

АНТОН СМИРНОВ

ПРИНЦИП ДЕНЕГ



**СЕКРЕТНАЯ ПРАКТИКА
УПРАВЛЕНИЯ
РЕАЛЬНОСТЬЮ**

Антон Смирнов
Принцип денег.
Секретная практика
управления реальностью

Издательский EPUB

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=8740960

Принцип денег: секретная практика управления реальностью: ИГ

«Весь»; СПб.; 2014

ISBN 978-5-9573-2771-4

Аннотация

Управляете ли вы своим денежным потоком? Или он управляет вами? От того, как вы оцениваете свое положение в этом вопросе, зависит не много и не мало – качество вашей жизни, причем во всех ее сферах. Наладить счастье в семье, поправить здоровье и разбогатеть одновременно – едва ли возможно... Но! Перестроив свои отношения с деньгами по алгоритму Антона Смирнова, вы сможете аналогичным образом вернуть себе контроль над событиями в своей жизни. Вы получите возможность прогнозировать риски и достижения, осознанно вкладывать в свое физическое и эмоциональное благополучие и получать щедрые дивиденды от мироздания. Для широкого круга мечтателей и преобразователей.

Содержание

Глава 1	4
Богатые и бедные	10
Сфера физического здоровья	13
Как стать богатым?	15
Осознанность и вдохновение	18
Чем отличается вдохновение от мотивации?	20
Движение к целям	22
Конец ознакомительного фрагмента.	25

Антон Смирнов

Принцип денег: секретная практика управления реальностью

Глава 1

Принцип денег, или как стать богатым



В 30 лет внешне я был вполне успешным, у меня были все атрибуты для того, чтобы это ощущать. Жил в Москве, имел собственный строительный бизнес, квартиру в ипотеке, последнюю модель BMW в лизинг. Тратил деньги, не считая.

Но это только внешне – по сути я вкалывал с утра до ночи, сам себя обеспечивал работой, хотя называл это бизнесом. Я был убежден, что надо много пахать, чтобы много зарабо-

тывать, поэтому очень много работал. Бизнесменом я считал того, кто умеет разбираться только в своей узкой области. В моем тогдашнем представлении предприниматель обязан был на всех орать, быть самым умным, самым главным и устраивать планерки с разносами. Я много скандалил, истерил, ругался матом, был очень беспокойным, гнев и агрессия затмевали все эмоции.

Меня не интересовали серьезные отношения. К тому времени я был разведен и ощущал отголоски первого брака, когда с работы не хотелось идти домой, а на работе думал о том, какой дома хаос.

Мои убеждения по поводу еды сводились к тому, что надо есть и пить все подряд, ни о чем не беспокоясь. По поводу здоровья – то же самое: «Когда что-то заболит, пойду к врачу». Я выкуривал по 2 пачки сигарет в день, наедался на ночь, запивая все это пивом, или мог запросто выпить бутылку вина за ужином. На выходных развлекался с друзьями. В нашей компании считалось крутым напиться, а потом рассказывать, чем занимался в этом состоянии.

Словом, было море рамок и убеждений. Круг общения ясно отражал мои страхи и сомнения: было желание манипулировать, доминировать, продавливать ситуацию, быть жестким. Я считал, что существует только мое мнение, и оно – правильное. Был зафиксирован на своей правоте, мне было важно ее доказать. Пока собеседник со мной не соглашался, я не успокаивался.

Мое мировоззрение было очень ограничено. Если образно представить ситуацию, то вокруг меня был беспросветный мрак. Никакого объемного восприятия целостного, я видел только себя со своими заморочками.

Прошло несколько лет. Сейчас я веду несколько бизнесов – один из них в сфере консалтинга, второй представляет собой образовательную компанию, а третье направление – рекламное агентство.



Однако мое отношение к успешности теперь совсем другое: раньше она была результатом, теперь это следствие.

В прошлом я ставил цель, допустим, купить квартиру или машину, и двигался любой ценой к этой цели, несмотря ни на что. В настоящем я занимаюсь тем, что мне нравится, и в результате появляются машины, квартиры и все остальное. Материальные блага – не самоцель, а следствие того, как я живу. Несколько лет я не употребляю алкоголь, не курю, соблюдаю режим дня, занимаюсь спортом, веду здоровый образ жизни.

