РОБИН ШАРМА

# МОНАХ

## который продал свой «ФЕРРАРИ»

Притчи об исполнении желаний, поиске своего предназначения и личной эффективности

# КЛУБ

## «5 часов утра»

**ДВА УНИКАЛЬНЫХ ИСТОЧНИКА ЛИЧНОЙ ЭФФЕКТИВНОСТИ**

В ОДНОМ ТОМЕ

**Робин С. Шарма**

# Монах, который продал свой «феррари»: Притчи об исполнении желаний и поиске своего предназначения и личной эффективности. Клуб «5 часов утра»: Два уникальных источника личной эффективности в одном томе

Серия «Звезда нонфикшн. Подарочная»

*Текст предоставлен правообладателем*
*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=69551872*
*Монах, который продал свой «феррари». Притчи об исполнении желаний и поиске своего предназначения и личной эффективности. Клуб «5 часов утра». Два уникальных источника личной эффективности в одном томе / Робин Шарма: АСТ; Москва; 2023*
*ISBN 978-5-17-156351-6*

# Аннотация

В этом издании – две самые знаменитые работы Робина Шармы: «Монах, который продал свой „феррари"» и «Клуб „5 часов утра"». Миллионы людей по всему миру признали, что именно с этих книг Шармы началась другая, осмысленная жизнь. Следуя рекомендациям автора, и вы сможете повысить свою эффективность, научиться управлять временем, достигать любых целей.

Издание станет прекрасным подарком для всех, кто хочет раскрыть свой потенциал и добиться большего в любой сфере.

В формате PDF A4 сохранен издательский макет книги.

# Содержание


Монах, который продал свой «феррари» 9
Благодарность от автора 9
Глава первая 11
Глава вторая 20
Глава третья 26
Глава четвертая 42
Глава пятая 47
Глава шестая 54
Глава седьмая 69
Глава восьмая 109
Глава девятая 134
Глава десятая 195
Глава одиннадцатая 212
Глава двенадцатая 230
Глава тринадцатая 238
Клуб «5 часов утра» Секрет личной эффективности от монаха, который продал свой «феррари» 257
Предисловие Робина Шармы 257
Глава 1 260
Глава 2 262
Глава 3 274
Глава 4 284

Глава 5 319
Глава 6 335
Глава 7 354
Глава 8 369
Глава 9 391
Глава 10 418
Глава 11 506
Глава 12 521
Глава 13 583
Глава 14 633
Глава 15 655
Глава 16 708
Глава 17 770
Пять лет спустя 788
Каким будет шаг героя? 791
Приложение «Установщик привычек» 791
Видеокурс «The 5 AM Club Challenge» 792
Сборник медитаций «Вдохновение Пяти Утра» 792
Секретная глава 792
К читателю 794
Книги Робина Шармы 795
Об авторе 797

# Робин Шарма
# Монах, который продал свой «феррари». Притчи об исполнении желаний и поиске своего предназначения и личной эффективности. Клуб «5 часов утра». Два уникальных источника личной эффективности в одном томе

**Robin Sharma**
**The Monk Who Sold His Ferrari**
**The 5AM Club: Own Your Morning. Elevate Your Life**

Издательство
АСТ

*The Monk Who Sold His Ferrari*
© 1997 by Robin S. Sharma
© Лоза О., перевод на русский язык, 2013
*The 5AM Club: Own Your Morning. Elevate Your Life*

© 2018 by Robin Sharma
© Лоза О., перевод на русский язык, 2019
© ООО «Издательство АСТ», 2023

# Монах, который продал свой «феррари» Притча об исполнении желаний и поиске своего предназначения

## Благодарность от автора

*Моему сыну Колби, благодаря которому я каждый день вспоминаю, что мир прекрасен. Благослови тебя Бог!*

Эта книга – плод совместной работы многих дорогих мне людей, чей энтузиазм и вера в меня позволили воплотить мою мечту в реальность.

Я приношу особую благодарность моей семье, а также тысячам читателей моей первой книги «Мегажизнь», которые нашли время для того, чтобы написать мне о том, как она изменила их судьбу.

Я благодарю слушателей моих открытых семинаров в Северной Америке, а также те компании, которые организовывали мои выступления для своих сотрудников.

Я говорю спасибо своему редактору Джону Лаудону. Без его веры в наше совместное дело этот проект не состоялся

бы. Я также благодарю Марджери Бьюкенен, Карена Левин и великолепную команду «Харпер Сан-Франциско» за их слаженную и энергичную работу над этим проектом. Я выражаю признательность Брайану Трейси, Марку Виктору Хансену, Кэти Данн и другим своим колегам.

Я благодарю Сатью Павел, Кришну и Сандипа Шарму за поддержку и одобрение всех моих идей.

И – самое главное – я приношу огромную благодарность моим любимым родителям, Шиву и Шаши Шарма, с любовью заботящимся обо мне с первого дня моей жизни.

Я глубоко признателен своему мудрому брату Сандживу Шарме и его чудесной супруге Сьюзен.

Я благодарю своих детей Колби и Бьянку, а также свою любимую жену Алку. Вы – свет моей жизни.

Я люблю вас.

*Робин Шарма*

# Глава первая
# Звонок к пробуждению

*Жизнь для меня – не жалкий огарок, а великолепный факел, дарованный лишь на короткое время. И перед тем как отдать его будущим поколениям, я должен возжечь этот факел как можно ярче.*
***Джордж Бернард Шоу***

Он рухнул на пол посреди переполненного зала суда. Он, один из самых знаменитых и влиятельных адвокатов страны. Он, прославившийся как своими итальянскими костюмами по три тысячи долларов, плотно стискивающими его грузное тело, так и бесчисленными блестящими судебными победами.

Меня словно парализовало. Великий Джулиан Мэнтл ныне сам находился в роли потерпевшего и барахтался на полу, как беспомощный младенец. Лоб покрывала испарина, тело сотрясала дрожь. Все дальнейшее происходило словно в замедленной съемке. «Господи, Джулиану плохо!» – закричала его помощница, констатируя то, что все давно поняли. Судья с растерянным видом что-то быстро говорила по телефону, установленному у нее на экстренный случай. Я оставался в ступоре. Только не умирай, старый дурак. Ты еще не отыграл свое. Ты не заслужил такой смерти.

Пристав, застывший поначалу как мумия, вдруг сорвался с места и начал делать искусственное дыхание павшему на поле боя герою правосудия. Его помощница склонилась над ним, закрыв светлыми прядями своих волос его багрово-красное лицо. Она лепетала нежные слова утешения, слова, которых он слышать уже не мог.

Я знал Джулиана уже семнадцать лет. Я познакомился с ним, когда еще учился на юрфаке. Один из его партнеров взял меня стажером на лето. Уже тогда Джулиан блистал как адвокат, был красив, отважен и мечтал о громкой славе. В своей конторе он слыл восходящей звездой с многообещающим будущим. До сих пор не могу забыть, как однажды, заработавшись допоздна, я осторожно заглянул в его по-царски шикарный угловой кабинет. Мой взгляд упал на дубовый стол, на изречение Уинстона Черчилля, стоящее там в рамке. Выбор цитаты многое объяснял в личности Джулиана.

«Я уверен, что сегодня мы – хозяева собственной судьбы, что стоящие перед нами задачи нам по плечу, что у нас есть силы претерпеть все предстоящие испытания. Пока у нас есть вера в наше дело и несокрушимая воля к победе, судьба будет на нашей стороне».

Эти слова Джулиан подтверждал делами. Он обладал железной волей, напористой энергией и жесткой хваткой. Он считал себя обреченным на успех, ради которого был готов работать по восемнадцать часов в сутки. От кого-то я слышал, что его дед был видным сенатором, а отец – весьма ува-

жаемым судьей Федерального суда. Сын влиятельных родителей, Джулиан нес на своих плечах, неизменно облаченных в пиджаки от «Армани», бремя семейных надежд. Но надо признаться, свою судьбу он выбирал сам. И решительно шел собственным путем, обожая устраивать шоу.

Первые полосы газет пестрели заголовками о его эпатажных выходках в зале суда. Богачи и знаменитости неизменно обращались к нему, когда им нужен был высококлассный юрист с превосходной тактикой и воинственными манерами.

Вне судебных стен Джулиан вел себя не менее вызывающе. В нашей конторе ходили легенды о его полночных визитах в лучшие рестораны города с обольстительными молоденькими моделями, о сумасшедших вакханалиях в компании крикливых брокеров, которых он называл не иначе как своей «бандой».

Тем летом он выступал адвокатом в деле о громком убийстве. До сих пор остается тайной, почему из всех стажеров в качестве помощника он выбрал меня. Может быть, потому, что у нас была общая «альма-матер»? (Я закончил тот же, что и Джулиан, факультет Гарвардского университета.) Но я, конечно, не был самым ярким стажером в фирме, да и не мог похвастаться родословной, включающей принцев голубых кровей. Мой отец, в прошлом морской пехотинец, всю жизнь проработал охранником в банке. Мама вне всякой роскоши выросла в Бронксе. Тем не менее из всех претендентов, жаждущих стать его мальчиком на побегушках в

этом деле, названном «Процессом века», он выбрал именно меня. Джулиан, правда, обмолвился как-то, что ему понравился мой «голодный взгляд». Мы, естественно, выиграли тогда, и предприниматель, обвиненный в жестоком убийстве своей жены, стал свободным человеком – настолько, насколько ему это позволяла совесть (ну, или то, что от нее осталось).

То лето оказалось богатым на уроки. Я узнал, как на пустом месте можно посеять вполне обоснованное сомнение. Ведь если ты адвокат, то именно за это и получаешь свои деньги. Но еще это были уроки психологии победителя и бесценная возможность наблюдать мастера в игре. Я все впитывал как губка.

Затем Джулиан пригласил меня остаться в его конторе в качестве партнера. Между нами довольно быстро установились дружеские отношения – хотя, скажу честно, работать с ним было совсем не просто. Роль его помощника оказалась довольно нервной: Джулиан нередко срывал на мне раздражение и злость. И это был его фирменный стиль. Он считал себя непогрешимым. Но под внешней железной оболочкой скрывался человек, который заботился и о людях. Как бы он ни был занят, он всегда находил минутку, чтобы поинтересоваться, как там Дженни – женщина, которую я до сих пор называю своей невестой, несмотря на то что мы поженились еще до моего поступления на юрфак. Узнав от другого стажера, что я нахожусь в стесненных обстоятельствах, Джули-

ан выбил для меня щедрую стипендию.

Да, он умел проводить жесткие атаки в борьбе с соперником, любил прожигать жизнь, но никогда не оставлял своих друзей в беде. Его настоящая проблема заключалась в том, что Джулиан был буквально одержим работой.

Несколько первых лет, безвылазно сидя в конторе, он еще оправдывался тем, что делает это «на благо фирмы» и следующей зимой непременно возьмет месяц отдыха и махнет на Каймановы острова. Однако время шло, слава Джулиана как блестящего адвоката умножалась; но росла и профессиональная нагрузка. Его приглашали вести все более серьезные и запутанные дела, и Джулиан, никогда не отступавший, неизменно принимал эти вызовы. В редкие минуты отдыха он признавался, что в течение многих лет спит не более двух часов в сутки. Спать дольше ему не позволяет совесть, ведь на столе стопки судебных документов. Вскоре я понял, что он полностью захвачен жаждой большего – большего престижа, большей известности и больших денег.

В результате Джулиан не просто достиг успеха. Он добился всего, о чем большинство людей не могут даже мечтать. Он стал настоящей звездой в своей области с семизначным годовым доходом, он владел великолепным особняком в районе, где жили знаменитости; в его распоряжении всегда был личный самолет, резиденция на тропическом острове; и – главная гордость – сияющий красный «феррари», припаркованный посреди дорожки, ведущей к особняку.

Однако я знал, что все далеко не так лучезарно, как могло бы показаться со стороны. На его лице появлялась печать обреченности. Я замечал это не потому, что обладал сверхпроницательностью по сравнению с остальными работниками конторы. Просто я чаще находился рядом. Мы были неразлучны, потому что всегда работали. Игра никогда не кончалась. Не успевало закончиться одно дело, как на горизонте появлялось другое. Джулиан не видел предела совершенству. Что будет, если судья, не дай Бог, задаст тот или иной вопрос? Достаточно ли мы раскопали, чтобы ответить на него? Что случится, если посреди слушаний его застигнут врасплох, как оленя, попавшего в лучи автомобильных фар? Поэтому мы работали на пределе возможностей, и меня так же, как и его, затягивало в черную дыру работы. Мы сами сделали себя рабами времени, навечно поселившись на шестьдесят четвертом этаже небоскреба из стекла и бетона. В то время как все здравомыслящие люди наслаждались семейным уютом, мы, ослепленные призраком успеха, думали, что поймали за хвост птицу счастья.

Чем больше времени я проводил с Джулианом, тем отчетливее осознавал, что он все глубже и глубже загоняет себя в могилу, словно повинуется какому-то неумолимому року. Ничто не могло удовлетворить его до конца. Поэтому его брак потерпел крушение, он разорвал отношения с отцом; и хотя его материальному богатству мог бы позавидовать любой, ему все еще чего-то недоставало. Он был истощен эмо-

ционально, физически и – духовно.

В свои пятьдесят три года Джулиан выглядел так, словно ему под восемьдесят. Его лицо бороздили глубокие морщины – такую цену платил он за свое знаменитое правило «пленных не брать!», многолетний стресс и беспорядочный образ жизни. Обильные ужины за полночь в дорогих французских ресторанах, толстые кубинские сигары, привычка глушить коньяк рюмку за рюмкой – все это привело к тому, что он безбожно растолстел. Он все чаще жаловался на недомогания, говорил, что ему надоело быть больным и уставшим. Он утратил чувство юмора, и казалось, больше ничто не заставит его рассмеяться.

Его жизнерадостность сменилась замогильной мрачностью. Полагаю, он утратил какой-то главный ориентир. Но самое грустное – он утрачивал свою знаменитую хватку. Если раньше он приводил в восторг всех присутствующих своим аргументированным и ярким красноречием, то теперь он порой по несколько часов мог бубнить что-то бессвязное о случаях, которые не имели никакого отношения к конкретному разбирательству. Его изящные реплики на возражения противоположной стороны уступили место едкому сарказму, раздражавшему даже тех судей, которые раньше считали его гением защиты. Короче говоря, звезда Джулиана клонилась к закату.

И причина заключалась не только в лихорадочном темпе жизни, преждевременно загонявшим его в могилу. Причи-

на лежала гораздо глубже. Это был духовный надлом. Почти каждый день он сетовал на то, что в нем больше нет страсти, внутри и вокруг – одна пустота.

Джулиан рассказывал, что в молодости он по-настоящему любил юриспруденцию, и выбрал ее не только потому, что положение его семьи позволило ему взять быстрый старт.

Его завораживали тонкости права, предлагавшие ему сложные интеллектуальные задачи. Они наполняли его энергией. Особенно же его вдохновляло то, что с помощью Закона можно изменить мир. Это-то и отличало его от остальных представителей золотой молодежи Коннектикута. Он был уверен, что его дар – это оружие, с помощью которого он сражается на стороне добра. В этом и заключался смысл его жизни. Это освещало его путь и дарило надежду.

Причиной его фиаско стала не только утрата интереса к некогда вдохновлявшему его делу. Еще до того как он взял меня на работу, он пережил большую трагедию. Как намекнул мне один из его компаньонов, то была воистину непоправимая катастрофа – и это все, что мне удалось выведать.

Даже известный своей болтливостью старик Хардинг, человек, который провел больше времени в баре отеля «Ритц-Карлтон», чем в своем ошеломляюще огромном кабинете, сказал, что это тайна и он, как и другие, был приведен к присяге молчания. Я не знал, в чем заключалась эта глубокая и страшная тайна, но всегда подозревал, что падение Джулиана началось именно с нее. И это было не праздное любопыт-

ство – мне хотелось помочь ему. Ведь он был не только боссом и наставником – он был моим лучшим другом.

