотя бы белая голова, академический статус, государственные награды или другие регалии, общественное признание и слава? Или что-то другое?

Удивительно, но в нашей стране мудрость не находится в должном почёте. По традиции люди привыкли мудрецов видеть на Востоке, а в западном мире такой термин используется редко. А мудрость – это высокое качество! И мудрец – высочайшее звание! Мы живём между Западом и Востоком, и мы можем стать тем мостиком, через который мудрость и высокий статус мудреца придут на Запад.

Если вспомнить, то в древности на Руси были свои глубокие традиции мудрости. Были на Руси волхвы, с северо-запада Руси, с реки Волхов. Мудрец Заратуштра первую свою жизнь прожил на Среднем и Южном Урале. Эту историю мудрости своего народа надо помнить, и опираться на неё, и не предавать забвению. Восстанавливать традиции мудрости нужно – это делает общество более гармоничным и счастливым. Почему же сейчас мало мудрости и почему она не в должном почёте?

Вернёмся к поставленным вначале вопросам: а что же такое мудрость и каковы её критерии? В словаре Ожегова определение мудрости звучит просто: «Мудрость – это ум, знания, опыт». Но это советский вариант определения, данный в период наивысшего расцвета коммунистической идеологии. У Даля дано целых два определения: «МУДРЫЙ: 1.

Основанный на добре и истине; праведный, соединяющий в себе любовь и правду; в высшей степени разумный и благонамеренный. 2. Замысловатый, трудно понятный, мудрёный». Время не стоит на месте, и сейчас нужна современная трактовка этого качества. Моё определение мудрости звучит просто: «Мудрость – это ум, наполненный любовью». Если человек имеет ум, и если у него раскрыто сердце, и если ум и сердце взаимодействуют между собой гармонично, то это и есть состояние мудрости. В таком состоянии человек будет иметь любые знания и сможет проявить их в жизни. И каков же основной критерий жизни мудреца? Тоже очень просто – счастье! Мудрец и счастье обязательно идут рядом. Действительно, кто, как не мудрец, осознающий всё единство Мира и наполняющий каждый элемент жизни любовью, может показать пример истинно счастливой жизни на этой планете?

Перед Вами, уважаемый Читатель, уникальная книга. Такой, скорее всего, не было в истории. Вряд ли кто слышал о книге, рассказывающей о том, как обычные люди становятся мудрыми и начинают жить счастливо! Причём о книге документальной! В ней все герои – наши современники, живущие в разных уголках нашей страны, и соотечественники, живущие за рубежом. В книге описываются удивительные, но настоящие чудеса – за несколько месяцев люди выходят из чёрной полосы своей жизни на свет, в счастье! Чем не чудо?! Человек имел страдания, проблемы многие годы и десятилетия и не видел выхода, в общем, жил «как все», и вдруг

за короткое время стал по-настоящему счастливым. Согласитесь, что это как минимум интересно, но ведь кроме интереса здесь можно научиться и самому стать счастливее...

Школы бывают разные: начальные, средние, высшие и ещё множество специальных, по разным направлениям деятельности... И ни одна из существующих школ не готовит человека к счастливой жизни. Никто не готовит специалистов по построению счастливой семьи, по гармоничным отношениям между мужчинами и женщинами. А ведь это главное в жизни! Быть ярко проявленной женщиной и мощно выраженным мужчиной и жить долго и счастливо – вот величайшая реализация человека. Это и есть – быть мудрецом. Через такое состояние открываются все двери жизни! И этому НИГДЕ не учат. Парадокс. Те знания, которые необходимы для жизни более всего, оказываются за кадром, и люди плывут по течению. А оно уже куда вынесет. Вот и выносит...

Я давно занимаюсь вопросами систематического образования по построению счастливой жизни. Встречаясь со множеством людей, консультируя их, я видел, что они попадают в проблемы, в сложные ситуации в жизни из-за элементарной неграмотности. На самом деле знаний, чтобы быть счастливым, нужно немного, да и немного нужно трудиться на этом пути. Ещё один парадокс – люди гораздо больше трудятся над тем, чтобы быть несчастными! Больше прикладывают к этому сил, времени, денег... Если сомневаетесь,

посмотрите честно на свои аттестаты, свидетельства, сертификаты, дипломы и скажите: много они Вам принесли счастья? Только честно. Как далеко они уводили Вас от счастья. А сколько Вы на их получение потратили труда, времени и денег?

Все эти годы я разрабатываю и внедряю различные просветительские и образовательные проекты. Это в первую очередь книги, встречи и семинары, центры «Счастливая семья», «Академия Семьи». А в 2007 году родилась заочная интернет-школа «Школа Мудрости».