Я стал видеть больше возможностей вокруг и больше доверять своей интуиции. Возникло такое представление, что

чем больше я доверяю себе, тем уверенней иду по пути, который чувствую как свой путь, и у меня нет никаких сомнений. Живу с ощущением спокойствия, уверенности, что иду своей дорогой.

Я увидел многие свои негативные убеждения и осознанно стал от них избавляться, чем продолжаю заниматься и сейчас. Их масса, и какие-то появляются вновь, но с чем я безжалостно расстаюсь, так это с предубеждениями по отношению к чему-то или кому-то.

Ясность и чистое восприятие появляются там, где нет установок и программ. Я сместил фокус с внешнего, направил внимание внутрь себя, научился работать со своей внутренней территорией, и, как следствие, стали происходить изменения вовне. Моя цель сейчас – познание себя настоящего, своих возможностей и всего, что с этим связано. И внешние факторы становятся объективным показателем гармоничного развития во всех сферах моей жизни. *Забери у меня внешнее – оно тут же опять появится, потому что это есть у меня внутри*, а раньше было наоборот.

Все эти изменения произошли за 5 лет. Сначала я просто чувствовал дискомфорт от своего образа жизни. Я тогда не мог даже сформулировать, что именно меня не устраивало. Просто чего-то не хватало, будто окружала пустота. Стал искать инструменты, понимание, как выйти из этого тупика. На тот момент у меня был опыт одного банкротства, и я ставил себе цели, исходя из того контекста, который тогда был

– то есть «достигабельские» цели, в плане бизнеса и денег.

Много учился, получил два высших экономических образования в самых престижных университетах России. Нашел лучший финансовый вуз в стране, но и там ничего нового не узнал – на занятиях не рассказывали про деньги, а учили, как на предприятии считать показатели. А как создать предприятие, на котором считать показатели, как построить бизнес с нуля, как работать с денежным потоком – об этом речи не было. Когда я понял, что меня вновь учат, как работать на работе, решил, что традиционное образование не дает нужных знаний, надо искать какие-то альтернативные способы.

Я прошел несколько тренингов личностного роста. Это было уже чем-то новым: там не было теории, там учили достигать результаты. Но, оказалось, это было только начало: я ставил цели, а в процессе осознавал, что мне нужно совсем другое, и открывал для себя новые ценности.

Я понял тогда, что просто не умею любить и доверять своим чувствам, эффективно взаимодействовать с людьми. У меня начали завязываться отношения с девушкой, которая также занималась саморазвитием, сейчас это моя жена. После этой серии тренингов я почувствовал, что все могу, взялся в серьезные проекты, на которых второй раз обанкротился – но я благодарен жизни за этот бесценный опыт. Меня это немножко заземлило и вдохновило на осознание своего движения, развития. Усилился интерес к обучающим практикам не только по достижению целей, но и по гармо-

ничному развитию. Я понял, что в определенных аспектах мне нужно многому учиться, в том числе коммуникации и альтернативным способам финансовой грамотности.

Началась интенсивная работа, которую я и описал в этой книге.

Богатые и бедные

Тема богатства в моем понимании связана далеко не только с деньгами. Быть богатым – это быть целостным и самодостаточным. Через работу с деньгами можно осознавать, как можно эти же знания применять и в отношениях с партнером, родителями, друзьями, а также в плане здоровья, интеллекта, саморазвития.

Принцип, который я транслирую, можно сравнить с инвестированием. Понятие инвестирования часто используют в отношении денег. Но, на мой взгляд, этот принцип также работает и в других сферах. Когда мы инвестируем в здоровье, в свое полноценное здоровое тело, то мы в настоящем формируем будущее. Если мы инвестируем в отношения, то в настоящем мы делаем нематериальный вклад в свою крепкую, любящую семью. То же самое и с коммуникациями, с родителями. Тема денег неотделима от всего остального. Если есть проблема с деньгами – скорее всего, есть какие-то проблемы, например, со здоровьем.