А потом случился этот обширный инфаркт, который вернул божественного Джулиана Мэнтла на грешную землю и напомнил ему о том, что он всего лишь простой смертный. Утром в понедельник, прямо посреди переполненного зала заседаний № 7 – того самого зала, где мы когда-то выиграли «Процесс века».

# Глава вторая
# Загадочный гость

На экстренное собрание пригласили всех сотрудников конторы. По напряженной атмосфере я сразу же понял, что у нас большие проблемы. Первым выступал старина Хардинг:

– Боюсь, что мои новости вас не обрадуют. Вчера Джулиана Мэнтла прямо в зале суда, в самый разгар его выступления по делу «Эйр Атлантик», настиг сердечный приступ. Сейчас он в палате интенсивной терапии, врачи говорят, что состояние его стабильно и скоро он пойдет на поправку. Но Джулиан принял решение, о котором вы имеете право знать. Он покидает нашу общую семью и прекращает адвокатскую практику. Больше он к нам не вернется.

Это повергло меня в шок. Я, конечно, знал, что Джулиан по горло в неприятностях, но и предположить не мог, что он способен выйти из игры. Мне казалось, что после всех испытаний, через которые нам вместе пришлось пройти, он мог бы и лично сказать мне о своем решении. Но он даже не выразил желания увидеться со мной в больнице. Всякий раз, когда я приходил к нему, медсестры говорили, что он спит и его нельзя тревожить. Более того: он перестал отвечать на мои телефонные звонки. Может быть, оттого, что я был живым напоминанием о той жизни, которую он мечтал поскорей забыть? Кто знает… Одно скажу: мне было по-на-

стоящему тяжело.

Все это случилось немногим более трех лет назад. Последнее, что я о нем слышал, так это что Джулиан отправился в Индию с какой-то экспедицией. Одному из своих партнеров он сообщил, что хочет научиться просто жить и отправляется в эту таинственную страну для того, чтобы найти ответы на некоторые интересующие его вопросы. Свой шикарный особняк он продал, так же как личный самолет и резиденцию на тропическом острове. Он продал даже свой «феррари»! «С ума сойти, Джулиан Мэнтл – индийский йог, – думал я. – Воистину, пути Закона неисповедимы».

Я тоже изменился за три года. Из молодого юриста-трудоголика я превратился в опытного, с известной долей цинизма, адвоката. В моей семье произошло пополнение. Со временем я тоже задумался о смысле жизни. Полагаю, что к этому меня подтолкнули дети. Они заставили меня кардинальным образом поменять свои взгляды на мир и на то, кем я в этом мире являюсь. Мой отец выразил это лучше всех: «Джон, перед лицом смерти ты вряд ли пожалеешь о том, что слишком мало времени уделял работе». Так что я старался проводить больше времени дома, с семьей. В общем, я жил довольно хорошо, хотя и немного скучно.

Я стал членом «Ротари-клуба», играл по субботам в гольф – для поддержания приятельских отношений с клиентами и партнерами. Но должен сказать вам, что наедине с собой я часто вспоминал о Джулиане и все время спрашивал себя,

что стало с ним за эти три года, прошедшие с момента нашей неожиданной разлуки.

Возможно, он все-таки нашел прибежище в Индии, этой диковинной стране, способной стать домом даже для его беспокойной души. Или пересек Непал? А может, ныряет сейчас с аквалангом где-нибудь на Кайманах? Одно было очевидно: занятия юриспруденцией он оставил навсегда. Никто не получил от него даже открытки, после того как он сам себя отправил в добровольную ссылку – подальше от Закона.

Но около двух месяцев назад в мою дверь постучали – и этот стук был вестником первого ответа на некоторые из терзавших меня вопросов. Я только что проводил последнего клиента: кончился еще один утомительный день; как вдруг Женевьева, моя смышленая помощница, просунув голову в дверь небольшого, но элегантного кабинета, сообщила, что ко мне посетитель.

– Джон, один человек хочет видеть тебя. Он говорит, что это не терпит отлагательств и он не уйдет, пока не поговорит с тобой.

– Я уже ухожу, Женевьева, – раздраженно парировал я. – Надо еще успеть перекусить, а потом закончить сводку по делу Гамильтона. Прямо сейчас у меня нет времени ни на кого. Скажи, пусть запишется на прием, как все, а будет упрямиться – вызывай охрану.

– Но он утверждает, что должен увидеть тебя прямо сейчас – и другого ответа не примет!

Я решил было вызвать охранника, но затем подумал, вдруг кто-то действительно нуждается в моей срочной помощи, так что сменил гнев на милость.

«Хорошо, пусть войдет, – сдался я. – Кто знает, может, дело окажется взаимовыгодным?»

Дверь медленно отворялась. Когда же она открылась полностью, на пороге стоял улыбающийся человек, чуть старше тридцати. Он был высок, строен и мускулист, от него исходила здоровая животная сила. Он напомнил мне всех этих холеных отпрысков богатых семей, с которыми я учился на юрфаке, – с идеально гладкой кожей, живущих в фешенебельных особняках, раскатывающих на шикарных автомобилях. Однако в моем позднем визитере было нечто большее, чем молодость и красота. Совершенная умиротворенность делала его похожим на полубога. А еще – его глаза. Пронзительно синие глаза, острые, как лезвие бритвы, вонзающееся в нежную кожу юноши, взволнованного первым бритьем.

«Ну вот, еще один молодой да ранний, мечтающий занять мое место, – усмехнулся я про себя. – Черт побери, да что же он так на меня уставился? Надеюсь, это не его жене я помог получить приличные отступные на бракоразводном процессе неделю назад? Может, в самом деле лучше было бы вызвать охрану?»

Молодой человек продолжал безмятежно смотреть на меня, словно Будда, с улыбкой взирающий на любимого ученика. Молчание становилось напряженным, когда он вдруг

заговорил неожиданно начальственным тоном.

– Вот как ты встречаешь своих посетителей, Джон? Даже тех из них, кто обучил тебя искусству выигрывать дела? Не стоило мне выдавать тебе все свои секреты. – С этими словами его пухлые губы растянулись в широкой улыбке.

Странное чувство охватило меня. Я мгновенно узнал этот скрипучий, но милый сердцу голос. Сердце подпрыгнуло в груди.

– Джулиан, ты ли это? Невероятно! Это и вправду ты?

Ответом мне был громкий смех гостя. Стоящий передо мной молодой человек оказался Джулианом Мэнтлом, «индийским йогом», внезапно исчезнувшим несколько лет назад. Я был потрясен немыслимыми переменами, произошедшими с ним.

С лица исчезла мертвенная серость, ушел болезненный кашель, глаза моего бывшего коллеги больше не пугали своей безжизненностью. Куда подевался образ престарелого циника, ставший когда-то его визитной карточкой? Передо мной стоял крепкий, пышущий здоровьем мужчина, чье гладкое лицо будто светилось изнутри. Огонь в его глазах свидетельствовал об огромной жизненной силе. В особенности же меня поразил необыкновенный покой, который источал весь облик Джулиана. Я почувствовал этот абсолютный внутренний покой, хотя просто сидел и смотрел на него. Этот человек больше не был суматошным боссом преуспевающей адвокатской конторы. Цветущий, улыбчивый, полный

сил – он был воплощением перемен.

# Глава третья
# Невероятное преображение Джулиана Мэнтла

Сказать, что я был поражен новым обликом Джулиана, – значит, не сказать ничего.

«Разве можно за несколько лет из старого больного человека превратиться в молодого, полного сил мужчину? – думал я, не в силах поверить своим глазам. – Что это – какой-то новый препарат дает такие результаты, или он отыскал источник вечной молодости? Фантастическое перерождение! Как он это сделал?»

Джулиан заговорил первым. Он напомнил мне о том, каким был всего лишь три года назад. Мир Закона, с его беспощадной конкуренцией и сумасшедшими нагрузками, полностью обескровил его. Джулиан был истощен духовно и физически. Темп его жизни все ускорялся, а сил становилось меньше и меньше. Организм износился, ум потерял остроту, интуиция притупилась. Инфаркт был только сигналом о более серьезных духовных проблемах. Годы жесткого прессинга, изнурительный рабочий график адвоката с мировым именем сломили в нем то, без чего невозможно оставаться человеком, – его дух. Доктор поставил его перед выбором: либо карьера, либо жизнь. И Джулиан понял, что ему дается

уникальный шанс вновь разжечь тот внутренний огонь, что горел в нем в молодости, – огонь, который погас, когда призвание превратилось в бизнес.

Глаза Джулиана блестели, пока он рассказывал мне, как распродал все имущество и отправился в Индию – страну, всегда манившую его своей древней культурой и мистическими традициями. Он путешествовал на поезде и пешком, любовался величественной природой и древними памятниками, над которыми не властно время. Он шел от одного селения к другому, и везде его встречали с любовью и теплотой. Он все больше влюблялся в индийцев, в их доброту и мудрое отношение к жизни. Двери любого жилища были открыты для утомленного странника Запада – и так же были открыты сердца. Незаметно летели дни в этом гостеприимном крае. Джулиан постепенно оттаивал. Он почувствовал себя живым человеком – возможно, впервые за долгие годы. Природная жизнерадостность и творческий дух вернулись к нему. В нем вновь затеплилась искра жизни, и мир поселился в его душе. Он заново научился смеяться.

Каждое мгновение в этой экзотической стране дарило ему радость и удовольствие. Но его путешествие в Индию оказалось не просто спасительным отдыхом. Он назвал его своей «одиссеей». Джулиан отчаянно стремился, пока еще есть время, найти свое подлинное «Я» и понять, в чем заключается истинный смысл его жизни. Для этого ему нужно было погрузиться в океан древней мудрости, хранящий знания

о том, как сделать свою жизнь гармоничной, полезной и достичь просветления.

– Не сочти меня чудаком, Джон, но должен признаться, что это было как повеление свыше. Сильный внутренний импульс заставил меня вступить на путь духовного поиска. Мне крайне важно было вновь разжечь в себе тот огонь, что горел во мне в молодости. Это было необыкновенное время обретения утраченной свободы.

Путешествуя, он не раз слышал об индийских монахах, живущих более ста лет и, несмотря на свой почтенный возраст, остающихся молодыми и полными сил. Он много слышал о победивших старость йогах, умеющих контролировать сознание и владеющих искусством духовного пробуждения. Ему страстно хотелось понять, что за сила способна так изменить человеческую природу, и применить это тайное знание к собственной жизни.

В начале своих поисков Джулиан обращался ко многим известным и уважаемым гуру. Все они встречали его с распростертыми объятиями и открытым сердцем. Они щедро делились с ним драгоценными жемчужинами знаний, обретенных в течение долгих лет медитаций и размышлений о смысле бытия. Джулиан описывал красоту величественных древних храмов, этих безмолвных хранителей многовековой мудрости, венчающих мистические индийские пейзажи. Он все больше и больше погружался в атмосферу этих священных мест.

– В моей жизни, Джон, никогда не было ничего настолько потрясающего. Да и кто я был? Старый крючкотвор, который отдал за бесценок свое состояние, от беговой лошади до «ролекса», оставив лишь то, что уместилось в большой рюкзак, ставший моим единственным спутником в поисках вечной мудрости Востока.

– Наверное, трудно было взять и все бросить? – меня разбирало любопытство.

– Трудно?! Да это было самое легкое и приятное решение, которое я когда-либо принимал! Это было так же естественно, как вдохнуть полной грудью. Как говорил Альбер Камю: «Лучшее вложение в будущее – отдавать все настоящему». Именно это я и сделал! Я знал: чтобы выжить, мне нужно кардинально измениться. Я просто послушался сердца, так что все произошло без долгих раздумий и драм. Моя жизнь стала намного свободней и осмысленней, когда я навек распрощался с прошлым.

Я перестал гнаться за удовольствиями. Научился обходиться малым и наслаждаться красотой окружающего мира. Я любовался танцем звезд в лунном небе и купался в первых лучах солнца, поднимающегося из-за гор. Индия пробудила во мне столько новых и неизведанных чувств, что у меня ни разу не возникло желания предаваться воспоминаниям.

Однако первые встречи с известными гуру, хоть и заинтриговали Джулиана, но все же не дали ему точных ответов. Человек дела, он хотел овладеть системой практических

знаний, которые могут кардинально изменить не только его внутреннее состояние, но и весь образ жизни. Лишь через семь месяцев его «одиссеи» забрезжила надежда. Это был первый шаг к цели.

В те дни Джулиан жил в Кашмире – древнем таинственном городе, похожем на сонного старика, сидящего у подножия Гималаев. Ему посчастливилось познакомиться с индийцем по имени йог Кришнан. Этот маленький человек с обритой головой и белозубой улыбкой часто шутил, что в своем «прошлом воплощении» он так же, как и Джулиан, был адвокатом. Ему смертельно надоел Нью-Дели с его бешеным темпом жизни, и в один прекрасный день, распродав свое имущество, Кришнан удалился в мир святости и простоты. Теперь он служил старостой в простом деревенском храме, и это служение помогло ему заглянуть в себя и открыть неведомые доселе глубины собственной души.

– Я устал от жизни, похожей на бесконечные полевые учения, – рассказывал он Джулиану. – Я понял: мое истинное предназначение в том, чтобы служить другим людям и делать все, чтобы мир стал гармоничнее и лучше. Сейчас я живу не для того, чтобы как можно больше получить, а для того, чтобы как можно больше отдать. Дни и ночи я провожу в храме. Моя жизнь состоит лишь из самоограничения и молитв, но она наполнена смыслом. С каждым, кто приходит сюда помолиться, я делюсь всем, что у меня есть. Я служу людям, хоть я и не священник. Я просто человек, который

наконец-то обрел свою душу.

Джулиан поведал бывшему адвокату историю собственной жизни, о былой славе и привилегиях, о том, как поначалу он желал служить добру, но затем его обуяла жажда наживы, одержимость работой. Он без утайки рассказал Кришнану, что эта измена идеалам молодости привела к глубокому кризису, из-за которого едва не угас огонь его жизни.

– И я прошел весь это путь, друг мой, – сочувственно ответил йог. – Я тоже испытал ту боль, через которую пришлось пройти тебе. Но я увидел в этом Высший Промысел. Пойми, что каждое событие нашей жизни наполнено глубоким смыслом. Неудачи в личной или профессиональной жизни – все это уроки личностного роста. Тот, кто правильно усвоит эти уроки, без награды не останется. Не жалей о прошлом. Прошлое – это великий учитель.

Его слова привели Джулиана в восторг. Душа его ликовала. Быть может, йог Кришнан и есть тот духовный наставник, который поможет ему в поисках гармонии и просветления? В конце концов, кто сможет понять его лучше, чем бывший адвокат, прошедший через собственную духовную «одиссею»?

– Можешь ли ты помочь мне, Кришнан? Для меня вопрос жизни и смерти – вернуть себе полноценную жизнь и наполнить ее духовным смыслом.

– Оказать тебе помощь – честь для меня, – смиренно ответил йог. – Но ты позволишь дать тебе один совет?

– Разумеется!

– Еще до того как я удалился в горы и стал старостой деревенского храма, я слышал легенду о тайной общине мудрецов, живущих высоко в Гималаях. Эта община существует уже много веков. Люди, живущие там, называют себя монахами и ведут тот же образ жизни, что и их далекие предки. Они не ведают ни прогресса, ни цивилизации – однако обладают отменным здоровьем и могут жить бесконечно долго, так как способны поддерживать в себе жизненные силы. Их способности поражают воображение. Говорят, что они умеют прозревать будущее и знают, что происходит в самом дальнем уголке Земли. Ходят слухи, что они владеют практиками, позволяющими человеку буквально переродиться. Речь не только о физическом преображении. Эта система обновления человека целиком: его духа, души и тела. Они владеют методами высвобождения внутреннего потенциала, который скрывается в каждом из нас.