С помощью этой Школы многие люди получили возможность, не выходя из своего дома, иметь высококвалифицированную помощь по самым сложным вопросам своей жизни. Разработанные программы Школы высокоэффективны – даже несколько занятий открывают большие глубины мудрости, а это сопровождается повышением качества жизни. Приведу слова первой студентки Школы Мудрости Елены Бекшаевой:

«Десять занятий в Школе Мудрости позволили выстроить новый фундамент моей жизни. К темам занятий я неоднократно возвращалась и позже, слой за слоем осознавая жизненные уроки на всё большую и большую глубину. Моя жизнь менялась с изменением моего внутреннего состояния, и сейчас она полна любви, красоты, принятия, понимания и счастья.



Благодаря Школе Мудрости я выбрала для себя мир, в котором хочу жить, – мир любви, красоты и радости. Я отказалась от мира страданий, в котором многим жить привычнее. Препятствия, которые возникают на моём пути, легко преодолеваются в этом мире потому, что они нужны лишь как задачи, требующие решения и исчезающие за ненадобностью после того, как урок пройден. А в мире страданий препятствия – неотъемлемый элемент мира, потому что они подпитывают страдания. Мне пришлось отказаться от многих моих старых установок, верований, заблуждений, осознав, что они мешают мне жить счастливо. Мне пришлось пересмотреть многие спектакли моего прошлого и на многие события взглянуть другими глазами. Была проделана большая работа, которая продолжается и сейчас. Я не могу сказать, что жизнь стала легче, задачи, которые мы решаем, требуют серьезного труда над собой. Но этот труд – созидательный. И радостный! Он приносит ощутимые результаты, и наша жизнь становится день ото дня счастливей, в отличие от бесконечных вложений в страдания, которые не исчезнут никогда.

Истории успеха Школы Мудрости – это истории, в которых человек выбирает новый путь, новый мир и строит его активно, радостно и созидательно! И живёт в своей новой жизни счастливо, помогая другим и всему Миру!

Благодарю Школу Мудрости!»

И таких благодарностей много – уже сотни. Что может быть ценнее и радостнее, чем приобретение счастья в жизни? Трудность на этом пути только одна – лень. Преодолев её, можно реально, за короткое время получить совершенно новую жизнь.

Познакомьтесь с этими материалами, возможно, они помогут Вам найти ответы на какие-то свои вопросы или пробудят желание пройти по ступеням мудрости, поступив в Школу.

# Как всё начиналось...

Что я могу сказать о Школе Мудрости? Скажу главное, что это проект, в котором я делаю для себя, своей семьи, своего рода и для людей больше, чем делал когда-либо в своей жизни.

Я хочу с вами поделиться тем, какие события предшествовали рождению этой необычной Школы. Она очень значима для меня, так как является частью моей жизни. В этой истории есть несколько поучительных моментов, которые при внимательном чтении могут оказаться для читателя полезным опытом.

Так в моей жизни сложилось, что вырос я ещё в Советском Союзе, при социалистической системе, где моё будущее было для меня, в общем, понятным, когда я видел жизнь моих родных и близких. А вот самостоятельная жизнь началась уже в другом государстве, под названием Россия, в эпоху перемен, где всё происходящее для меня было похожим на хаос, непонятным и непредсказуемым.

Этот период я могу кратко назвать для себя «приказано выжить». И я «выжил» – через взлёты и падения в делах, через создание семьи и развод, потом создание новой семьи. Стало лучше в материальном плане, но не стал понятен окружающий мир, причины происходящих событий, жизнь не стала радостней.

Я просил Мир, чтобы он мне дал Учителя и с его помощью помог разобраться в себе и окружающей действительности. Я искал. Были тренинги, книги, семинары, учения, там было больше интересного, чем понятного для меня и применимого в реальной жизни.

Как сказал один мудрец: «Когда готов ученик – приходит учитель». В моём случае это произошло, когда мне было 37 лет. Сначала это были книги Анатолия Некрасова, которые мне очень понравились своей доступностью изложения и актуальностью. Я прочитал вначале сам, затем дал прочитать жене, она понесла их знакомым, и я увидел, какое влияние информация из этих книг оказывает на людей. Равнодушных было очень мало, а вот эмоций и слёз было достаточно. Я это отметил и, когда появилась возможность попасть на семинар Анатолия Александровича, с большим желанием записался на него и позвал с собой жену: мне хотелось лучше разобраться в том, что мы делаем, верно или неверно, в своей семейной жизни.

«Новостей» на семинаре я услышал много, но одна фраза произвела на меня эффект разорвавшейся бомбы. Она касалась мощности счастливой пары: «Если двое в мире и согласии, живущие под одной крышей, скажут горе – переместись, то она переместится». Эта фраза была подкреплена убедительными примерами из реальной жизни. Я понял, что путь пары для меня отныне имеет первоочередное значение и я хочу научиться так жить.