Кем ты себя считаешь, богатым или бедным? На своих семинарах и тренингах я часто спрашиваю аудиторию об этом, и мне всегда отвечают по-разному. У всех понятия богатого и бедного – очень разные, невозможно уместить в какой-то шаблон понятие «богатый человек».

По моему мнению, богатый – значит самодостаточный,

тот, кто независим от денег, от их количества. Они у него есть, ему их хватает, он умеет их приумножать, но не страдает от недостатка. И так во всем – если человек не привязан к деньгам, независим от них, они к нему приходят легко и свободно. Если он легко и свободно строит отношения, если он легко и свободно занимается своим здоровьем – для него это просто образ жизни. Это и есть богатый, полноценный, счастливый человек. Он самодостаточен во всех сферах жизни: семья, работа, друзья, деньги, увлечения, спорт, отдых – у каждого свой собственный набор.

В целом, можно выделить четыре основные сферы жизни, которые мы подробно рассмотрим.

Социальная сфера

Сюда относится финансовое благополучие, а также все, что связано с отношениями людей друг с другом. Это умение выстраивать связи, умение избегать конфликтов и договариваться. Мы все живем в социуме и взаимодействуем между собой. Если человек живет один в лесу, то там другие условия; в любом же городе или деревне все строится на коммуникациях с другими людьми, и деньги включены в эти отношения.

Отдельно я выделяю гармоничные отношения с противоположным полом и реализацию мужского и женского начала в плане создания семьи. Кроме того, эта деятельность все-

гда согласуется с предназначением – то есть человек осознает, чем он занимается, у него нет внутреннего конфликта из разряда: «Может, я что-то не то делаю?»»

Сфера физического здоровья

Все, что создает здоровое крепкое тело. Это осознанное питание, налаженный режим дня, внимательное отношение к своему самочувствию, адекватные физические нагрузки, а также умение воспринимать болезнь как знак, как новую возможность для развития.

Интеллектуальная сфера

Сфера интеллекта, прежде всего, подразумевает развитие воли и разума. То, насколько у человека сильная воля, определяет, как он реализуется в материальном и социальном отношении. Он развивается на физическом уровне благодаря собственной воле, ведь решения принимает не тело.

Интеллект также определяет умение контролировать ум и чувства, развивать сознание, разрешать проблемы и двигаться к целям. Кроме того, к этой сфере следует отнести все, что способствует развитию наших интеллектуальных способностей. Это развитие мастерства и действие по предназначению.

Самопознание/духовная сфера

Под самопознанием я понимаю способность человека расширить границы своего сознания, увидеть другую картину мира, более целостную и объемную, возможно, отличную от привычной. Это исследование себя и своих возможностей.

Как стать богатым?

Это каждодневная работа, образ жизни. И если человек становится на этот путь, он начинает его с оценки и трансформации себя, своих мыслей и слов, а затем и действий. Со своей скоростью, постепенно, он формирует себя как личность, начиная с базовых представлений о себе.

Сначала необходимо разобраться в своих мыслях, упорядочить их, начать следить за своими словами, действиями, поступками. Важно научиться оценивать, насколько они эффективны, насколько соответствуют представлению о нашей безупречности. Потому что сами себя-то мы не обманем. Пытаемся, конечно, находим какие-то отговорки, но в целом, все равно знаем свои слабые места. Однако, одного знания мало, и для того, чтобы был результат, необходимо перейти к действиям.

Чаще всего это происходит так. Человек составляет себе программу, решает с понедельника начать новую жизнь: режим, спортзал, сбросить вес, больше времени проводить с семьей и так далее. Однако, как показывает жизнь, чем шире шагаешь, тем быстрее штаны порваться могут.

Каждый из нас может проследить за собой в течение дня, в течение недели: на что вы тратите время, какие события происходят в жизни, как вы развиваетесь, чем занимаетесь. Прodelав такую работу, можно увидеть, к какому результату

приводит вас данный образ жизни. И что в этот образ жизни можно добавить, чтобы результат стал каким-то другим?

Составьте список, к примеру, из 10 пунктов. Если начать меняться в этих 10 направлениях сразу, это может быть сложно, человек может просто перегреться. Это все равно, что через провод, который рассчитан на бытовые нагрузки и напряжение 220 вольт, запитать трансформаторную подстанцию 10 кВ – он тут же сгорит. Тот же принцип работает и здесь, *не надо перегружать себя*.