Услышанное поразило Джулиана. Ведь именно об этом он мечтал, именно к этому стремился!

– Друг мой, скажи мне скорее, где живут эти таинственные монахи?

– К сожалению, ни я, да и никто другой не знает этого точно. Будь я помоложе, непременно пустился бы в далекий путь, чтобы отыскать их общину. Но я слишком стар для подобных путешествий. И если ты решишься на это, то должен тебя предупредить: Гималаи коварны. Они погубили

многих смельчаков. Даже самый опытный альпинист беспомощен перед смертельными объятиями их снежных лавин. Чтобы отыскать святилище древней мудрости, тебе придется покорить не одну вершину: ведь Сивана лежит в самом сердце Гималайского хребта. Но тот, кто ищет золотые ключи к долгожительству, здоровью и душевной гармонии, найдет их именно там.

Джулиан, не привыкший отступать, снова и снова пытался выведать у Кришнана, где живут эти загадочные мудрецы.

– Все, что я могу сказать тебе, – отвечал Кришнан с неизменным поклоном, – так это то, что жители деревни, где находится мой храм, называют их «великими гуру Сиваны». Согласно их верованиям, Сивана – обетованная земля, и название это переводится как «оазис просветления». Они почитают сиванских монахов за полубогов. Поверь: если бы я точно знал, где находится эта мифическая Сивана, я бы никогда не стал скрывать это от тебя.

Следующим утром, лишь только первые лучи жаркого индийского солнца показались из-за горизонта, Джулиан отправился на поиски обетованной земли Сиваны. Он хотел было нанять проводника-шерпа, чтобы тот провел его по крутым горным тропам. Но сердце подсказывало, что этот путь он должен проделать сам. Пожалуй, впервые в жизни Джулиан не послушался голоса разума, а полностью довериться сердцу. Безусловно, это было рискованным решением: ведь до него ни один европеец не решался проделать подоб-

ный путь в одиночку. Но Джулиан словно предчувствовал, что, несмотря на все трудности этого опасного пути, он доберется до Сиваны живым и здоровым. С энтузиазмом неофита он все выше поднимался в горы. Дорога первых дней далась ему сравнительно легко: в гору вел широкий пологий подъем. Порой Джулиан встречал дружелюбного селянина одной из предгорных деревень, карабкающегося по обрывистому склону в поисках куска ценного дерева для работы, или же паломника, рискнувшего подняться под небеса, к одному из древних святилищ. В другие дни он путешествовал в полном одиночестве, размышляя о том, для чего судьба привела его в этот заповедный край.

Вскоре он поднялся так высоко, что деревня, из которой он вышел, казалась всего лишь пятнышком на холсте дивного природного великолепия. Гималаи предстали перед ним во всей своей торжественной красе. Вид их величественных вершин заставил сердце Джулиана биться так сильно, что в какой-то момент у него перехватило дыхание. Он чувствовал себя не просто частью этого гордого пейзажа, он ощущал кровное родство с Гималаями. Они теперь были друзьями, с ними можно было по-приятельски шутить и делиться самыми сокровенными мыслями.

Свежий горный воздух очистил его дух и прогнал усталость. Джулиан исколесил весь мир и был уверен, что повидал все на свете. Но никогда и нигде не встречал он подобной красоты. Он словно попал в сказку и от души наслаждался

волшебной симфонией природы. Его душа ликовала от радости и свободы. Именно здесь, на вершине мира, Джулиан наконец-то начал высвобождаться из кокона обыденности и прикоснулся к Тайне.

– Я до сих пор отчетливо помню все то, о чем думал тогда, – рассказывал Джулиан. – Я понял, что в конечном итоге судьба – всего лишь результат нашего выбора. Она зависит только от того, какие пути мы выбираем. И я был уверен, что сделал единственно правильный выбор. Я знал: с этого момента мне нет возврата к прежней жизни. Меня томило предчувствие чуда, возможно, самого главного в моей жизни. Это было ни с чем не сравнимое чувство духовного пробуждения.

Джулиан поднялся к самым вершинам, где уже нельзя было встретить ни деревни, ни человека. Им овладело беспокойство.

– Нет, я не тревожился о том, что могу погибнуть в этом снежном краю, – пояснял он. – Мое беспокойство было сродни волнению, которое испытываешь, собираясь на выпускной бал или готовясь выступить на первом серьезном процессе, когда журналисты преследуют тебя до самой двери зала суда. У меня не было ни проводника, ни даже карты, но я взбирался все выше и выше, ведомый ясным и сильным предчувствием. Я повиновался своему внутреннему компасу, который точно указывал на место моего назначения. Это предчувствие было настолько мощным, что при всем жела-

нии я не мог бы остановиться и повернуть назад. – Голос Джулиана креп, речь лилась, как горный поток в разгар сезона дождей.

За два дня до того, как он нашел вожделенную Сивану, его одолели сомнения. Он уже не был так уверен в том, что принял верное решение, и все чаще думал, почему бы ему не вернуться к прежней жизни. Он окреп физически и хорошо отдохнул. И сможет ли он прожить без интеллектуальных схваток, без сложных юридических загадок, наполнявших его жизнь с того момента, как он окончил Гарвард? Память услужливо рисовала ему картины роскошного, обшитого дубовыми панелями кабинета в центре сияющего небоскреба. Мысленно он возвращался в свой изысканный особняк, проданный за бесценок. А как он любил эти ночные кутежи с друзьями в лучших ресторанах города! А гламурные тусовки? Но больше всего он тосковал по своему бесценному «феррари», по тому, как сладко замирало сердце, когда он заводил мотор и железный зверь оживал под его руками.

Но чем дальше он шагал по нехоженым горным тропам, тем призрачней становились эти воспоминания. Он стряхнул с себя груз прошлого и полностью окунулся в созерцание царственной природы Гималаев. И тут…

Впереди мелькнул силуэт человека, облаченного в диковинный пунцово-красный халат с темно-синим капюшоном. Джулиан вздрогнул. Меньше всего он ожидал встретить кого-нибудь именно здесь, куда он добирался целых семь дней.

Пройдя десятки километров, он даже не надеялся, что вожделенная Сивана может быть где-то рядом.

Он окликнул человека, чтобы узнать, где находится эта обетованная земля. Но тот не ответил, а только прибавил шаг вверх по тропе. И Джулиан поспешил вслед за ним. Человек даже не оглянулся на голос – хотя бы из вежливости. Вскоре загадочный странник почти бежал, и его пунцовые одежды развевались, как шелковая простыня на бельевой веревке в ветреный осенний день.

– Друг, очень прошу тебя, остановись! – крикнул Джулиан. – Мне нужно найти Сивану! Семь дней я брожу здесь почти без пищи и воды. Может быть, я заблудился?

Человек резко остановился. Пока, боясь спугнуть свою удачу, Джулиан осторожно подходил к нему, он стоял удивительно тихо и неподвижно. Не шелохнулся, не качнул головой. Под свисавшим капюшоном Джулиан не смог рассмотреть его лица. Но ни причудливый наряд, ни совершенная неподвижность не поразили Джулиана так, как содержимое корзинки в его руках. Она была полна диковинных и прекрасных цветов, которых Джулиан никогда не видел.

Когда Джулиан подошел, человек крепко вцепился в свою корзинку, словно цветы представляли необыкновенную ценность. А может, он просто хотел дать понять, что не слишком доверяет высоким белым людям, встречающимся в этих местах так же часто, как снег в пустыне.

Джулиан разглядывал его с неподдельным интересом. Яр-

кий луч закатного солнца упал на укрытое в тени длинного капюшона лицо мужчины, и Джулиан наконец-то смог разглядеть его черты. Удивительный человек! Вроде бы его ровесник, но гораздо энергичнее. Кошачий разрез глаз, гладкая кожа цвета спелой оливы… Бесформенный балахон не мог скрыть превосходной атлетической фигуры, и лишь руки, выдавая возраст, говорили о том, что ему, должно быть, уже перевалило за полвека. Его облик поражал воображение, а острый внимательный взгляд проникал в самые глубины души. Джулиан смотрел на него как завороженный. Он чувствовал себя ребенком, который неожиданно повстречал настоящего волшебника.

«Наверно, это и есть один из великих мудрецов Сиваны», – подумал Джулиан с замиранием сердца. Не в силах скрыть свое волнение, он снова обратился к путнику в алом балахоне:

– Мое имя Джулиан Мэнтл, и я пришел сюда, чтобы найти мудрецов Сиваны. Я хочу стать их учеником. Не знаете ли вы, где находится Сивана?

Человек посмотрел на него долгим отрешенным взглядом. Глаза его светились. Своей неземной умиротворенностью он напоминал ангела. Неслышно, почти шепотом, пилигрим спросил Джулиана:

– Друг мой, какая нужда заставила тебя искать этих мудрецов?

Джулиан понял, что перед ним стоит один из тех мифиче-

ских монахов, и поведал ангелоподобному страннику свою «одиссею». Он честно рассказал, как выбивался из сил ради сладких мгновений славы, как гасил лучшие порывы своей души для того, чтобы умножался счет в банке, как наивно полагал, что единственная цель его жизни – получить все мыслимые блага и умереть молодым. Он не утаил от монаха и того, что случилось с ним потом – болезнь и глубокий душевный кризис, заставивший его избавиться от имущества и отправиться в Индию. Джулиан рассказал о своих странствиях по этой древней стране, о встрече с бывшим адвокатом из Нью-Дели йогом Кришнаном, который тоже отказался от славы и денег, для того чтобы обрести внутреннюю гармонию и душевный покой.

Удивительный монах слушал Джулиана внимательно. Ни одна черточка не дрогнула на его безмятежном лице. И когда Джулиан умолк, он не шевельнулся. Тогда Джулиан заговорил снова – о том, как жгучее желание изменить свою жизнь заставило его проделать этот трудный и опасный путь.

Тогда, положив руку на плечо Джулиана, человек ласково сказал:

– Вижу, ты действительно стремишься достичь просветления. Я – один из тех, кого ты так искал. И я считаю своим долгом помочь тебе. Признаюсь, за годы моего пребывания здесь я не встречал еще ни одного человека, которому удалось бы найти Сивану самостоятельно. Путь сюда неблизок и опасен. Даже жители предгорных деревень никогда не за-

бредали сюда – оттого никто не знает точно, существует ли наша обитель на самом деле или это всего лишь легенда. Но твое упорство восхищает. Наверное, ты и вправду был великолепным адвокатом.

Он ненадолго погрузился в раздумья, а затем снова заговорил:

– Я прошу тебя быть моим гостем в нашей общине. Мы живем в прекрасной долине, скрытой от людских глаз. Всего несколько часов пути отсюда. Мои братья и сестры встретят тебя с распростертыми объятьями и будут рады принять в нашу семью. Мы научим тебя всему, что необходимо для долгой, гармоничной и просветленной жизни, передадим знания, которые наши предки хранили на протяжении множества веков. Однако, прежде чем ты отправишься со мной в Сивану, чтобы переродиться и наполнить свою жизнь радостью и смыслом, ты должен мне кое-что пообещать.

Овладев древним знанием, ты не останешься с нами, а вернешься в свой мир, чтобы поделиться этими вековыми тайнами с людьми Запада. Высокие вершины лучше самых крепких стен охраняют нас от внешнего мира, и тем не менее нам известно обо всех его катаклизмах и кризисах. Люди давно потеряли ориентиры и не знают, куда им идти. Ты должен принести им надежду на лучшую жизнь. И, что более важно, ты должен познакомить их с практиками, с помощью которых они смогут вновь обрести гармонию. Это все, о чем я прошу тебя.

Джулиан тут же согласился. Он пообещал мудрецу, что станет самым страстным проповедником этого драгоценного знания. Он был готов на любые жертвы, лишь бы узнать тайну просветления. Дальше они пошли вместе. Горная тропка убегала вверх, к скрытой от мира деревушке, где жили великие мудрецы Сиваны. Багряно-огненное солнце медленно угасало, на смену ему уже спешила ночная мгла. Джулиан с удовольствием подставлял разгоряченное лицо свежему горному ветру. Последние лучи озаряли путь двум странникам, спешившим туда, где бывший адвокат надеялся обрести свое истинное «Я». Шагая рядом с монахом, победившим старость, он понимал: в его жизни происходит нечто такое, что сделает его другим человеком.

«Именно та минута изменила всю мою жизнь, и я никогда не забуду это», – признался Джулиан. Он всегда считал, что жизнь определяет не общее течение времени, а несколько самых важных мгновений, являющихся своего рода поворотными пунктами в человеческой судьбе. Сердце подсказывало ему, что именно с этой минуты его жизнь становится по-настоящему осмысленной и благодатной.

# Глава четвертая
# Удивительная встреча с монахами Сиваны

Несколько часов они молча кружили по запутанным, терявшимся в высокой траве тропинкам. Наконец перед ними открылась широкая, полная дивной зелени долина, по одну сторону которой высились заснеженные вершины Гималаев, подобно часовым, стерегущим чуткий сон своих полководцев. С другой стороны долину ограждал густой сосновый лес, очаровывающий своей таинственностью.

Мудрец с улыбкой взглянул на Джулиана и ласково молвил: «Добро пожаловать в Сивану – оазис просветления!»

Вниз в долину вела тонкая, едва различимая в траве тропка. Горный воздух был напоен вечерней свежестью. Джулиан полной грудью вдыхал запахи сосновой смолы и сандала. Чтобы дать отдых уставшим от долгого пути ногам, он снял обувь и шагал босиком, наслаждаясь прохладой мягкого мха, выстилавшего их путь. Пышные россыпи орхидей и других ярких диковинных цветов, щедро разбросанных по этому великолепному лесному уголку, ласкали взгляд.

Уже слышались тихие голоса, доносящиеся порой из сердца долины, – они успокаивали и услаждали слух. Джулиан молча следовал за мудрецом, поражаясь необыкновенной

красоте удивительного места. Спустя четверть часа они спустились в долину. Перед Джулианом открылась картина, поразившая его до глубины души. За всю свою бурную, полную самого разнообразного опыта жизнь, он не видел ничего подобного. Сивана представляла собой маленькое селеньице, в котором все жилища, казалось, были сплетены из роз. В центре селения стоял миниатюрный храм – наподобие тех, что Джулиан видел в Таиланде и Непале. Только сиванский храм был сооружен не из кирпичей и резного дерева, а из лиан и листьев всех оттенков зеленого. Вершину его украшали белые, пурпурные и розовые цветы. Храм окружали небольшие домики, сплошь оплетенные розами. В этих скромных, но прекрасных домах и жили мудрецы Сиваны. От восторга и удивления Джулиан потерял дар речи. Наконец он увидел и самих обитателей. Они все были очень похожи на йога Рамана (так звали его немногословного спутника, который, как выяснилось, и был старейшиной и главой монашеской общины). Все население этого райского уголка отличала необыкновенная молодость. Они двигались легко и грациозно, но вместе с тем горделиво и уверенно. Джулиан отметил их сдержанность: вероятно, они не любили нарушать молчаливую гармонию, царившую здесь. Люди занимались своими делами, лишь изредка обмениваясь короткими негромкими фразами.

Мужчин в Сиване Джулиан насчитал не более десятка. Как и Раман, они носили пурпурные балахоны с темно-сини-

ми капюшонами. Казалось, появление Джулиана их не удивило: они встретили его спокойными дружелюбными улыбками. Джулиан не знал, чему более изумляться: их потрясающей физической форме или же их умиротворяющей безмятежности. Казалось, здесь никто никогда не знал, что такое стресс и суета – проклятье современной цивилизации. Хотя монахи почти никогда не встречали пришельцев из внешнего мира, никто из них не бросил своего занятия ради Джулиана. Его приветствовали лишь легкими кивками – и это все, чего удостоился гость, с трудом отыскавший их в затерянном горном краю.