И тут, я уже не знаю почему, Анатолий Александрович сделал мне подарок в виде предложения посетить одно мероприятие в Польше, где он для какой-то цели собирал друзей и единомышленников.

Я долго не раздумывал, мне очень захотелось побывать в таком обществе, но мне было поставлено «небольшое» условие, которое меня впечатлило своей формулировкой. Оно заключалось в том, что я должен был приехать на мероприятие со своим проектом, который ни много ни мало мог бы поспособствовать улучшению окружающего мира. Вот это была задача... Благодарю себя за то, что я не смутился и не отступил.

А что я мог предложить Миру? Я, который вырос в глухой деревне, просто «хороший парень», с ленцой, который не имеет высшего образования, снимает квартиру и, не понимая окружающего мира, только тем и занимается, что каждый день с озабоченным лицом зарабатывает «на жизнь». Я ведь сам нуждался в помощи и советах и хотел разобраться во многих вопросах жизни.

У меня появилась мысль, что таких, как я, очень много: неудовлетворённых, запутавшихся в жизни, несчастливых, трудоголиков, разведённых и т. д., которые хотят изменить свою жизнь в лучшую сторону, научиться быть счастливыми, хотят задавать вопросы и получать ответы от мудрого человека. Нас много, а Анатолий Некрасов – один и очень занят, да и живём мы в разных местах.

В общем, предложение у меня «созрело» только одно, его я и озвучил Анатолию Александровичу в Польше. Оно заключалось в том, что я хочу у него учиться и консультироваться сам на расстоянии с помощью Интернета и электронной почты и организовать такую возможность консультироваться у него лично и для других людей, в каком бы уголке мира они ни находились. В том, что найдутся ещё желающие, я не сомневался. Таким образом, я решил предложить для улучшения мира обучающую дистанционную систему, в которую вложу всё, что у меня есть: желание, время, энтузиазм, творчество. Я никогда подобными делами не занимался, но меня это не пугало, мне очень хотелось взаимодействовать с мудрым человеком.

Единственное, что меня беспокоило, – согласится ли на это Анатолий Александрович. Я видел, что он и так очень занят, а такая деятельность означает для него дополнительную нагрузку. ОН... СОГЛАСИЛСЯ и дал название проекту: «Школа Мудрости»! Конечно, я был рад. Благодарю Вас, Анатолий Александрович, за доверие!

Принципиально было решено сделать учебный процесс качественным. Это выразилось в том, что для каждого студента Школы Анатолий Александрович становился личным консультантом и преподавателем, каждому студенту составляется индивидуальная программа.

Была весна 2006 года, и мы договорились, что за лето должно быть всё готово, чтобы с осени Школа начала дей-

ствовать. Я с энтузиазмом взялся за изготовление сайта, создание бесплатной информационной рассылки Школы, системы учёта студентов и т. д. Лето пролетело быстро. В конце августа уже был готов сайт, и я начал делать первые выпуски нашей школьной бесплатной электронной газеты «Новый образ». Выпуски делались в пространство Интернета для людей, которые могли только случайным образом увидеть эту новую электронную рассылку и стать её подписчиками.

О Школе в это время мало кто знал, и я не ожидал, что сразу с 1 сентября нам начнут подавать заявки на поступление. Но 2 сентября я получил первую заявку от женщины, которая, на мой взгляд, до сих пор играет историческую роль в жизни нашей Школы, хотя не являлась на тот момент знакомой Анатолия Александровича или моей. Для меня её появление было как знамение, что всё у нас обязательно получится, если люди нас сами как-то находят, без всякой рекламы.

Вы с ней ещё познакомитесь на страницах книги, а некоторые из вас и в жизни. Её зовут Елена Бекшаева (теперь уже Хохлова), она прошла первое обучение в Школе и теперь сама стала преподавателем Школы Мудрости и ведущей очных семинаров в разных регионах России и за рубежом. Благодаря тебе, Елена, ты как маячок, который ярко светит и показывает верный путь другим.

Такое было начало...

Прошло уже несколько лет, и я могу с удовлетворением отметить, что проект состоялся и он является уникальным и эффективным образовательным пространством.

Уже первый учебный год показал высочайшую эффективность Школы! У студентов произошли положительные изменения в здоровье, в семейных вопросах, в творческой реализации и в целом в жизни. Несколько студентов включились в образовательный проект «Счастливая семья». Невозможно оценить эффект от занятий – ведь меняется жизнь, она становится более счастливой!

Занятия проходят по тем вопросам, которые необходимо решать студенту в его жизни на данный момент. В процессе занятий и изменений жизни могут происходить и изменения программы. Решая свои задачи, он и приобретает мудрость. Практически занятия в Школе Мудрости – это длительная консультация по вопросам здоровья, личных отношений, взаимоотношений с детьми и родственниками, творческой реализации.