Набирать эту скорость надо постепенно, начать с чего-то одного: ввести в свой образ жизни какую-то одну новую привычку.

Очень важно действовать постепенно, по порядку вводить в привычку какие-то практики, новые действия, новые образовательные программы и т. д. Не сразу крышу строить, а с фундамента начинать.

Я предлагаю в качестве точки отсчета собственного развития взять именно работу с деньгами. Это единственная сфера, где можно посчитать показатели честно. Можно пребывать в иллюзиях по поводу отношений в семье, можно пребывать в иллюзиях по поводу здоровья – эти сферы не изме-

ришь в цифрах. Денежный показатель отображает и то, какие у тебя отношения, и то, какое здоровье, и все остальное, что тебе важно. Основное внимание в этой книге уделено работе с деньгами. Я предлагаю пошаговый алгоритм, как развить свои финансовые мышцы и постепенно выйти на новый уровень в разных сферах жизни.

Осознанность и вдохновение

В какой-то момент меня зацепили практики на концентрацию внимания. Я почувствовал, что за ними стоит что-то большее. Выполняя эти практики, я заметил, что концентрация моего внимания на какой-либо сфере начинает эту сферу развивать. Далее, работа над вниманием перешла в работу с осознанностью.

Конечно, объективной реальности не существует, но этот метод помогает соприкоснуться с тем, что есть на самом деле, в той мере, насколько это возможно.



Осознанность — это способность разрушить иллюзии и увидеть картину жизни такой, какая она есть, без ложных представлений про свою успешную или, наоборот, серую и унылую жизнь..

Есть три вопроса, которые жирной красной линией проходят через всю книгу и через всю идею осознанности:

Кто я?

Что я чувствую?

Зачем делаю то, что делаю в своей жизни?

Эти вопросы многое меняют в жизни человека, если он их себе задает.

В моем понимании, осознанность развивается постоянно. У каждого приход к состоянию осознанности происходит по-своему. У меня есть четкое понимание, что человек развивается всегда, даже когда это не заметно для окружающих. Со стороны может казаться, что он деградирует, но на деле оказывается, что он лишь ищет свое дно, от которого сможет оттолкнуться и устремиться вверх.

На «дно» человека может притянуть что угодно. Часто это бывает стрессовая ситуация: развод, потеря близкого человека, работы, бизнеса, здоровья. В ней человек принимает решение: «Все, мне надоело так жить». Переломный момент случается у каждого в разные периоды жизни.

Осознанность – это разрушение иллюзий. В методе, который я описываю в своей книге, развитие происходит через разрушение и трансформацию. Я предпочитаю *безжалостно ломать разные иллюзии* – как в своем пространстве, так и в пространстве тех, с кем соприкасаюсь, – *чтобы создавать пространство для создания нового.*

Чем отличается вдохновение от мотивации?

Конечно, чем больше я наблюдаю за ростом своей осознанности, тем четче и конкретнее будут мои цели. Причем не те, что будут исходить из позиции «надо», «должен», а те, что рождаются из вдохновения. Тогда просто пропадает необходимость в мотивации, и ее место занимает вдохновение.

Мотивация, на мой взгляд, подразумевает позицию «я должен сделать», потому что я пообещал и должен доказать кому-то что-то – может быть, родителям или себе. А когда чувствуешь вдохновение, тобой движет позиция «не могу этого не сделать». Ложишься спать, чтобы пораньше проснуться и поскорее взяться за любимое, вдохновляющее дело.



Осознанность позволяет выбрать ту цель, для которой не нужны никакие техники. По-настоящему вдохновляющая цель и будет являться питающей энергией. Осознанность позволяет распознать, нащупать это вдохновение — то, что будет зажигать.

Осознанность помогает уходить от автоматизма, состояния робота. Когда человек делает какие-то привычные действия, не понимая, как они влияют на происходящее и как с ними можно работать, он действует по программе. Но человек все же больше, чем компьютер, поэтому он своими программами может управлять. А лучшее, что он может делать, на мой взгляд, – это стирать их и не создавать новых.