Женщины Сиваны очаровали Джулиана с первого взгляда. Он невольно залюбовался их хрупкими фигурами, облаченными в нежно-розовые сари из тончайшего шелка, их прелестными темноволосыми головками, увенчанными белоснежными лотосами. В их ловких, расторопных движениях не было и следа суматохи, свойственной людям Запада. Одни женщины украшали храм: видимо, шла подготовка к какому-то религиозному празднику. Другие вносили туда связки хвороста, третьи расстилали вокруг храма яркие тканые коврики. Своим делом они занимались радостно и спокойно, не обращая никакого внимания на то, что происходит вокруг.

Но самое большое впечатление на Джулиана произвели лица обитателей Сиваны. Они наглядно доказывали, какие необычайные возможности таит в себе их образ жизни. Джу-

лиан догадывался, что все они уже переступили порог зрелости, однако от каждого веяло обаянием юности. Глаза светились энтузиазмом молодости, а в лицах было что-то ангельское. Ни на одном лице Джулиан не заметил и намека на морщины, а в иссиня-черных волосах – ни единого седого волоска. Как ни старался, он так и не смог разглядеть в этих людях хотя бы каких-то признаков старения. Реальность походила на сон. Его угостили свежими плодами, которые, как он узнал позже, составляли секретный рацион, влияющий на уникальные физические данные жителей Сиваны. Раман пригласил его пожить в своей маленькой хижине, наполненной благоуханием цветов. Небольшая низкая кровать с лежащим на ней новеньким блокнотом составляла скромное убранство этого цветочного жилища.

Никогда прежде Джулиан не видел ничего, подобного Сиване. И тем не менее он чувствовал себя так, словно вернулся домой после долгих странствий. Лишь здесь он понял, что такое утраченный рай и какая дивная радость ждет всякого, кто вновь обретет его. Это маленькое селеньице, сплетенное из диких роз и экзотических цветов, вовсе не казалось ему чужим. Сердце подсказывало – здесь он свой среди своих, пусть и на короткое время. Именно здесь суждено было вновь разгореться тому огню, что освещал его жизнь до тех пор, пока его не затмила карьерная гонка и жажда мирской славы. Здесь, в укромном оазисе просветления, окрепнет и возрастет его дух. Джулиан стал одним из жителей Сиваны.

И все еще было впереди.

# Глава пятая
# Ученик великих мудрецов

*Грезы великих мечтателей никогда не сбываются – их наследуют другие.*
***Альфред Л. Уайтхед***

Я взглянул на часы: около восьми, а я так и не подготовился к завтрашнему выступлению в суде. Какой же мелкой показалась мне вся эта рутина по сравнению с удивительной историей странствий экс-чемпиона судебных сражений, в корне изменившего свою жизнь благодаря встрече с мудрыми йогами Сиваны! Но как же он преобразился! Быть может, думал я с робкой надеждой, и мне удастся овладеть секретами вечной молодости и гармонии? Слушая Джулиана, я остро осознал, что мое собственное бытие никак не назовешь осмысленным и полноценным. Мой дух давно жаждал обновления, ведь уже много лет я выполнял свои обязанности лишь по привычке, мое стремление ко всему новому давно погасло. Пока я был молод, любое, даже самое мелкое дело, если оно содержало что-то новенькое, увлекало меня. Теперь же моя жизнь стала скучной и однообразной. Кто знает, может, и для меня настало время перемен?

Джулиан словно читал мои мысли. Не желая задерживать меня и в то же время понимая, какой жгучий интерес я ис-

пытываю к продолжению его рассказа, он заговорил быстрее.

Уже через несколько дней он стал в деревне своим. Жадно впитывал знания, которыми с ним щедро делились монахи. Его острый ум, природная проницательность и бойцовский дух, выкованный в сложнейших судебных боях, снискали уважение и любовь всей общины. Для монахов он стал больше, чем учеником – он стал их братом, равноправным и уважаемым членом их небольшой семьи.

Джулиан страстно желал как можно скорее овладеть тайным знанием о скрытых возможностях тела и души, научиться расширять сознание и контролировать дух. Он ни на шаг не отходил от йога Рамана и все часы бодрствования проводил в занятиях. Рамана он воспринимал даже не как учителя – глава общины стал для него отцом, хотя был немногим старше самого Джулиана. Чем больше Джулиан узнавал его, тем больше преклонялся перед многовековой мудростью, хранителем которой был старейшина. Его поражало внимание Рамана и то, как он заботится, чтобы ни одна крупица драгоценного знания не ускользнула от бывшего адвоката.

Они начинали заниматься еще до того, как первый луч солнца позолотит верхушки Гималаев. Раман делился с Джулианом откровениями о смысле бытия, обучал его древним методам, позволяющим наполнить жизнь силой, здоровьем и творческим духом. Джулиан постигал принципы долгой, счастливой жизни, не знающей старости и болезней. Он с

удивлением узнал, что эти практики, ныне известные лишь посвященным, когда-то были доступны каждому. Основой же всего являются два качества, без которых существование человека никогда не придет к гармонии. Это умение владеть своими чувствами и ответственность за свои поступки и решения. Только они дают человеку возможность избежать разрушающего влияния внешнего мира.

Дни летели за днями. Джулиан жил в общине уже несколько месяцев. Постепенно он начал ощущать силу собственного сознания. Эта сила давно дремала в нем, ожидая, когда мощный импульс стремления к высшей цели пробудит ее для действия. Но не все время было отдано практическим занятиям. Бывало, что Джулиан и Раман целыми днями сидели где-нибудь на краю долины, созерцая рассветы и закаты. Или же медитировали в каком-нибудь укромном уголке. Иногда они удалялись в сосновую глушь и подолгу гуляли, беседуя о возвышенном.

Первые изменения в себе Джулиан заметил уже спустя три недели своего пребывания в Сиване. Сначала Джулиан стал замечать красоту самых обыденных вещей, таких как звездное небо или капли росы на паутине. Он с радостью открывал прекрасное там, где раньше его совсем не замечал. Эти открытия складывались в глобальные перемены его мировоззрения. Всего через месяц после того, как он впервые стал использовать древнюю мудрость на практике, Джулиан почувствовал тот совершенный покой, что так поразил его

при первой встрече с мудрецами Сиваны. Ему сопутствовали энтузиазм, здоровье и прекрасное расположение духа. Каждый новый день приносил новые знания и впечатления.

Скоро он заметил, как возросли его душевные и физические силы. Исчез лишний вес, который в последние годы был причиной многих его недугов. Его тело стало крепким и подтянутым. С лица сошла нездоровая бледность, на щеках заиграл румянец. Он чувствовал себя не просто здоровым. Он ощущал бесконечную силу, с помощью которой мог совершить все, что угодно. Он почувствовал вкус к жизни и научился видеть Божественный замысел во всем, что его окружает. Система древних знаний, хранящихся в общине мудрецов Сиваны, сотворила с ним настоящее чудо.

Джулиан перевел дух, будто вспоминая о тех днях, а затем продолжил свой рассказ.

– Знаешь, Джон, там я понял одну важную вещь. Вселенная – это хранилище чудес. Но самое чудесное в ней то, что вся Вселенная способна поместиться в человеческом сердце. И когда ты открываешь в себе Вселенную, то понимаешь, что по сравнению с этим никакой успех, никакая карьера, никакие деньги ровным счетом ничего не значат. Счастье не измеряется в валюте. Все, что важно и действительно значимо, – то, чем ты являешься на самом деле. Твой внутренний рост. Теперь я точно знаю, что преуспевание и гонка за успехом – совсем не одно и то же. Когда я был успешным адвокатом, я считал людей, совершенствующих свой духовный

мир, чудаками и нередко посмеивался над ними. «У каждого свои тараканы», – думал я тогда. Но, живя в Сиване, я узнал, что без постоянной работы над собой, без внутреннего роста, без очищения сознания невозможно достичь ни душевной гармонии, ни физического благополучия. Разве можно помочь кому-то другому, если ты не помог себе? Разве можно делать добро, если ты болен, разбит и пребываешь в унынии? Как я могу полюбить своего ближнего, если не люблю себя? Любовь к миру начинается тогда, когда ты понимаешь, что самое великое сокровище для тебя – ты сам, твоя собственная душа. И лишь когда ты начинаешь ценить собственную душу, ты начинаешь понимать и ценить этот мир.

Собственные слова, похоже, взволновали Джулиана. Он смутился:

– Прости за многословность. Просто я еще никому не рассказывал обо всем, что случилось со мной за эти три года. Я пережил огромное душевное потрясение, я внутренне переродился там, в горах. Мне открылись такие тайны Вселенной, что я просто не могу держать их в себе. Я должен поделиться тем, что мне посчастливилось узнать.

Джулиан посмотрел на часы и стал собираться. Я остановил его:

– Ты же не можешь вот так просто замолчать на полуслове и уйти? Я тоже горю желанием познать ту мудрость, которой ты научился у монахов в Гималаях. Ты ведь обещал своим наставникам передать это знание нам, людям Запада? Пожа-

луйста, не оставляй меня в неведении, иначе я сойду с ума!

– Не беспокойся, дружище, я не оставлю тебя, – успокоил меня Джулиан. – Ты же знаешь, что я довожу до конца любое дело, и уж если я разжег твое любопытство, то непременно удовлетворю его. Но у тебя есть свои обязанности, а у меня – свои. Ты должен закончить все, что запланировал на сегодня. Мне тоже надо заняться кое-какими делами и кое-кого навестить.

– Хорошо, но только скажи мне: как ты думаешь, смогу ли и я овладеть той системой, которая помогла тебе так преобразиться?

– Готов ученик – готов и учитель, – ответил Джулиан, глядя на меня своими сияющими молодыми глазами. – Ты, да и не только ты, многие люди готовы воспринять знания, носителем которых я являюсь сейчас. Тайны сиванских монахов должны быть доступны им. Любой человек, готовый к восприятию этого знания, может изменить свою жизнь. Люди должны знать о том, что на самом деле они были рождены совершенными и к этому состоянию просто нужно вернуться. Я обещаю: научу тебя всему, что узнал сам. Я приду завтра вечером и расскажу все, что тебя интересует. Ты сумеешь подождать до завтра?

– Ну, раз я как-то жил без этого до сегодняшнего дня, проживу и еще сутки, – ответил я с нескрываемым разочарованием.

Гений адвокатуры, а ныне – один из мудрецов Востока,

распрощался со мной и ушел. Я же остался наедине со своими мыслями и вопросами, на которые не было ответа.

Я сидел в своем кабинете, размышляя над тем, как все же интересно устроен наш мир. Рядом со мной существует целый океан мудрости – а я еще даже ног не замочил. Смогу ли я так же, как и Джулиан, открыть для себя прелесть обыденных вещей? В молодости я был охвачен жаждой познания мира. Мне бы хотелось вернуть тот душевный пыл. Кто знает, может, мне тоже нужно отказаться от адвокатской практики? Возможно, во мне дремлют таланты, о которых я даже не подозреваю? Раздумывая над всеми этими непростыми вопросами, я погасил свет, повернул ключ в двери кабинета и вышел в душную летнюю ночь.

# Глава шестая
# Тайна духовного преображения

*Я – творец собственного мира: я живу, значит, я творю.*
***Сузуки***

Верный своему слову, на следующий вечер Джулиан был у меня. Около четверти восьмого я услышал стук в парадную дверь своего дома, похожего на все дома Кейп-Кода, с пошлыми розовыми ставнями, которые, по мнению моей жены, делают наше жилище кандидатом на обложку «Архитектурного обозрения».

Сегодня Джулиан выглядел очень странно. Нет, он был все так же молод и бодр, от него веяло все тем же покоем и внутренней тишиной. Но его наряд… честно говоря, едва взглянув на его одеяния, я смутился. Он был облачен в багряно-красную хламиду с темно-синим капюшоном, край которой был украшен замысловатой вышивкой. Меньше всего я ожидал увидеть в этом респектабельном районе человека, одетого как цирковой факир. Стоял обычный июльский вечер, от духоты было трудно дышать – так почему же Джулиан не скинет со своей головы капюшон?

– Приветствую тебя, друг мой, – сердечно произнес Джулиан. – Приветствую тебя! Однако ты выглядишь смущен-

ным. Быть может, ты ожидал увидеть меня в костюме от «Армани»?

Мы рассмеялись – сначала негромко, затем расхохотались от души. К моему великому облегчению, мудрость веков не лишила Джулиана его знаменитого чувства юмора.

Я пригласил его в свою уютную гостиную, обставленную стильной мебелью и милыми вещицами. Мы сели, и в руках у Джулиана я заметил красивые деревянные четки.

– Какая дивная вещь, – сказал я заинтересованно. – Что это, Джулиан?

– Обо всем в свое время, – улыбнулся он, перебирая резные бусины. – Сегодня нам нужно обсудить много других важных вопросов.

– Так начинай же скорее! – воскликнул я. – Ты не представляешь, сколько я всего передумал и как волновался перед нашей сегодняшней встречей. Я даже толком ничего не сделал по работе.

Джулиан без лишних слов продолжил свое повествование о том, как удивительно легко и приятно происходило его внутреннее преображение. Я изумлялся, слушая о древних методах расширения сознания, которые позволяют полностью избавиться от беспокойства и стресса – недугов, поразивших наше общество. Он рассказывал мне о великом искусстве жить настоящим моментом, сохраняя творческую энергию. Этим искусством в совершенстве владели Раман и его собратья по сиванской общине. Кроме того, Джулиан по-

ведал мне, как можно открыть в себе источник вечной молодости и здоровья. Этот источник, утверждал он, есть в каждом человеке. Тот, кто откроет в себе этот источник, сможет не только исцелиться от любого заболевания, но и вернуть ушедшую молодость и прожить бесконечно долго.

Странное дело: чем убежденнее он говорил, тем меньше я доверял его словам. Быть может, это какое-то мошенничество, жертвой которого я могу стать? В конце концов, этот гарвардский отличник всегда славился своими розыгрышами и проделками. Его история больше смахивала на небылицу. Я просто не мог поверить, что один из лучших адвокатов страны заворачивается в простыню, продает свое имущество и отправляется в какую-то «духовную одиссею» по горам Индии – и ради чего? Чтобы в один прекрасный день предстать передо мной в облике гималайского мудреца? Нет, не может быть – слишком невероятно.

– Все, Джулиан, пошутили и хватит. Я признаю: розыгрыш удался, но и ты скажи откровенно – где ты взял этот наряд? В прокате цирковых костюмов? – Я выдавил из себя подобие усмешки.

Мое недоверие, казалось, Джулиана нисколько не удивило. Он с готовностью отозвался:

– Скажи, Джон, если бы тебе довелось быть моим адвокатом, какие доказательства ты представил бы в пользу моей правоты?

– Вещественные, фактические, – ответил я не задумыва-

ясь.

– Именно. Почему же ты игнорируешь эти доказательства? Взгляни на мое лицо, на мое тело! Заметил ли ты у меня хотя бы одну морщину? Или я все еще выгляжу, как тот толстый немощный старик, которым был когда-то? А моя энергия, мое внутреннее спокойствие? Тебе недостаточно этих доказательств?

Он был безусловно прав. Несколько лет назад он выглядел как мой отец или даже дед.

– Ты хочешь сказать, что твое тело – не результат искусства пластических хирургов? – скептически скривился я.

Он улыбнулся.

– Нет, Джон. Пластическая операция может изменить внешний облик, но душа неподвластна никакой хирургии. Чтобы стать таким, мне нужно было измениться изнутри. В моей прежней жизни отсутствовала гармония, я вел беспорядочное существование, и это чуть не убило меня. Сразивший меня инфаркт был не самым серьезным моим недугом. Моя душа была больна, и больна смертельно.