Развитие Школы привело к тому, что на второй год её деятельности открылись факультеты для преподавателей и курс для предпринимателей. К началу третьего года Анатолий Александрович подключил к преподаванию в Школе несколько успешных студентов, которые доказали своим динамичным развитием способность быть достойными наставниками для вновь поступающих в Школу. Школа живая и постоянно развивается, и стало уже традицией, что каждый



год вводится какое-то новшество, расширяющее возможности этой формы образования.

Школа многое изменила и в моей жизни, и в жизни моей семьи. Я открыл для себя окружающий мир, я теперь понимаю, кто я в нём и зачем живу, я открыл для себя заново семейную жизнь, и на сегодня отношения мои с женой наполнены любовью и радостью, мы родили и воспитываем сына. Моя мама, которая 10 лет прожила в одиночестве, вышла замуж и живёт с любимым мужчиной, я восстановил отношения с родственниками, часть из которых не видел с раннего детства, подружился со многими замечательными людьми в России и за её пределами и т. д.

У нас с женой ощущение, что за несколько лет мы прожили целую жизнь. Мы благодарны прежде всего Анатолию Александровичу и его жене Ольге, нашим мудрым Учителям, за неоценимый вклад в наше сегодняшнее счастье. Мы благодарим всех людей, которые за это короткое время встретились на нашем пути и дали нам бесценные уроки мудрости.

«Много мудрых – спасение миру» – эту фразу я услышал когда-то от Анатолия Александровича. Деятельность Школы Мудрости способствует тому, что в разных населённых пунктах появляются мудрые люди и счастливые семьи, а это значит, что увеличивается многократно количество добра на Земле.

Возможно, у вас возникнет вопрос: следует ли вам учить-

ся в Школе Мудрости? Привожу в качестве ответа на него краткий отзыв студента Школы Алексея Сапожникова:

«На мой взгляд, обучение в Школе Мудрости подойдет не всем. Нужно быть уверенным в том, что хочешь меняться. Человек сам загоняет себя в трясины. В Школе Мудрости подскажут, за какие ветки можно схватиться, покажут, в какой стороне находится дорога жизни.

Но вылезать из трясины и идти к дороге человеку придется самому. Никто не сможет сделать это за него. И один из первых шагов – написание резюме. Если вы не в состоянии рассказать о себе, поднять руки, чтобы схватиться за ветку, значит, вы просто не хотите вылезать...»

Обучение в Школе Мудрости – это шанс за короткое время изменить своё сознание, приобрести мудрость и улучшить качество собственной жизни. Но это не единственный шанс, и если вас что-то не устраивает в нашем проекте, ищите другую возможность изменить себя, она точно существует в этом Мире. Главное, не стойте на месте, ведь жизнь – это движение, а если двигаться, то в сторону увеличения радости и счастья, в сторону личного развития.

Тем из вас, кто выберет Школу в качестве шанса на изменение жизни, хочу сказать, что вы встанете на самую прямую и короткую дорогу. Добро пожаловать!

На возможный вопрос: «Как будет развиваться Школа дальше?» – я отвечу в одной из заключительных глав этой замечательной книги. До скорой встречи.

Директор заочной Школы Мудрости  
Анатолия Некрасова  
*Родион Бразжников*

# Елена. Шаг первый

Меня зовут Елена. Я преподаватель Школы Мудрости Анатолия Некрасова. Я закончила обучение в числе первого набора в Школу Мудрости. В этой главе речь пойдет о моём пути в Школе, об опыте студента и преподавателя.

Приступаю к написанию этой главы с чувством огромной благодарности двум замечательным мужчинам, моим друзьям: Учителю и Мудрецу Анатолию Некрасову и создателю и вдохновителю Школы Мудрости Родиону Бражникову. Благодарю за обретенную с их помощью возможность принимать опыт и мудрость людей и Мира, за возможность делиться этими богатствами со студентами и читателями.

Идея этой книги возникла тогда, когда стало понятно, что опыт, приобретенный студентами и преподавателями Школы Мудрости, может быть очень полезным для круга людей, которые активно стремятся к счастливой радостной жизни, которые ищут реальные пути к мудрости. Основная идея Школы – распространение нового мировоззрения в реальной жизни. Это означает, что студенты становятся не умными (приобретая все новые знания), но мудрыми (приобретая новые навыки и опыт).

В этом образовательном процессе получение знаний происходит в полном слиянии с жизнью. Буквально – студент получает задание и ПРОЖИВАЕТ его, о чем и пишет в от-

чёте. Что значит – проживает? Отслеживает, наблюдает, созерцает в каждодневной жизни проявления тех качеств, тех моментов, которых касается задание. Учится видеть это в себе и других. Весь мир вокруг включается в образовательный процесс, подбрасывая пытливому внимательному студенту ситуации, информацию в форме жизненных картинок, через телевидение, книги, газеты. Мир вступает в процесс обучения, помогая найти ответы на вопросы ищущего студента. А вопросы касаются самых основ жизни – её смысла, жизненных ценностей, родовых задач, отношений мужчины и женщины, Любви и Свободы. Вот так студент и СОтворяет свою жизнь, СОтворяет себя. СОтворяет вместе со всем Миром, который всегда радуется такому человеку и всячески помогает ему.