Осознанность актуальна сейчас как никогда раньше. Это связано с изменениями, которые происходят в мире: логическое мышление, обдумывание, рациональные выводы базируются на опыте прошлого, но сейчас скорости и мощности стремительно растут, поэтому эффективно пользоваться таким инструментом, как интуиция, умение двигаться в потоке.

Добавлю еще, что у всех разная сила намерения, сила воли, сила целеустремленности, и я могу транслировать только то, что имею сам. Есть люди, у которых гораздо мощнее воля и намерение, чем у меня. Не надо сравнивать себя ни со мной, ни с кем другим. Важно только то, какова твоя собственная динамика. Важно, какой ты сам настоящий и каким станешь через месяц. Важно направить фокус на себя и начать что-то менять со своей скоростью.

Движение к целям

Три энергии

Прежде всего, надо разобраться, в каком состоянии эффективно идти к целям. На протяжении всей жизни нами движут три энергии, в большей или меньшей степени. Они называются тамас, раджас и саттва – невежество, страсть и благость.

1. Невежество (тамас). Это первый, самый низкий уровень. Когда человек находится в инерции, он пребывает в позиции «Я – жертва мира». Что это значит? Образно говоря, он живет с установками «начальник – сволочь, жена – дура, никто не понимает, не в той стране родился, не повезло с родителями, с работой, и т. д.». Руководят этим человеком такие факторы, как лень и страх.

Сразу оговорюсь, мы постоянно находимся под влиянием всех трех энергий, просто в каждом действии какая-то из них преобладает.

Может быть, к примеру, невежество захватило твою финансовую сферу. Ты думаешь, что уже пробовал себя в бизнесе, но что-то не пошло, а знакомый вообще обанкротился, поэтому лучше ничего больше и не предпринимать. То

есть ты находишь разные отговорки, чтобы ничего не делать и продолжать пребывать дальше в этом невежестве, доказывать себе свою правоту.

2. *Страсть* (раджас). Как я уже говорил, любой из нас развивается – даже тогда, когда переживает падение в жизни. Человек движется к своему дну, чтобы коснуться и оттолкнуться от него. Когда-нибудь, рано или поздно, ему надоедает пребывать в невежестве. Наступает момент, когда он готов выйти из своей лени. Обычно это происходит после какого-то шокирующего события: банкротства, расставания с партнером, увольнения с работы, любого другого стресса. Словом, ко всем по-разному приходит решение начать в чем-то действовать. Лень сменяет активность, в жизни появляются цели – то, чего не было в невежестве.

Если цели вдохновляют человека, они же и заряжают, дают энергию и силы, он активно к ним идет. И на этом этапе позиция по отношению к миру тоже меняется, теперь она звучит так: «Я – хозяин мира». Что это значит? Человек ставит цели и любой ценой их достигает, а достигнув, получает уверенность, что может все.

3. *Благость* (саттва). После периода активного достижения целей в какой-то момент страсть уступает место спокойствию. Жизненная позиция этого уровня: «Я = мир». Человек воспринимает мир и себя как единое целое, он думает:

«Мир внутри меня и снаружи меня, я просто его часть». В его жизни остаются цели, но меняется отношение к ним: «Я делаю лучшее, что могу, и ничего не ожидаю взамен».

Где ты хочешь быть? Скорее всего, в энергии благодати. Но загвоздка в том, что невозможно попасть в третью энергию, не пройдя первые две. Очень важно прожить период достижения целей, но также важно не заиграться с позицией хозяина мира.

По моему опыту и опыту других людей, который я наблюдал, жизнь все равно ведет к тому, что пробыть долго в позиции «Я хозяин мира» не удастся. Через какое-то время случается либо банкротство, либо болезнь, либо рушатся отношения, и человек понимает, что совсем не все он контролирует. Именно в этот момент или происходит откат назад, где он впадает в депрессию, пьет, словом, уходит от реальности, или и у него включается философский подход: он принимает ситуацию, делает выводы и двигается дальше. Во втором варианте он осознает, что не всемогущ и может жить в гармонии с миром, но никак не в позиции хозяина.

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.