Я все еще не мог до конца ему поверить. Джулиан отнесся к этому очень спокойно. Он просто взял чайник и стал наливать чай в мою чашку. Я с тревогой следил за тем, что он делает. Вот уровень жидкости дошел до середины чашки… до краев… а Джулиан все продолжает лить! Чай перелился через край, заполнил блюдечко, пролился на стол, а со стола – на дорогой персидский ковер, которым так гордится моя

жена! В конце концов я не выдержал:

– Джулиан, ты что, не видишь – моя чашка не просто полна, она переполнена! Ты что, пытаешься вместить содержимое целого чайника в одну маленькую чашку?!

Он посмотрел на меня долгим проницательным взглядом.

– Прости за ковер, Джон, – и постарайся понять меня. Ты – один из людей, которых я всегда уважал и любил. Но ты уподобляешься этой чашке. Ты до краев наполнен собственными установками и стереотипами. Если ты не освободишь чашу своего ума, то как сможешь усвоить что-то новое?

Его слова сразили меня своей логикой. Я слишком долго варился в юридическом соку, на протяжении многих лет встречаясь с одними и теми же людьми, занимаясь одними и теми же вопросами. Все эти вопросы, люди, их разговоры и мысли заполняли мое существование целиком. Даже моя жена Дженни отмечала, что я закис в адвокатской рутине и нам как воздуха не хватает новых знакомств и впечатлений. «Ты слишком идеален, Джон, – сетовала она. – В тебе нет какой-то сумасшедшинки».

Действительно, я не помню, когда в последний раз брал в руки книгу, не касающуюся юридических вопросов. Я давно забыл, как звучит моя любимая песня. Я тысячу лет не был ни в музее, ни даже в кино. Профессия стала моим вторым «Я» – и это, безусловно, ограничивало мой кругозор. Я перестал творить, превратился в офисный планктон – и я должен был это признать.

– Хорошо, соглашусь, – сдался я. – Годы судебных разбирательств сделали из меня закоренелого скептика. Как только ты появился на пороге моего рабочего кабинета, мое чутье уже подсказывало мне, что все это не сон. Я сразу понял, что мне давно пора встать на новые рельсы. Думаю… я просто боюсь покидать привычный мир.

– Джон, сегодня – первый вечер твоей новой жизни, – тихо и строго произнес Джулиан. – Но ты должен очень серьезно подойти к тем вещам, которым я стану обучать тебя. Все методы самопознания и самоочищения нужно применять всего лишь месяц. Но, чтобы они подействовали, все твое существо должно открыться для нового знания, которому несколько тысяч лет. Если бы эти методы не имели никакого эффекта, они бы просто не дожили до наших дней.

– Целый месяц? – задумался я, прикидывая, как это отразится на моем рабочем графике. – Не так уж и мало.

– Да, – кивнул Джон. – Целый месяц. Шестьсот семьдесят два часа работы над собой. Взамен ты получаешь жизнь, полную молодости, энергии, наслаждения каждым вдохом. Разве плохая сделка? Ты же сам понимаешь: лучшая инвестиция – вложение в самого себя. К тому же есть древнее правило: изменяя себя, мы изменяем мир. Твои внутренние перемены затронут всех, кто тебя окружает.

– Это каким же образом?

– Видишь ли, Джон, невозможно полюбить и понять других людей до тех пор, пока ты не поймешь и не полюбишь

себя самого, – отеческим тоном ответил Джулиан. – Ты откроешь им свое сердце, подаришь свою теплоту и любовь – и они ответят тебе тем же. Все, что нужно, – отыскать внутренний ориентир. И тогда возможности твои будут просто безграничны.

– Да что же такое может приключиться со мной за эти шестьсот семьдесят два часа? – изумился я.

– Твое сознание, тело и дух изменятся настолько, что тебе будет трудно поверить, что все это происходит с тобой. У тебя появится огромное количество энергии, вдохновение не будет покидать тебя, твой внутренний мир войдет в полную гармонию с миром внешним, – ответил он. – И эти изменения не ускользнут от посторонних взглядов. Все заметят, что ты помолодел, выглядишь гораздо бодрее и счастливее. Ты ощутишь великую благодать равновесия, и эта благодать останется с тобой на всю жизнь. Но все это будет лишь «побочным эффектом» чуда, которое с тобой сотворит мудрость Сиваны.

– Потрясающе!

– То, о чем ты сегодня услышишь, поможет тебе не только наладить твою внешнюю жизнь, но и раскрыть мощный потенциал твоего духа. Уроки древних ныне столь же актуальны, как и тысячи лет назад. Они помогали многим поколениям людей найти свое истинное «Я». Они и тебе помогут найти себя. Ты можешь спросить: а что мне это даст? Я отвечу так: ты будешь богат – но не внешним богатством (хотя

эта система может дать тебе все земные блага). Прежде всего, ты станешь внутренне богат, и полнота твоего духа начнет изливаться на все, что ты делаешь, и на всех, с кем ты общаешься. Твои мысли, решения и поступки станут более творческими, более эффективными. Это знание несет в себе великую силу. Оно логично, просто, доступно каждому, и главное – оно прошло испытание временем и закалилось в горниле веков. Однако, прежде чем я открою тебе его, ты должен мне кое-что пообещать, – он взглянул на меня вопросительно.

При этих словах я поморщился: ну конечно же. Я как раз ожидал услышать что-либо в этом роде. «За удовольствия нужно платить», – учила меня моя мудрая мать. Естественно, сейчас будут выдвинуты условия.

– Слушаю тебя, – произнес я холодно.

– Овладев всеми знаниями и приемами Сиванских мудрецов, ты почувствуешь в себе необыкновенную силу, которая поможет тебе изменить свою жизнь, – не обращая внимания на мой тон, продолжил Джулиан. – Но эту силу нельзя использовать исключительно в своих корыстных целях. Она понадобится тебе для выполнения сложнейшей миссии, которая заключается в передаче этих знаний другим людям. Я прошу тебя об этом потому, что в свое время пообещал йогу Раману принести их знания людям. Выполняя свою миссию, ты поможешь мне сдержать слово.

Я облегченно вздохнул и с радостью согласился. И в тот же

вечер началось мое обучение. Приемы и методы сиванских мудрецов были многочисленны и разнообразны. Но в основе этой, на первой взгляд, мудреной системы лежали семь священных принципов, или семь добродетелей. Они открывали ключ к просветлению и полному преображению человеческой сущности.

Об этих добродетелях Джулиану поведал йог Раман. Это случилось через два месяца после его появления в Сиване. Одной ясной ночью, когда небо было светло от звезд, Раман постучался в двери скромной обители Джулиана. Община уже давно спала, и Джулиан удивился столь позднему визиту. Раман говорил негромко и ласково – так, как учитель разговаривает со своим любимым учеником.

– Я внимательно слежу за тобой, Джулиан, и вижу, что ты – достойный человек. Ты всей душой стремишься к добру и жаждешь наполнить свою жизнь благими делами. Ты уважаешь наши традиции, ты стал членом нашей дружной семьи. Наши ежедневные ритуалы стали для тебя потребностью – и ты наверняка заметил, как благотворно действуют они на все твое существо. Наш уклад жизни не чужд тебе, тебя не смущает простая и скромная жизнь, которую мы ведем на протяжении многих веков. Люди, воспитанные цивилизацией, часто относятся с высокомерием и непониманием к тем, кто всем достижениям прогресса предпочитает простую жизнь, без излишеств и суеты. Ты пребываешь у нас недолго, но за это короткое время успел понять главное: то, что со-

кровища духа превыше всех благ цивилизации. Мы обладаем этими сокровищами – но мы не хотим скрывать их от мира. Наше знание известно лишь немногим, и это тяготит нас. Мы не хотим быть единственными хранителями той жизненной мудрости, которая способна сделать человека просветленным.

Мы нуждаемся в том, чтобы наше знание стало известно миру – потому что мир погибает без него. Ты два месяца живешь в Сиване, и я хочу, чтобы третий месяц стал началом твоего обучения священным тайнам бытия, на которых основана наша система. Я лично буду наставлять тебя, и буду это делать не только ради тебя самого, но ради всего мира. Я стану обучать тебя так же, как обучал своего маленького сына. Уже несколько лет, как его нет с нами: он перешагнул порог земного бытия. Я не жалею об этом и не спрашиваю Небеса, почему он должен был умереть в столь невинном возрасте. Ведь тот, кто ропщет, просто не понимает, что у каждого человека – своя дорога. Видимо, просто пришло его время. Пока он был с нами, я каждую минуту проводил с ним, и наше общение доставляло мне подлинную радость.

Возможно, видя мое смирение перед Высшим Промыслом, небо послало мне тебя вместо него, и я благодарен Провидению за то, что могу обучить тебя всему, чему не успел научить собственного сына.

…Я посмотрел на Джулиана. Глаза его были полуприкрыты – рассказывая, он вновь переживал все, что случилось с

ним в Сиване, одарившей его бесценной мудростью индийских йогов. Помолчав немного, он продолжил.

– Семь добродетелей, о которых говорил Раман, описаны в одной очень необычной притче. Эта притча, быть может, покажется тебе несуразной, но в ней – основа всей мудрости. Прошу тебя: отключи свой критический ум, ибо эту мудрость может воспринять лишь человек с чистым сердцем и открытым сознанием. Итак, – продолжал он загадочным тоном. – Закрой глаза и представь, что ты сидишь на цветущей поляне посреди великолепного весеннего сада. Воздух напоен ароматами диковинных цветов, которых не бывает в реальной жизни. Ты наслаждаешься покоем и безмятежностью этого уединенного уголка. Ты никуда не спешишь, у тебя в запасе целая вечность. Твое внимание привлекает высокий красный маяк, стоящий неподалеку. Ты раздумываешь, зачем он здесь поставлен – ведь рядом нет ни моря, ни даже реки, и тут твои размышления прерывает скрип открывающейся двери на маяке. Из нее выходит толстый узкоглазый великан, напоминающий японского борца сумо – и направляется прямо к центру сада.

Ты недоумеваешь, откуда он взялся, и тут замечаешь еще более поразительную вещь! Этот японский борец обнажен! К счастью, не полностью: его бедра обмотаны… розовой лентой маваси. Разгуливая по саду в своей экзотической «набедренной повязке», борец сумо вдруг что-то замечает в траве. Он берет находку в руки – это оказывается секундомер

из чистого золота. Видимо, кто-то обронил эту вещь здесь несколько лет назад. Борец поднимает секундомер – и вдруг выпускает из рук, словно его находка весит целую тонну. Золотая вещица падает, производя оглушительный треск, от которого борец сумо падает в обморок. Он долго лежит, не дыша и не двигаясь, и ты решаешь, что он испустил дух. Рядом с великаном прямо на твоих глазах распускается куст желтой розы – и он приходит в себя. Как ни в чем не бывало борец вскакивает на ноги.

Вдруг он резко поворачивается налево, и ты понимаешь, что его внимание привлекло что-то необычное. Ты смотришь в ту же сторону и видишь там тропинку, усыпанную сверкающими алмазами. Эта тропинка манит борца, и он бесстрашно идет по ней. Что-то подсказывает тебе, что эта необычная тропа ведет к просветлению.

Когда я открыл глаза, Джулиан сказал, что эта притча его самого привела в недоумение. Он признался, что в тот момент, когда они с Раманом сидели на вершине горы и монах, озаренный светом костра, рассказывал ему весь этот бред, он был недалек от мысли, что йог просто морочит ему голову.

Как я понимал Джулиана! Ведь я тоже приготовился окунуться в глубину вечного откровения, которое, возможно, перевернет все мои представления о жизни. А что я услышал вместо этого? Какую-то нелепицу о красном маяке и японском борце сумо, обмотавшемся розовыми ленточками.

Вот и Джулиан был так же разочарован и смущен. Это не

ускользнуло от проницательного взгляда Рамана.

– Простота не так проста, как кажется на первый взгляд, – сказал он Джулиану, улыбаясь. – Ты, возможно, ожидал услышать историю, которая потрясет тебя красотой своих логических построений. Но если ты вдумаешься в эту притчу, то поймешь, что в ней есть зерно здравомыслия, а суть ее лежит на поверхности. Я выбрал форму притчи, потому что с нашей первой встречи думал над тем, в какой форме ты сможешь воспринять нашу мудрость. Быть может, ты нуждаешься в курсе лекций, и я должен устроить для тебя нечто вроде университета? Но затем я понял, что это слишком привычно для тебя. Не сломав свои старые установки, ты не сможешь воспринять сверхъестественную природу древнего знания. И я решил попросить всех жителей обители, братьев и сестер, по очереди заниматься с тобой, чтобы ты усваивал разные взгляды на нашу философию. Однако я скоро понял, что ты нуждаешься в едином наставнике. Путем долгих размышлений я пришел к выводу, что твое сердце откликнется на короткую необычную притчу, в которой раскрыты все семь истин сиванской мудрости.

Мудрец улыбнулся и продолжил:

– На первый взгляд, эта притча больше похожа на несуразную, лишенную всякой логики историю, которые так любят выдумывать дети. Но вдумайся в нее, и ты поймешь, что каждая вещь в этой притче – на своем месте. Она воплощает в себе один из принципов просветления и несет глубочай-

ший смысл. Сад. Маяк. Борец сумо с повязкой из розового шелка. Золотой секундомер, распустившийся куст желтых роз и бриллиантовая тропа – все это символы семи вечных добродетелей, овладев которыми человек достигает полноценной жизни. Эти символы необычны и несочетаемы – но именно это и позволяет тебе запомнить их все. Эта притча хороша тем, что мгновенно отпечатывается в сознании – а значит, ты уже обладаешь семью вечными добродетелями, которые поднимут твою жизнь до уровня полубога. Все, что тебе нужно знать и уметь, ты найдешь в этой притче. Просто ты пока не понимаешь истинного смысла этих символов, но, когда он откроется тебе, ты начнешь изменяться сам, и начнет меняться жизнь вокруг тебя. Применяй эту мудрость каждый день, и перемены не заставят тебя ждать. Ты будешь совершенно другим человеком – интеллектуально, эмоционально, физически и духовно. Запоминается эта притча легко, я прошу тебя лишь об одном: прими ее всем сердцем, просто поверь в то, что это истина! И тогда твоя жизнь расцветет.

– После этих слов, – сказал Джулиан, – я на самом деле поверил в эту необычную историю. Я вспомнил слова Юнга о том, что «мы видим ясно только тогда, когда смотрим внутрь себя. Смотрящий наружу видит сон, смотрящий в свое сердце – пробуждается ото сна». Именно это и произошло со мной в ту звездную ночь на вершине горы. Я заглянул в свое сердце, и дух мой пробудился. Я открылся новому знанию,

позволяющему расширить сознание, омолодить тело и обновить душу. Теперь я должен поделиться этим знанием с тобой.

# Глава седьмая
# Самый волшебный сад на земле

*Большинство людей – умственно, физически и нравственно – существуют в узких рамках привычных представлений о собственных возможностях. Между тем, у каждого из нас есть неисчерпаемые источники силы, о которых мы даже не подозреваем.*
***Уильям Джеймс***

Джулиан начал объяснять мне, что означает каждый из символов притчи.

– Сад означает наше сознание, – сказал он. – Тот, кто регулярно очищает сад своего сознания, вносит нужные удобрения, возделывает его, получает богатый урожай. Сад зеленеет и цветет, становится все краше и краше. Но у нерадивого садовника сад зарастает сорняками, а культурные растения погибают. Скажи мне, Джон, что ты будешь делать, если я войду в твой небольшой садик, которым ты так гордишься, и полью твои великолепные цветы ядом? Ты будешь вне себя от ярости, не так ли?