Школа Мудрости – для тех, кто действительно хочет творить свою жизнь. Творить активно и осознанно. Творить самое прекрасное произведение искусства – самого себя.

Цель этой главы – рассказать о моём собственном опыте. Это ценно тем, что многие эпизоды моей истории являются достаточно типичными для российской женщины. Сейчас видно, что задачи, подобные моим, решают практически все женщины, живущие в наше время. Но обо всём по порядку.

Я оказалась первой студенткой Школы Мудрости. Удивляюсь мудрости Мира и стечению обстоятельств, которые вели меня...

История эта началась в августе 2006 года. Мой портрет

на тот момент: 31 год, третий раз замужем, отношения с мужем претерпевают обычные сложности (накопившееся непонимание, конфликты, потеря смысла совместной жизни...) и уже подходят к тому же привычному финалу – разводу. Зато я горжусь своей блестящей карьерой в области маркетинга. Работаю директором по маркетингу в одной из крупных московских производственных компаний. За плечами, помимо трёх браков, – многочисленные переезды из города в город, активная работа над своими личными и профессиональными качествами, два высших образования. Я ощущала себя победителем по жизни, человеком, который решает любые поставленные задачи, но победителем, который испытывает «кризис жанра». Поставленные передо мной задачи решены, но счастья нет...

Обратите внимание на подбор слов, когда я пишу о себе той, образца 2006 года: «Победитель... человек... решение задач...» Молодая женщина говорит о себе в мужском роде, не замечая этого. Как часто сейчас я вижу это в письмах студенток Школы Мудрости... Тогдашний мой лексикон состоит в основном из бизнес-определений, по-мужски четких, внятных, лаконичных. Эффективно и по делу. «Хороший мужской характер» – так говорили обо мне тогда.

При этом я не выглядела никогда синим чулком или солдатом в юбке. Внешне все в порядке – миниатюрная рыжая женщина... Вот юбок и платьев только совсем не носила – не удобно...

Что же происходило? Умница (медаль в школе, отличное американское бизнес-образование, свободный английский язык), красавица, позитивная и по жизни победитель, а не жертва обстоятельств, из хорошей, полной и благополучной семьи, не обделена совсем вниманием мужчин, всегда выходила замуж за достойных во всех отношениях мужчин...

А «счастья нет»... «Победитель по жизни», в отличие от «жертвы по жизни», способен и готов честно увидеть причины своих неудач. Когда третий брак начал разваливаться с теми же симптомами, что и первые два, мне пришлось серьезно задуматься.

До этого момента я успешно списывала свои неудачи на мужчин. Нет, конечно, я свои задачи тоже видела и работала над собой... но всё-таки в глубине души я считала, что просто не встретила достойного (достойного меня) мужчину. Я видела, что все мужчины слабее меня по характеру, по целеустремленности, по качествам «победителя». Я видела, что я давлю и угнетаю мужчин своей силой. Видела даже причины, по которым так происходит, – все мои мужья происходили из семей, где мамы были волевыми, сильными женщинами...

Я понимала, что для того, чтобы изменить свою жизнь, надо изменить что-то в себе. Но вот что? В какой-то момент, отслеживая свои чувства, мысли, я поняла, что в моей жизни есть огромное пространство, мной неизученное, неисследованное, непонятное... Это всё, что касается женских ка-

честв, женственности.

Если честно, то до 31 года я просто об этом не задумывалась. Возникает вопрос: а как же я выходила замуж столько раз, не задумываясь о своей женской ценности?

Объяснение этому есть. Дело в том, что я долгое время занималась собой как личностью. Качествами своей личности. Старательно шлифовала свой характер, привычки... Мне когда-то мама сказала, что «жить надо для того, чтобы быть хорошим человеком». Вот я успешно и выполняла эту программу – становилась «хорошим человеком». И стала им! Действительно хорошим! Но ЧЕЛОВЕКОМ, а не ЖЕНЩИНОЙ!!!

Конечно, эти замечательные качества характера, приятная внешность, образование, успешность привлекали мужчин. Но до тех пор, пока они не обнаруживали, что живут не с женщиной, а с человеком...

В моей картине мира просто не было понятий «женщина», «женственность». Я – типичная женщина своего времени, воспитанная в советской и постсоветской России. Всё это я понимаю сейчас, но тогда всё это было иначе.

Вот такой я вступила в Школу Мудрости.

В ходе первых занятий я заново узнавала себя. До этого момента я жила как бы по привычке. Я ведь хорошо знала себя – точнее, думала, что знала. Я сама – это человек, с которым я нахожусь 24 часа в сутки и не вижу со стороны. Со



стартом обучения в Школе Мудрости я начала вести дневник. Этот инструмент помогал мне видеть себя. Самонаблюдение – это действительно важно. Выписывая на бумагу свои чувства, мысли, смотришь на себя со стороны – это первый момент, а второй – это то, что, будучи излитыми на бумагу, мысли и чувства как бы покидают голову и сердце, освобождая место для нового. Не происходит «зацикливания», когда одно и то же крутится в голове бесконечно.

Всех студентов Школы Мудрости мы просим вести дневник. Это очень эффективная практика работы над собой, несмотря на кажущуюся простоту.

Первые занятия были построены так, что мне было необходимо вспомнить мой жизненный путь. С новой точки зрения взглянуть на то, что происходило в моей жизни. Получается, что, оглядываясь назад, я старалась рассмотреть корни своих проблем. Уникальность этого процесса в том, что я сама видела свою жизнь по-новому. Анатолий Александрович предлагал точку зрения, с которой я смотрела на себя саму, жизнь свою, своих близких. Его комментарии были немногословными. Понимаю, что сейчас, по прошествии нескольких лет (а мне кажется, что целой жизни!), эти замечания не теряют своей актуальности.

*Из моего отчёта: «Помню, что одним из основных моих стремлений в жизни в детстве было быть хорошей для родителей, бабушки. Я очень старалась вести себя так, что-*

*бы их не расстраивать. Я категорически не выносила, когда меня критиковали, поэтому старалась никого не разочаровывать. Мама говорит, что я была крайне удобным и послушным ребёнком. В старшем возрасте желание не расстраивать родителей сохранилось.*

*Думаю, что из детства я сохранила желание всем нравиться и нежелание кого-либо разочаровывать. Мама говорила, что главное – «быть хорошим человеком». Интересно, что сейчас я понимаю, что я так и живу».*

«Желание быть хорошей для родителей, бабушки...» За этими словами действительно стоят корни многих моих проблем. Желание быть удобной. Желание быть успешной. Желание нравиться. Желание быть как все. Желание быть лучше всех. Желание радовать тех, от кого зависишь. Несвобода. Нечестность. Казаться, а не быть. Что внутри – не важно, важно – чтобы снаружи быть хорошей. Я принесла из детства в свою взрослую жизнь это желание «быть хорошей для кого-то». Ценности советского общества сформировали моих родителей и меня. Обществу нужны были хорошие исполнители, качественные сотрудники, общественные деятели, люди, которые идут вместе к общим целям. Для того чтобы сформировать такого человека, необходимо его завязать с самого раннего детства на внешние результаты. Так и формируется зависимость от оценки кем-то снаружи – родителями, воспитателями, учителями.

А чтобы получить хорошую оценку, надо что делать? Де-

лать то, что считается правильным и хорошим. Делать!!! Стараться!!! Мы ещё вернёмся позже к этому «делать» и к его роли в моей жизни... Я помнила сказку про Золушку. «Золушка была доброй и работающей и вышла замуж за принца». Вот я и старалась быть доброй и работающей. Про принца я не думала, ведь в сказке подразумевается, что он и так никуда не денется...

Одним из первых заданий было вспомнить детские мечты. Часто девочки мечтают о любви, о принце, о дворце... Интересно, что я не вспомнила таких своих мечтаний. В моих мечтах я видела себя хозяйкой своего дома и матерью. Этот образ заложен был с самого раннего детства, все женщины вокруг меня были такими – хорошими матерями, хозяйками, сотрудницами... О любви к мужчинам не говорилось вообще, это было как бы само собой. Насаждалось убеждение в том, что если девочка хорошая, то всё в жизни сложится наилучшим образом. В той системе координат, которая у меня была, не было отведено место вопросу о том, зачем нужна женственность. Для решения этой задачи нужно было более глубокое понимание того, что есть Человек, что есть Душа, в чём смысл прихода Души на Землю...

*Из моего отчёта: «Душа знает, что мы все – одно. Душа мечтает познать единение с другими Душами в этом мире. Через разъединение прийти к Единению. Любить другого, как себя, потому что мы есть одно. Научиться любить се-*

*бя. Распространить любовь на своих близких, на весь Мир. Не познав тьмы, не будешь знать, что такое день... не познав отчуждения и холода, не будешь знать, что такое единение и тепло... Не познав неприятия, не узнаешь, что такое приятие...*