– Разумеется! – вскрикнул я.

– Любой нормальный садовник следит за тем, чтобы никакая зараза и отрава не попала на растения. – Джулиан говорил медленно и отчетливо, словно подбирая нужные сло-

ва. – Но почему-то почти все люди не считают опасным, когда отрава проникает в сад их сознания. Более того: они сами вносят в него ядовитые вещества! Эти яды – стресс, беспокойство о прошлом или тревога о будущем, отравляющая жизнь печаль, страх и недоверие. Все это отравляет наше существование и превращает нашу жизнь в хаос. Знаешь ли ты, что мудрецы Сиваны обозначают слова «беспокойство» и «гроб» одним иероглифом? Поначалу я думал, что это простое совпадение, но Раман сказал мне, что это вовсе не случайность. Словно в погребальном костре, в беспокойстве сгорает творческая энергия ума и души. Чтобы жизнь была полноценной и энергия не исчезала, человек должен стоять на страже своего сознания и тщательно проверять удобрения, которыми он питает почву своего сада. В сознание нужно допускать лишь ту информацию, которая необходима для нормальной жизнедеятельности. Извини, но ты просто не можешь позволить себе роскошь беспокоиться о чем-либо или чего-то бояться. Ни на секунду ты не должен позволять этим вампирам проникать в свой сад сознания. Как верный страж, ты должен охранять свой сад от всякой отрицательной мысли. Как ты думаешь, чем просветленные мудрецы Сиваны отличаются от нас с тобой? Да ничем! Они созданы из той же плоти и крови, что и мы. Их источником является один и тот же Творец мироздания. Просто они относятся к категории тех людей, которые хотят от жизни чего-то большего, нежели просто материальное благополучие.

Из искры своих талантов они возжигают великое пламя. Все их жизни – волшебный танец, озаренный отблеском этого пламени. От обычных людей они отличаются лишь тем, что мыслят в положительном ключе и не тратят свою жизнь на тревоги и стрессы. Мудрецы поведали мне, что человек впускает в свое сознание примерно шестьдесят тысяч мыслей в течение всего дня. Можешь ли ты представить себе, что из всего этого огромного количества мыслей лишь пять процентов относятся к чему-то новому? Девяносто пять процентов наших сегодняшних мыслей – это то, о чем мы думали вчера, позавчера, год назад…

– Да ладно… – я недоверчиво посмотрел на Джулиана.

– Именно так! – подтвердил он. – Это настоящий диктат привычки, который забирает у мозга всю энергию. Почему так удобно думать о знакомых вещах? Потому что это создает иллюзию безопасности. Но ведь люди привыкают думать о плохом, привыкают ждать плохого и готовиться к плохому. Вместо того чтобы заниматься созиданием, размышляя над тем, как сделать жизнь лучше, они попадают в вечную тюрьму своего прошлого. О чем думает большинство людей? О прошедшей любви, несбывшихся мечтах, утраченных возможностях или финансовых проблемах. Иные тоскуют по счастливому детству – хотя, положа руку на сердце, у кого оно было безоблачным? А как много внимания люди уделяют вещам, которые и вовсе ничего не значат? Например, о косом взгляде продавщицы в овощной лавке или

коллеги по работе. Если человек впускает в себя подобные мысли, он подвергается разрушительному воздействию яда, имя которому – беспокойство. Люди сами отказываются от огромной силы, заложенной в их природе. Мы все от рождения чудотворцы, нужно лишь позволить себе творить чудеса. Пока человек находится в плену привычных мыслей, он никогда не сможет понять, что секрет счастья заключается в управлении сознанием.

Изменить сознание совсем не трудно, – продолжал Джулиан, – ведь мышление – это всего лишь привычка. Люди привыкли мыслить бесконтрольно и даже не подозревают, какое огромное воздействие разум оказывает на их жизнь. Я был потрясен, когда узнал, что даже самые великие умы человечества пользовались лишь сотой долей своего интеллектуального потенциала. Лишь мудрецам Сиваны хватило мужества исследовать те части мозга, которые не участвуют в привычном мышлении. Ты представить себе не можешь, к каким поразительным результатам это привело.

Йог Раман способен силой мысли замедлять или ускорять сердечный пульс. Он может не спать неделями – и это только некоторые из чудесных способностей, которые он открыл в себе.

Но все это лишь побочные эффекты, а не главная цель. Твой мозг – величайший дар природы, и я очень прошу тебя относиться к нему соответственно.

– Хочешь сказать, что есть практики, благодаря которым

можно стать обладателем супермозга? – хмыкнул я. – Да, остановить сердце посреди вечеринки – это произведет впечатление! То-то все переполошатся!

– Не о том ты думаешь, Джон, – Джулиан строго посмотрел на меня. – Я научу тебя многим приемам – ты попробуешь их на деле и поймешь, какую мощь таят в себе древние духовные практики. Сейчас тебе нужно усвоить, что просветление – не что иное, как результат благоприятных условий, и эти условия ты создаешь сам. Ни ты, ни я, ни другие люди по большому счету ничем не отличаются друг от друга. Наша кровь имеет один и тот же состав, и дышим мы одним и тем же воздухом. Все различие состоит только в том, как человек заботится о своем теле и сознании. Именно это и делит человечество на счастливых и несчастливых. Тот, кто регулярно очищает сознание и обогащает свой внутренний мир, перестает влачить жалкое существование обывателя и привносит в свою жизнь настоящую магию.

Глаза его загорелись: я видел, что слова о магии сознания для него не пустой звук, он из собственного опыта знает, какие великие сокровища скрывает в себе человеческий дух.

– Джон, на свете есть всего лишь одна вещь, которая целиком и полностью находится в нашей власти, – загадочно произнес он.

– Знаю, – улыбнулся я. – Это наши дети.

– Вовсе нет, – отрезал Джулиан. – Я говорю о сознании. Мы не можем контролировать других людей (в том числе и

собственных детей) так же, как не можем контролировать погоду или дорожный трафик. Единственное, над чем мы имеем абсолютную власть, – это наше отношение к окружающим людям, событиям и обстоятельствам. Никто не может нам указывать, о чем мы должны думать в тот или иной момент. Это главная способность человека, которая отличает его от других существ. И это – один из столпов древней мудрости Востока, открывшейся мне в моей «одиссее». Все великие истины просты, и эта – не исключение.

Джулиан погрузился в раздумья, будто вновь и вновь переосмысливал сказанное. После небольшой паузы он продолжил:

– Подумай, что такое «объективная реальность»? Существует ли она в принципе, и есть ли у нее неоспоримые критерии? Я думаю, что нет. Самый страшный враг может в любой момент стать твоим лучшим другом. Самая великая трагедия может обернуться невероятными возможностями. Нет оптимистов и пессимистов, есть люди, которые смотрят на мир с разных точек зрения.

– Прости, Джулиан, я не пойму, какие возможности могут возникнуть в трагедии, – мрачно отозвался я, подумав о своем. – Горе есть горе.

– Я объясню тебе на примере реального случая, – спокойно ответил Джулиан. – В Калькутте я познакомился со школьной учительницей, ее звали Малика Чанд. Она была преподавателем от Бога, и каждого ученика воспринимала

как собственного ребенка. Она всегда говорила: «Неважно, каков уровень вашего IQ, важно лишь то, о чем вы мечтаете». В своей общине она пользовалась репутацией человека, готового всегда прийти на помощь ближнему. Но в один злосчастный день ее любимая школа, где она с таким успехом развивала таланты своих учеников, сгорела. Говорили о поджоге, но преступника так и не нашли. Это была огромная потеря для общины. Погоревав, люди решили: раз уж так сложилось, значит, дети просто останутся неучами.

– И что же Малика?

– О, Малика не смирилась с этой трагедией, – довольно проговорил Джулиан. – Она из породы людей, кто и на смертном одре будет радоваться. Она не стала горевать, как прочие, а увидела в этом волю Провидения. Родителям учеников она объявила, что случилось то, что должно было случиться. Старое здание школы уже давно было не пригодно для уроков. Дырявая крыша текла, ветхие стены дрожали от детских голосов, а трухлявый пол давно просел от беготни резвых ножек. Но покуда здание стояло, ни у кого и мысли не шевельнулось о том, чтобы построить новую школу. Теперь же сама жизнь заставляет всех объединиться и выстроить новое современное здание, которое прослужит не одному поколению детей. Подумай только: хрупкая старушка, которой было на тот момент шестьдесят четыре года, смогла воодушевить и объединить множество людей для общего благого дела. Они собрали необходимые средства, и вскоре их дети

ходили в новую, красивую, хорошо оборудованную школу. Это ли не пример победы сознания над обстоятельствами?

– Стакан наполовину пуст или наполовину полон – решаем мы, – глубокомысленно изрек я, вспомнив прочитанную где-то мудрость.

– Именно так, – кивнул Джулиан. – Жизнь непредсказуема, и в любой момент может случиться все что угодно. Ты спокойно наслаждаешься отдыхом после работы и не знаешь, что беда уже на пороге твоего дома. Внешние обстоятельства не в твоей власти – но лишь от тебя зависит, как ты отреагируешь на них. Если ты посеешь в своем сознании привычку видеть свет в любом человеке и событии, то жизнь твоя преобразится. Она наполнится светом. Это величайший и непреложный закон бытия.

– Это и есть то, что ты называешь более эффективным использованием разума? – предположил я.

– Абсолютно верно, Джон, – кивнул Джулиан. – Путь к успеху начинается с одной мысли. Если каждая твоя мысль будет нести в себе семена успеха, то жизнь твоя будет благополучна как в материальном, так и в духовном отношении. Твое внутреннее состояние влияет на внешние обстоятельства настолько, что можно с уверенностью сказать: наши мысли формируют мир вокруг нас. Обладая контролем над сознанием, ты можешь взять судьбу в свои руки.

– Ты говоришь об очень глубоких и важных вещах, Джулиан, – вздохнул я тяжело. – Моя жизнь состоит из одной

суеты… у меня просто нет времени думать о том, кто я есть и что я могу. Когда я учился в Гарварде, мой однокашник Алекс постоянно цитировал книги по саморазвитию. Он утверждал, что они помогают ему лучше справляться с учебными нагрузками, заряжают бодростью и оптимизмом. Я никогда не забуду, как он поразился тому, что в китайском языке для слова «кризис» есть два иероглифа. Один из них переводится как «опасность», зато другой означает «возможность». Еще тогда я подумал, что древние китайцы хотели этим напомнить, что у каждой медали есть две стороны, и в любой критической ситуации можно найти положительные моменты.

– Йог Раман говорил об этом так: «Наша жизнь – это не череда ошибок, а последовательность уроков, – заметил Джулиан. – Не существует негативного опыта: есть возможность для роста и движения вперед. Силу обретают в борьбе. Болезнь же – прекрасный учитель здоровья».

– Болезнь? – изумился я. – Ну, это уже слишком.

– Да, болезнь, – повторил он с улыбкой. – Чтобы понять, что такое здоровье, ты должен пройти через страдание и боль. Скажи, пожалуйста, как можно получить радость от покорения высокой горы, если ты не пройдешь весь путь к вершине, начиная с самого низа?

– То есть человек не может оценить благо, если не познает лишений? – Я посмотрел на него с недоверием.

– Можно сказать и так, – кротко ответил он. – Хотя я бы

не советовал тебе маркировать события и явления знаками «плюс» или «минус». Лучшее, что ты можешь сделать, – спокойно переживать все, что с тобой случается, подумать над этим опытом и сделать вывод. Жизнь постоянно предлагает нам уроки, которые делают нас сильнее. Будь наше существование полностью благополучным и комфортным, наше развитие бы застопорилось. При этом необязательно ждать чего-то экстраординарного – можно осмысливать и прошлый опыт. Подумай над тем, что ты пережил за все эти годы. Ты можешь извлечь огромную выгоду из уроков прошлого. Даже если ты поймешь, что убил столько времени впустую и потратил много сил на малозначащие вещи – не расстраивайся. Если перед тобой закрывается одна дверь, то тут же распахиваются несколько других.

Джулиан воздел руки к небу и стал похож на пастора с Юга в момент обращения к своей пастве:

– Как только ты начнешь воплощать этот принцип в жизнь, ты почувствуешь радикальные изменения. Каждое событие будет приносить радость и удовлетворение. Ты обретешь силу над обстоятельствами и полностью избавишься от беспокойства о будущем. Ты сам станешь строителем своей судьбы.

– Джулиан, этот принцип мне вполне понятен, – заверил я его. – Каждый опыт, отрицательный или положительный – это урок. И я должен просто открыться этому опыту, чтобы правильно усвоить урок. Это сделает меня более сильным и

счастливым. Но что я могу сделать конкретно сейчас, в своей скромной роли юриста средней руки?

– Первое и самое важное: перестань жить воспоминаниями и начни жить воображением.

– Что ты имеешь в виду? Объясни.

– Видишь ли, прежде чем твой разум станет свободен, а тело обретет здоровье и силу, тебе нужно выпустить на волю свое воображение, – пояснил Джулиан. – Все реальные вещи создавались сначала в мастерской воображения, а уж потом обретали плоть. Все, что мы создаем в осязаемой реальности, сначала было идеей, питавшей наше воображение. Если ты научишься воображать свою мечту достаточно ярко, ты получишь силу для ее воплощения. Начиная с этой минуты, более никогда не возвращайся в мыслях к тому, что случилось с тобой в прошлом. Тебе потребуется мужество для того, чтобы мечтать о том, чего ты не можешь позволить себе сейчас, в твоих нынешних обстоятельствах. У всех людей, в том числе и у тебя, бывали и будут такие моменты, когда кажется, что навалившихся проблем хватит на всю оставшуюся жизнь, и нечего мечтать о лучших временах. Но несмотря ни на что, всегда ставь для себя самую высокую цель и ожидай самого лучшего. Уверяю, что результат тебя удивит.

Он ненадолго замолк, как бы предоставляя мне время на обдумывание его слов.

– Джон, я полагал, что за годы моей судебной практики я многому научился, – тон его стал более доверительным. – Я

окончил лучший университет страны, прочитал всю возможную литературу по юриспруденции, мне посчастливилось работать с первоклассными специалистами в области закона. Я выигрывал любой процесс. Но потом я осознал, что проиграл самый важный процесс – процесс собственной жизни. Я стал рабом своей страсти к накоплению все больших и больших материальных благ. И упустил многие важные мелочи, из которых на самом деле и состоит жизнь. Я не прочитал ни одну книгу из тех, что советовал мой отец. У меня не появилось ни одного настоящего друга. Я не научился понимать и чувствовать музыку. И тем не менее, я должен признать, что мне несказанно повезло. Мой инфаркт был звонком к пробуждению. Ты можешь мне не верить, но именно то, что я побывал на грани жизни и смерти, дало мне шанс начать новую, более богатую и полноценную жизнь. Как и Малика Чанд, я увидел, что моя болезнь несет в себе семена великих возможностей. И к счастью, я не побоялся взрастить эти семена.

…Я смотрел на него и понимал, что его потрясающий внешний вид – не единственное изменение. Он изменился внутри, стал более мудрым и глубоким. Этот вечер оказался для меня чем-то большим, чем волнующая встреча старых друзей. Я получил шанс начать новую жизнь, и именно сейчас наступили те решающие мгновения, которые изменят все. У меня прекрасная большая семья и стабильный доход влиятельного адвоката. Но в те редкие минуты, когда я за-

думывался о смысле жизни, я всегда понимал, что все это не удовлетворяет меня. Я должен был чем-то наполнить ту зияющую пропасть пустоты, которая с каждым годом все шире разверзалась вокруг меня.