*Мечта – прожить жизнь, осознав Любовь к себе, близким и Миру. Мы достаточно познали одиночество и холод Иллюзии, чтобы быть готовыми обернуться к Единению и Любви Реальности. Вспомнить себя. Жить так, как того хочет Душа. Любить, творить дела Любви. Нести людям Любовь и тепло. Стать источником тепла и света для близких, для всего Мира. Создать семью – очаг света и тепла. Сотворить действительность, наполненную Любовью и светом. Вырастить счастливых светлых детей, обрести Мудрость самой и помочь близким, сохранить Мудрость Рода, обрести зрелость и вторую зрелость. Стать источником мудрости и Любви для своего Рода... вот такая мечта!»*

За три месяца виртуального общения с Анатолием Александровичем я пришла к осознанию своей сути и своей Души. Не глубоко, пока на уровне ума, но это осознание пришло в мою жизнь, и стало понятно, что человек счастлив тогда, когда реализует смысл своей жизни. А в чём смысл моей жизни? Зачем пришла сюда моя Душа? На тот момент я поняла, что полного ответа на этот вопрос у меня нет, но одно про свою Душу я знаю точно. Что же?

Я родилась в ЖЕНСКОМ ТЕЛЕ! Моя Душа выбрала прийти сюда в женском теле! Это означает, что, решая задачу раскрытия женственности, я буду двигаться по пути реализации планов моей Души! Вот так неожиданно, но логично в мою жизнь вошла тема женственности. Действительно, я не знала на тот момент других задач, но одна-то была точно определена. БЫТЬ ЖЕНЩИНОЙ!!! Я увидела, что именно эту очевидную задачу я и не решала всё это время. Именно по этому пути и не шла! И вот в этот момент я развернулась наконец к своей сути. Я сразу почувствовала, как изменилась моя жизнь. Я увидела, как радуется моя Душа, как радуется мне Мир! Как меняется моя жизнь!

По опыту многих студенток Школы Мудрости я теперь вижу этот переход, момент осознания себя Женщиной. Когда принимаешь этот факт «я – женщина» в свою жизнь и начинаешь идти этой дорогой, жизнь меняется практически одномоментно. Это действительно похоже на рождение. Второе рождение! Вот я была одна и вдруг в какой-то момент стала другой!

Этот я описала в своём дневнике.

*Из дневника: «Хочется поделиться вчерашним и позавчерашним днём. Позавчера после выполнения всех заданий Некрасова пришло понимание: чтобы быть более Женственной, надо просто быть более Женственной. В каждый момент времени помнить себя. Мужские стандарты и при-*

вычки вошли в меня очень глубоко. И теперь там, где надо проявить женскую суть, я проявляю детскость (ребячество)... во мне просто нет стандартов женского поведения. Поведение – это **ВСЯ ЖИЗНЬ**: как человек сидит, говорит, ходит, ест, пьёт, реагирует, одевается, чувствует себя, пишет, наконец... Жизнь – это повседневные действия... В какой-то момент я поняла, что для выработки новых стандартов надо просто думать и вести себя по-женски. Удивительное ощущение...

Описала свой «идеальный день» женищины: «– просыпаюсь с улыбкой, я – Женищина!!! Я рада всему Миру и Мир рад мне! Доброе утро!!!

– потягиваюсь, приветствую Мир! Он – есть Любовь! Радуюсь себе...

– иду на прогулку, солнце, природу, всех и всё вокруг! Приветствую мой поселок, привет!

– с любовью делаю зарядку... как приятно ощущать свое тело...

– «навожусь» красоту... красота – во всем...» Результаты появились через... 30 минут! Муж пришел и сказал, что я красивая... Мой ответ:

«Да, я решила, что надо быть красивой». Муж: «Ага, и сразу стала красивой!!!». Посмеялись. Но это – правда! Решила – и стала красивой!!!

Вечером муж проявляет «знаки внимания»... Как мне кажется, недостаточно нежно, ведь я уже другая... Привыч-

ная эмоция – обидеться, «воспитать»... уже было скатилась в неё... Но я ведь Женищина! Попросила вдруг свою Душу... «Душа, что делать-то?»... «По-старому – не могу, как по-новому?»... Ответ пришёл: «Покажи, как бы ты хотела, чтобы всё произошло?»... и случилось то, чего давно уже не случалось... творчество! Полёт! Любовь!.. Я показала! Показала, какой я себя ощущаю... Как бы я хотела, чтобы всё получилось... Что мне нужно... Победа! Считаю, что это моя маленькая женская победа!!!

Долго не могла уснуть...

Было утро... проснулась рано, без будильника, что со мной бывает редко... ощущения наполнения Энергией... надо вставать! Как запланировала, по-женски!

Приветствую Бога, природу, всё вокруг, наш дачный посёлок. Выпал снег, стоит тёплая безветренная погода, ещё солнце не взошло... и вдруг пёс Карим сворачивает с привычного пути в лес, я – за ним... и... попадаю в СКАЗКУ!!! Зимний лес, ещё не проснувшийся... как в сказках и на картинах... ай да подарок!!! Спасибо, Мир! Как я люблю тебя!!! Такое ощущение, что это подарок рождающейся Женищине, как знак, что я на правильном пути!!!