В детстве я видел удивительно яркие сны. Я умел мечтать. Я часто представлял, как выигрываю спортивные соревнования или руковожу крупной корпорацией. Я был уверен, что могу исполнить любую свою мечту. Я до сих пор помню это потрясающее чувство безграничного простора – чувство, которое не покидало меня все детство, прошедшее на Западном побережье. Я умел получать радость от простых вещей, таких как купание в океане на закате или велосипедная прогулка по лесу. Я был жаден до жизни, и все время искал приключений. За последние пятнадцать лет я не испытал и намека на те изумительные юношеские ощущения. Что же случилось со мной?

Быть может, я слишком торопился повзрослеть? Но когда наконец-то стал взрослым, я утратил свои детские сны и ощущение всемогущества. Когда это произошло точно, сказать нельзя. Быть может, когда выбрал профессию адвоката и начал говорить и вести себя так, как это делают адвокаты? В тот вечер, когда Джулиан зашел ко мне на чашку чая, я твердо решил, что перестану тратить свою жизнь на зарабатывание денег. Отныне я стану созидать, а не тратить.

– О чем ты думаешь, друг? – спросил Джулиан. – О своей жизни? Я дам тебе совет: вспомни свои детские мечты,

и постарайся воспринять их так, как ты воспринимал их в детстве. Помнишь, как сказано у Джонаса Солка: «Я боялся, и я мечтал, но мечта победила страх». Ты должен найти в себе силы вновь обрести мечту. Начни радоваться малому, и ты станешь свидетелем больших чудес. В твоем сознании дремлет великая сила, и ты должен разбудить ее. Когда ты пробудишься ото сна, Вселенная раскроет перед тобой тайны настоящей магии.

Джулиан порылся в своих алых шелках и извлек небольшую потрепанную карточку, похожую на визитку.

– Однажды я спросил Рамана, кого из великих мудрецов мира он почитает более всего. Он ответил, что ему сложно назвать какое-то одно имя, потому что в разное время его вдохновляли разные философские идеи. Но одно изречение он сохранил в своем сердце подобно тому, как милую жемчужину хранят в ларце из редкого дерева. Мы стояли посреди горной тропинки, ведущей на самую вершину, и в этом пустынном месте великий сиванский мудрец открыл мне ту истину. Я же, в свою очередь, золотыми буквами вписал ее в свое сердце. Это изречение всегда со мной, оно помогает мне каждый день вспоминать о том, кто я сейчас и кем я могу быть. Это изречение Патанджали, величайшего из индийских философов, стало предметом моей ежедневной медитации, и оно сильно повлияло на мое сознание. Ведь в его словах содержится реальная сила, запомни это, Джон.

Джулиан протянул мне карточку. Я прочитал:

*«Если у тебя есть цель, которая вдохновляет тебя, то мысли твои разбивают кандалы привычных представлений, сознание освобождается, и ты попадаешь в неведомый мир, полный великих чудес. Силы, дремавшие в тебе, пробуждаются, и некогда желанная цель становится лишь вехой на пути к совершенству».*

Прочитав это, я понял, что существует реальная связь между сознанием и физическим самочувствием. Некогда страдавший от болезней и переутомления, ныне Джулиан был молод, здоров и полон сил. Он выглядел даже моложе, чем когда мы только познакомились.

Энергия бурлила в нем, а оптимизм бил ключом. Он полностью отказался от прежнего образа мыслей – именно это и сделало возможными все те удивительные перемены, которые с ним произошли. Можно сказать, что его ум обрел превосходную спортивную форму. Изменив свое сознание, Джулиан Мэнтл изменил судьбу.

– Скажи мне, Джулиан, каким образом я могу настроить свое сознание, чтобы относиться к жизни так же спокойно и оптимистично, как ты? Я слишком погряз в профессиональной рутине, вряд ли у меня хватит сил, чтобы контролировать мысли. Сад моего сознания засорен посторонними мыслями, которые входят туда, как к себе домой, – неуверенно произнес я.

– Есть поговорка, что ум – прекрасный слуга, но никудышный хозяин, – ответил Джулиан. – Ты выработал вред-

ную привычку впускать в свои ум негативные мысли. Но почему так получилось? Потому что ты не дал себе труда позаботиться о чистоте сознания и не концентрировал внимание на положительных моментах. Знаешь, как однажды выразился Уинстон Черчилль? «Подлинно велик тот, кто несет ответственность за каждую из своих мыслей». Мозг – такой же мускул, как и все остальные органы твоего тела. Если орган не тренировать, то он атрофируется.

– Ты хочешь сказать, что мозг может совсем перестать работать, если его не развивать?

– Вот именно! Когда ты хочешь накачать мышцы рук, ты будешь поднимать гири. Чтобы мускулы твоих ног отвердели, ты будешь постоянно напрягать их. Так же и сознание: подлинную мощь оно обретет лишь тогда, когда ты начнешь давать ему работу. Оно сделает для тебя все, что ты пожелаешь, но лишь в том случае, если ты будешь ему хорошим хозяином. Позаботься о своем разуме – и он лучше любого доктора позаботится о тебе. Ты обретешь совершенное здоровье и совершенный покой, но помни, что все начинается с желания. В Сиване я услышал одну мудрую поговорку: «Все ограничения собственной жизни создаешь ты сам».

– И как же это понять, Джулиан?

– Когда человек достигает просветления, он осознает, что мир вокруг него – не что иное, как отражение его собственных мыслей. Чем богаче внутренний мир человека, тем больше возможностей открывает перед ним мир внешний, ма-

териальный. Если хочешь достичь спокойствия и уравновешенности – успокой свой ум.

– Все это понятно, – с готовностью откликнулся я. – Но могу ли я прямо сейчас научиться какому-нибудь простому приему и получить мгновенный результат?

– Какого результата ты хочешь добиться? – осторожно спросил Джулиан, теребя загорелыми пальцами алую ткань своей хламиды.

– Понимаешь, друг, все, о чем ты мне рассказываешь, будоражит воображение и захватывает дух. Но пойми: я не так терпелив, как ты. Я хочу здесь и сейчас получить реальное, видимое доказательство того, что система Сиванских мудрецов работает. Наверняка есть простые приемы, которые я мог бы попробовать применить сию минуту, сидя с тобой в гостиной? Мне не нужно многого: я хочу лишь, чтобы мое сознание хоть чуточку изменилось. Но прямо сейчас.

– Видишь ли, в чем дело: моментального эффекта не дает ни один прием этой системы. Быстрых способов в ней не существует. Чтобы измениться, ты должен настойчиво идти к цели в течение продолжительного времени. Только постоянное усилие изменит тебя. Не бойся: для этого не нужны годы работы над собой. Достаточно одного месяца. Но на протяжении этих тридцати дней ты должен ежедневно применять знание, которое я тебе передам. Этого времени, при условии постоянных усилий, достаточно, чтобы проникнуть в сферу своего высшего «Я». Однако должен тебя предупредить:

нельзя думать о конечном результате. Тебе нужно полностью погрузиться в процесс саморазвития. Это очень увлекательный процесс, открывающий перед человеком множество новых путей. Чем меньше ты будешь зациклен на конечной цели, тем быстрее добьешься ее.

– Возможно ли это?

– Есть одна классическая притча о юноше, мечтавшем стать учеником величайшего мудреца в мире. Он отправился на поиски наставника, объездил много стран, познакомился с множеством мыслителей и философов. Наконец, ему удалось отыскать мудрейшего из всех живущих. Юноша с почтением приветствовал его, а затем спросил: «Скажи, сколько времени мне потребуется, чтобы стать таким же просветленным, как ты?» – «Пять лет», – последовал ответ. «А если я приложу вдвое больше усилий?» – «Тогда ты достигнешь просветления через десять лет». – «Но почему так долго?! А если я буду учиться, не зная сна и отдыха, все время посвящая занятиям?» – «В этом случае ты обретешь совершенную мудрость через пятнадцать лет». – «То, что ты говоришь, очень странно! – воскликнул пораженный юноша. – Чем больше сил я готов отдать заветной цели, тем больше она от меня отдаляется. Как же так?» – «Очень просто. Если один глаз твой устремлен к конечной цели, у тебя остается лишь один, чтобы не сбиться с пути».

– Убойный аргумент, адвокат, – кивнул я. – Мне это знакомо.

– Терпение, мой друг. Просто живи и осознавай, что все придет в свое время. Главное – будь готов к этому.

– В этом деле, наверное, нужна удача… А я никогда не был везунчиком.

– Удача? А знаешь ли ты, друг мой, что это такое? – улыбнулся Джулиан. – Внутренняя готовность и благоприятные обстоятельства, которые ты сам же и создаешь. Ничего больше.

Голос его стал низким и вкрадчивым.

– Перед тем как мы перейдем к практике сиванских мудрецов, ты должен усвоить несколько основных принципов. Первое, и самое главное: ключ к совершенству – в сосредоточении.

– Неужели? – Я посмотрел на него с недоверием.

– Именно так. Я тоже был немало удивлен в свое время, узнав об этом. Однако это правда. Ты уже понял, каких высот может достичь человек с развитым сознанием. Когда у человека появляется желание, ему даются и силы для его достижения. Это – фундаментальный принцип Вселенной. Но чтобы высвободить силы, скрытые в сознании, ты должен успокоить свой разум и сосредоточиться лишь на близлежащей цели. Когда ты сделаешь это, способности, дремлющие в тебе, проснутся, и ты получишь колоссальную энергию.

– Неужели сосредоточение так эффективно?

– Вот тебе загадка, если отгадаешь ее, то сам ответишь на свой вопрос. Представь, что ты потерялся в лесу в лю-

тый мороз, и тебе нужно любой ценой согреться. Ты роешься в своем рюкзаке, но не находишь ничего, кроме письма от лучшего друга, банки консервов и небольшой лупы, которую ты носишь с собой вместо очков. В лесу ты собрал немного хвороста – но у тебя нет ни спичек, ни зажигалки. Как ты разведешь костер?

Я задумался. Джулиан задал вопрос, на который я не знал ответа.

– Не знаю.

– Это же элементарно! Нужно просто положить письмо на хворост и навести на бумагу через лупу солнечный луч. Усиленный многократно луч нагреет бумагу, и она загорится.

– А для чего мне банка консервов? Подкрепить силы?

– Может, и так, но я сказал о ней лишь для того, чтобы ты не сразу догадался об ответе. – Джулиан подмигнул мне. – Суть не в этом. Положи лист бумаги на хворост – огонь не появится. Непременно нужно увеличительное стекло и луч солнца. Этот же принцип работает и в отношении сознания. Если ты сконцентрируешь силу разума на конкретной цели, огонь твоих способностей вспыхнет почти мгновенно. И ты быстро добьешься результата.

– Какого результата? – недоумевал я.

– Это уж тебе самому виднее, – засмеялся Джулиан. – Скажи мне, есть ли у тебя сокровенное желание? Чего ты хочешь? Стать идеальным отцом для своих детей или обрести внутреннюю гармонию? Может быть, ты хочешь возрасти ду-

ховно? Или страстно желаешь отправиться на поиски приключений? Думай сам.

– А если я хочу достичь вечного блаженства?

– Чем внушительней цель, тем больше энергии для ее достижения, – ободряюще улыбнулся он. – Не разменивайся по мелочам. Ты добьешься всего, в том числе и вечного блаженства.

– Хотел бы я знать, как.

– К счастью, великие мудрецы Сиваны открыли мне многие тайны, в том числе и тайну вечного блаженства. Они хранят их в течение пяти тысяч лет. Могу рассказать тебе о них прямо сейчас… Нальешь мне еще чашечку?

– Не томи, Джулиан!

– Ну, если в двух словах, секрет заключается в том, чтобы найти свое призвание и посвятить ему целую жизнь. Возьми любого счастливого человека: он счастлив потому, что все свое время отдает любимому делу. Есть еще одна тонкость: это дело должно быть на пользу людям. Вот увидишь: как только ты начнешь отдавать все силы своему призванию, в твою жизнь войдет благополучие и достаток. Все твои желания начнут сбываться сами собой.

– Ты хочешь сказать, надо просто найти то, что нравится, и заниматься именно этим?

– Да. Но сработает это лишь в том случае, если твое занятие будет созидательным.

– Что значит созидательным?

– Я уже говорил, Джон, что призвание – не просто хобби. Дело твоей жизни должно приносить пользу другим людям. Пожалуй, я не скажу лучше, чем Виктор Франкл: «Добиться успеха – невозможно, как невозможно поймать птицу счастья. Он придет сам по себе – если ты будешь до конца предан делу, которое намного превосходит тебя самого». Самое сложное – понять, в чем состоит твое собственное призвание. Но как только ты сделаешь это, мир вокруг тебя заиграет самыми необычайными красками. Ты никогда не будешь жаловаться на усталость и болезни. Ты будешь просыпаться от желания жить и работать. Все твои мысли будут устремлены лишь к тому, чем ты занимаешься. У тебя не останется времени на житейские мелочи. Твое сознание перестанет размениваться на суетные мысли. Привычка беспокоиться о том, что от тебя не зависит, исчезнет сама собой. Ты станешь настоящим творцом, и работа твоя будет приносить радость людям. Ты обретешь внутренний покой, жизнь станет гармоничной. Твоя счастливая звезда будет вести тебя по жизни. Это бесподобное чувство, я сам наслаждаюсь им каждый раз. – Лицо Джулиана сияло.

– Звучит прекрасно, – заметил я. – Особенно мне понравилось то, что я буду просыпаться от желания жить и работать. Если быть честным до конца, чаще всего по утрам мне хочется зарыться поглубже в одеяло. Это намного лучше, чем торчать в пробках, лицезреть недовольные физиономии клиентов и их не менее недовольных оппонентов… Я

так устал от всего этого негатива.

– А знаешь, почему современные люди не могут выспаться, сколько бы они ни спали?

– Почему?

– Им просто некуда убить время. А тех, кто встает с первыми лучами солнца, объединяет одно общее обстоятельство.

– Какое же? Легкое помешательство?

– Ну и насмешил! Дело в том, что все они имеют четкую цель, и эта цель заставляет работать их внутренние резервы. Они знают, что нужно сделать в первую очередь, и делают это. Это самый легкий и в то же время самый эффективный способ существования. Такие люди отдают все силы своей души делу и призванию. Они живут здесь и сейчас, фокусируя внимание лишь на том, чем заняты в данный момент. Они не тратят энергию попусту. Если ты когда-либо встречал таких людей, то наверняка обращал внимание на то, что они всегда в прекрасном настроении и полны энергии.

– Не тратят энергию попусту? Это что-то новенькое. Готов спорить, что такое тебе в Гарварде не преподавали.

– Абсолютно верно. Этот принцип открыли мудрецы Сиваны. Они используют его на протяжении многих веков. И в наши дни это столь же актуально, как и сотни лет назад. Суета – бич современных людей. Она высасывает из них всю жизненную силу. Ты помнишь, как выглядит велосипедная шина?

– Естественно.

– Когда колеса хорошо накачаны, велосипед помчит тебя в любую точку. Но стоит шине проколоться, колесо спустит, и ты никуда не поедешь. Разум работает по тому же принципу. Когда мы беспокоимся, из нашего разума, как воздух из велосипедной шины, вытекает вся энергия. И тогда человек становится унылым и изможденным.

– Я понимаю, о чем ты говоришь. Почти каждый день я нахожусь на грани срыва. Мне нужно успеть в несколько мест одновременно и найти общий язык с множеством самых разных людей. Я могу не вылезать из рабочего кресла, и все равно под конец дня чувствую себя, словно выжатый лимон. Наверное, во всем виновато мое беспокойство. Плеснуть себе виски и свалиться на диван перед телевизором – вот и все, на что меня хватает после работы.

– Просто ты слишком суетишься. Тебе надо найти дело по душе – и жизнь войдет в нужное русло. Тебе можно будет вообще не работать.

– Предлагаешь мне уйти в отставку на пике карьеры?