Побежали за фотоаппаратом... ни с чем не сравнимая радость творчества... Остановить мгновение, передать эту красоту людям, выразить мой восторг!!! Это – Чудо!! Наверное, моя Душа стала более чувствительной, точнее – я стала более чутко слушать...

*Далее – по плану! Делаем приятную зарядку, наводим красоту... приводим в порядок Дом... Как здорово быть Женщиной! Действительно, переполняет любовь к Миру, всему на свете!!!*

*Днем вдруг среди ноябрьской хмари – яркое солнце! Снег искрится, сосульки, капель... Божественная красота! Творчество, творчество целый день!!!*

*Накануне был вопрос, который хотела задать А.А.: «Чтобы быть женственной, вырабатывать новые стандарты поведения, нужно много энергии... у меня её нет... где взять?» Оказалось, всё просто – надо просто РЕШИТЬ!!! И энергия пришла! И эта энергия – любовь! Как я благодарна ей, Миру, судьбе за всё, что со мной случилось... как здорово, что я пришла к Школе Мудрости. Как хочется, чтобы изменения продолжались...»*

*«Тот день был действительно днём моего нового рождения. Моего рождения как Женщины. Это высокое состояние, которое я ощутила тогда, конечно, достаточно быстро ушло. Но я точно знала, что это теперь – моё. Это – со мной, это есть в моей жизни. И я стала стремиться к этому. Наполнять такими вибрациями, такими настроениями всю мою жизнь. Всё, к чему прикасаюсь, наполнять светом, любовью, красотой... Мудрый Учитель в ответ на эти слова написал:*

*«Я рад росту Вашей мудрости! Благодарю за то состо-*



ание, что Вы дарите Миру!

*Хочу обратить Ваше внимание на то, что главная «принимающая сторона» Вашего нового состояния – это Ваш муж. Вы, конечно, это знаете, но не лишним будет напомнить. Вы для этого и встретились, чтобы помочь друг другу развиваться. И пространство Вашей семьи – это главное пространство Вашей реализации. Волны именно оттуда идут, из этого центра. Чем глубже резонанс там, тем лучше Вас слышит и воспринимает Мир».*

Сейчас я понимаю, что это было форсированное обучение. Мне важно было прожить момент рождения самой, наполнить себя максимально этими состояниями. Но и уходить в себя, отрываясь от мужчины, тоже нельзя было. Анатолий Александрович видел этот риск, знал, что я могу заиклиться на себе, своих новых ощущениях и оторваться от жизни, от мужа. И напоминал мне о том, куда мне стоит направить мои пробудившиеся женские энергии. Моя женственность действительно существовала сама по себе... наверное, это была и не женственность пока, а только первые шаги на пути к ней, на пути к истинно женскому состоянию.

Вот такая первая студентка появилась в Школе Мудрости. Я её знал только по резюме, но довольно четко увидел типичную самоуверенную бизнесвумен. Было непросто повернуть её к самой себе, помочь увидеть себя. Она привыкла не

замечать свои ошибки, и это ей позволяло добиться многого в жизни, кроме... счастья. Радовало то, что она сумела услышать свою душу, которая ей сказала: «Хватит ходить по кругу одних и тех же проблем. Ты растёшь профессионально, в материальном плане, но ты не решаешь свою главную задачу – быть женщиной». Этот тихий голос души заставил её искать выход совершенно в другом пространстве. Когда она увидела, что и третий брак идет к разводу, то у неё хватило ума (пока ещё не мудрости), чтобы остановиться и сказать себе: «Что-то не то в моей жизни». И вы сами видите, как за несколько первых месяцев обучения в Школе Мудрости в ней стали происходить глубочайшие перемены. Пока ещё это были только всплески нового состояния, они ещё не стали самой жизнью, но ростки нового сознания стали разрушать укатанный асфальт типичного сознания бизнесвумен.

Предлагаю вашему вниманию ещё несколько шагов к новой жизни, сделанных нашими первыми студентами. Они стоят того.

# Начало

Школа Мудрости начинается для будущего студента с резюме. Он скачивает с сайта Школы Мудрости перечень вопросов и последовательно отвечает на них. По этому резюме мы знакомимся с человеком и определяем индивидуальную программу занятий. Так как в резюме всё не укажешь и в процессе общения открываются новые грани личности и жизни, то программа занятий часто меняется по ходу. Резюме пишут разного объёма: от полстраницы до тридцати листов. Некоторые искусно оформляют резюме, включают в него фотографии свои и родственников... Редко кто подходит к написанию резюме формально. Как правило, начав писать о своей жизни, человек глубоко входит в свою историю, увлекается, переживает, и получается повесть...

# 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.