– Нет, – отчеканил Джулиан. (Командные нотки в его голосе напомнили мне о тех днях, когда он правил бал в суде.) – Ты перестанешь работать – и начнешь играть.

– Но ведь в этом есть определенный риск: так сразу бросить все и пуститься на поиски мифического призвания… Пойми: я живу не один, у меня есть обязательства перед четырьмя членами моей семьи.

– А никто и не заставляет тебя завтра же распрощаться со своей адвокатской практикой. Но все же придется рискнуть. Тебе нужна встряска. Оставь свое уютное болото и иди туда, где еще ни разу не был. Беда большинства людей в том, что они слишком любят комфорт. Человек должен время от времени сниматься с насиженного места и делать шаг в неведомое. Йог Раман был первым человеком, от которого я услышал эту великую истину. Только так можно открыть в себе новые способности и реализовать весь свой потенциал.

– Потенциал чего?

– Разума, души и тела.

– А чем мне придется рискнуть?

– Тебе нужно отказаться от своей практичности. Займись, наконец, тем, о чем ты всегда мечтал. У меня есть знакомые актеры, пришедшие на подмостки из юридической конторы. Я знаю и джазменов – в прошлом бухгалтеров. Их прежняя профессия не могла дать им счастье, а в новом деле они нашли себя. Да, никто из них больше не ездит дважды в год на Кайманы. И что? Не бойся рискнуть – дивиденды превзойдут все твои ожидания.

– Теперь понимаю, о чем ты.

– Тебе нужно время, чтобы все как следует обдумать. Ищи то, что сделает твою жизнь осмысленной, а затем действуй без страха.

– Сказать откровенно, Джулиан, я думаю постоянно. Видимо, моя проблема именно в том и заключается, что я ду-

маю слишком много. Мозг работает и днем и ночью. Порой кажется, что я скоро рехнусь от этой умственной болтовни.

– Нет, нет, я имею в виду нечто другое. Великие мудрецы Сиваны ежедневно выделяли себе время для того, чтобы предаться размышлениям о пройденном пути – и о том, куда еще приведет их дорога. Они размышляли о смысле жизни, о прожитых днях и ошибках прошлого. Они думали о том, что завтра они должны стать лучше и чище, чем сегодня. Ведь достичь совершенства может только тот, кто каждый день совершенствует себя понемногу.

– Значит, и я должен каждый день предаваться размышлениям о смысле жизни?

– Да. Выдели для этого хотя бы десять минут – и ты увидишь, как изменится твоя жизнь.

– Все это хорошо и понятно, Джулиан, но у меня порой не бывает десяти минут и на то, чтобы просто перекусить.

– Говоришь, у тебя нет времени для работы над собой? Друг мой, это то же самое, как если бы ты сказал, что у тебя нет времени заправить пустой бак твоего автомобиля, потому что ты слишком торопишься ехать. Рано или поздно ты должен будешь это сделать.

– Ты прав. Но все-таки, Джулиан, – ты хотел мне показать какие-то приемы, – я не терял надежды узнать, как мудрость Сиваны можно использовать в обычной жизни.

– Есть один прием, дающий власть над сознанием – и этот прием эффективнее всех остальных. Мудрецы Сиваны очень

любят его. Они оказали мне великую честь, поделившись этим знанием. Я применял его всего лишь три недели – но и этого оказалось достаточно, чтобы я почувствовал себя намного более живым и энергичным. Это очень древний метод, ему более четырех тысяч лет. В Сиване его называют «Сердце Розы».

– Так поведай же мне о нем скорее!

– Тебе понадобится только что срезанная роза и уединенное место. Самое лучшее – выполнять практику на природе, но можно просто уединиться в тихом уголке дома. Внимательно всмотрись в сердцевину цветка. Раман сравнил нашу жизнь с розой: чтобы добраться до прекрасного цветка, тебе придется ощутить и его шипы. Главное – не терять веру в свою мечту, и тогда тебе удастся добраться до сердца розы. Ты должен рассматривать розу очень тщательно, чтобы запомнить ее цвет и форму лепестков. Вдохни ее аромат и сконцентрируй все свои мысли лишь на этом дивном создании природы. Поначалу тебя будут отвлекать посторонние мысли. Это нормально, ведь твой ум еще не натренирован. Не беспокойся об этом, главное – не ослабляй внимания. И скоро твое сознание подчинится тебе, ты обретешь власть над ним.

– Как, и это все? Что-то уж слишком просто.

– Вот в том-то и состоит изящество, – улыбнулся Джулиан. – Но ритуал должен повторяться ежедневно, иначе эффекта не будет. Самыми трудными будут первые дни, но те-

бе нужно выкраивать для ритуала хотя бы пять минут. Люди слишком поглощены ежедневной суетой. Большинство из них наверняка сказали бы, что им некогда сидеть и разглядывать цветок. И этим же людям некогда слушать детский смех или шлепать босиком по лужам.

– Откуда ты знаешь?

– Я сам был одним из них, – произнес он тихо и замолчал.

Некоторое время он сидел, уставившись на старинные часы моего дедушки (нам с Дженни подарили их на новоселье).

– Когда я думаю о тех, кто живет так же, как я когда-то, мне приходят на ум слова любимого писателя моего отца: «Ни часы, ни календарь не заменят нам чуда жизни». Так что будь настойчив, и с каждым днем уделяй все больше времени ритуалу Сердца Розы. – Голос Джулиана стал глубже. – Через пару недель ты сможешь удерживать свое сознание на розе в течение двадцати минут. Когда ты перестанешь отвлекаться на другие предметы, то поймешь, что сознание подчиняется тебе. Оно станет твоим верным слугой и исполнит любое твое желание, даже самое необычное. Ты обретешь внутренний покой. Он изгонит твое повседневное беспокойство – этот бич современных людей. Ты станешь смотреть на мир с оптимизмом. Но главное – ты поймешь, что к тебе наконец-то вернулась радость и способность ценить то, что посылает тебе жизнь. Несмотря на проблемы и перегруженность работой – выполняй ритуал «Сердце Розы». Это – твоя отдушина, твоя тихая гавань, твой остров тишины. Помни,

что сила – в молчании и неподвижности. С этого начинается путь к воссоединению с вселенским сознанием, зерно которого таится во всех живых существах.

Он говорил совершенно потрясающие вещи! Неужели столь простым способом можно вернуть в жизнь радость и гармонию?

– Прости, но мне не очень верится, что ты достиг всех этих удивительных перемен только благодаря «Сердцу Розы».

– Мое перерождение – результат совместного применения множества ритуалов и практик, каждая из которых очень эффективна. И все они так же невероятно просты, как и Сердце Розы. И так же сильны. Весь секрет в том, чтобы раскрыть возможности своего разума. И тогда твоя жизнь станет богатой и насыщенной.

Джулиан открывал мне тайны Сиваны одну за другой.

– Есть еще одна мощная практика, с помощью которой ты сможешь избавиться от беспокойства и отрицательных эмоций. В ее основе лежит Альтернативное Мышление – так называл этот принцип Раман. Закон природы таков, что человеческое сознание в единицу времени может обрабатывать лишь одну единицу информации, то есть в каждый момент мы можем «думать» лишь одну мысль. Попробуй думать одновременно о двух вещах – и ты поймешь, что это правда.

Я тут же попробовал и понял, что это действительно так.

– Каждый человек, которому известно об этом, способен

очень быстро развить свой разум, сделать его более творческим и продуктивным. Все предельно просто: как только к тебе придет мрачная мысль, подумай о чем-нибудь радостном. Представь себе, что твой мозг – проектор, а мысль – это фильм. Когда на экране твоего сознания появляется грустный фильм, скорее вынимай его из проектора и вставляй оптимистичную картинку. Кстати, вот и ответ, почему на моей шее висят четки, – благоговейно произнес Джулиан. – Едва в моем сознании промелькнет мысль о чем-то плохом, я беру в руки четки и снимаю с них одну бусину. Этот символ беспокойства я бросаю в коробочку, которая всегда путешествует со мной в моем рюкзаке. Снятые бусины напоминают мне о том, что мне еще далеко до совершенного сознания и полного контроля над мыслями.

– Отличный способ! Никогда не сталкивался с чем-либо подобным. Расскажи мне что-нибудь еще об Альтернативном Мышлении.

– Объясню на близком тебе примере. Представь, что денек выдался тяжелее некуда. Тебе не удалось убедить судью, а линия обвинения была выстроена куда лучше и логичнее, чем твоя. Клиент тобой недоволен. Ты возвращаешься домой. В самом паршивом настроении ты плюхаешься в любимое кресло… Что тебе нужно сделать в первую очередь? Признаться самому себе, что тебя захватили мрачные мысли. Осознание, что с тобой что-то не так, – первый шаг к исцелению. Второе, что ты должен сделать – заменить нега-

тивные мысли на противоположные. Ведь ты – хозяин своего разума, и коль скоро ты позволил грустным мыслям поселиться в нем, ты можешь так же легко выгнать их оттуда, думая о чем-то светлом и радостном. Как только ты сосредоточишься на радостных мыслях, сразу почувствуешь себя лучше. Может, даже улыбнешься. Затем тебе надо встряхнуть свое тело, вернуть ему жизненный тонус. Надо сесть прямо, несколько раз глубоко вдохнуть и сконцентрироваться на положительных мыслях. Пройдет совсем немного времени, как чувства твои изменятся самым чудесным образом. Если ты будешь настойчиво применять Альтернативное Мышление, то уже через неделю негативные мысли начнут обходить твой разум стороной. Они больше не будут властвовать над тобой, понимаешь?

Джулиан помолчал, а затем продолжил объяснения:

– Мысль – это живой комочек энергии. Люди не понимают, отчего их посещают те или иные мысли. А ведь человек как думает, так и живет! Мысль материальна так же, как, скажем, озеро, в котором ты любишь купаться, или дорога под ногами. Человек со слабым сознанием неспособен на смелые поступки. Напротив, мощное, хорошо тренированное сознание – это источник чудес. Воспитать такое сознание может каждый. Чтобы сделать жизнь плодотворной и насыщенной, ты должен возделывать сад своего сознания и заботиться о положительных мыслях, как о культурных растениях. Ты, как садовник, должен выдергивать из сознания

все мысли-сорняки. И тогда урожай твоего ума будет обильным.

– Вот уж никогда не думал, что мысли – живые, – изумленно протянул я. – Но, кажется, я начинаю осознавать, что именно мои мысли определяют, в каком мире я живу.

– Великие мудрецы Сиваны убеждены, что человек, чтобы стать счастливым, должен впускать в свое сознание лишь чистые мысли. Это называется саттва – чистое сознание. Они очищали свое сознание при помощи приемов, о которых я тебе поведал сегодня. Плюс к этому, они соблюдали особую диету и повторяли мантры – короткие положительные утверждения, вроде молитв. И, конечно, читали духовные книги. А если в сад их сознания все же проникала сорная мысль, они наказывали себя, отправляясь к дальнему водопаду, чтобы встать под ледяную струю и стоять, пока тело не начинало деревенеть.

– То, что ты сказал, заставляет меня усомниться в их мудрости. Стоять под ледяной водой на вершине Гималаев только для того, чтобы покарать себя за единственную мрачную мысль? Не слишком ли жестоко?

Джулиан за ответом в карман не полез (чего и следовало ожидать от закаленного в судебных баталиях адвоката).

– Прости за резкий тон, друг, но даже одна негативная мысль – слишком большая роскошь для тебя. Ты не можешь себе этого позволить.

– Вот как?

– Да. Так. Негативная мысль как зародыш – вначале она маленькая, почти незаметная, но стоит ей укорениться в твоем сознании, она начнет расти и вскоре станет самостоятельной сущностью.

На его лице заиграла улыбка.

– Наверное, я напоминаю тебе бродячего проповедника, рассказывающего о том, что он узнал во время странствий. Но мне действительно хочется поделиться секретом счастья с людьми, утратившими гармонию и вдохновение. Ведь не требуется никаких кардинальных изменений, достаточно лишь добавить в свой распорядок дня ритуал «Сердце Розы» – и жизнь станет именно такой, о которой мечтают все. Люди достойны лучшей жизни, я уверен в этом. Есть еще одна тайна – ты должен знать о ней, прежде чем я продолжу объяснение загадочной притчи о саде. Тайна эта состоит в том, что все в мире имеет свой источник в сознании. Сначала в уме появляется идея, затем она материализуется. Я же говорил, что мысли вещественны. Это волны материальной энергии, которые мы посылаем в мир – и тем самым меняем его. И если ты желаешь полностью изменить свою жизнь, начни с изменения самого себя, и главное – своих мыслей. Мудрецы Сиваны мастерски охраняют сад своего сознания. Этот же метод они используют для реализации своих желаний и идей. Им могут пользоваться все люди. Он подойдет для любого: для начинающего юриста, мечтающего о больших гонорарах, для матери, которая хочет видеть свою се-

мью здоровой и благополучной. Он поможет и коммивояжеру, задача которого – продать как можно больше товара. Этот метод мудрецы Сиваны поэтично назвали «Тайной Озера». Чтоб выполнить этот ритуал, мои наставники поднимались в четыре утра: они считали, что энергия начала дня дарует им волшебные способности. Задолго до восхода солнца они отправлялись в дорогу. Крутыми и запутанными горными тропами они спускались в долину. Там они находили затерянную в цветах и соснах узкую дорожку, которая выводила их на открытое место, где синело озеро, обрамленное тысячами миниатюрных белых лотосов. Гладь озера удивляла своей зеркальной неподвижностью. Многие века Сиванские мудрецы приходили сюда, чтобы набраться мудрости и покоя.

– И что за тайна была у этого озера?

(Мне не терпелось услышать главное.)

Джулиан поведал мне, что йоги созерцали недвижные воды и визуализировали все то, чего они желают достичь. Тот, кто мечтал выработать в себе привычку к дисциплине, представлял, что встает вместе с солнцем, соблюдает строгий распорядок и целыми днями не произносит ни слова, дабы воспитать свою волю. Тот, кому не хватало радости, смотрел в озеро и видел себя с улыбкой на устах. Тот же, кто хотел побороть свои страхи, представлял, как он будет действовать в опасной ситуации. Йог Раман тоже обращался за помощью к озеру. Он рос очень неуверенным в себе, так как был ниже всех своих ровесников. Нет, его никто не дразнил, все

обращались с ним вежливо и тактично. И все же, когда он повзрослел, детские комплексы не давали ему покоя. Чтобы избавиться от них, Раман отправился к чудесному озеру и на нем, словно на экране, увидел человека, которым он мечтал стать. Он представлял себя то ярким лидером, владеющим даром убеждения, то старым мудрецом, поражающим силой духа и железной волей. Все качества, которые он хотел воспитать в себе, отражались на глади озера. И спустя несколько месяцев Раман действительно стал тем, в кого он перевоплощался в своих мыслях. Сознание питается образами. Они формируют наше представление о себе. Как мы себя представим – так и чувствуем. Это определяет все наши решения и поступки. Если ты считаешь себя слишком неопытным, чтобы выигрывать процессы, или же, напротив, слишком умудренным жизнью, чтобы что-то менять, твоя мечта никогда не осуществится. Если ты убежден, что счастье, отменное здоровье и благополучие – удел лишь немногих избранных, то это и будет реальностью твоей жизни. Но стоит тебе создать образ удачи и спроецировать его на экран своего сознания, как жизнь твоя изменится самым чудесным образом. Даже Эйнштейн утверждал, что «воображение идет впереди знания». И ты должен ежедневно уделять несколько минут такой позитивной визуализации. Представляй себя тем человеком, которым ты хочешь стать. Кто этот человек – авторитетный судья, любящий и справедливый отец или просто уважаемый член общества – неважно.

– Но где же мне найти такое озеро, чтобы проводить Ритуал Тайны? – недоумевал я.

– Не нужно его искать. Тайна Озера – просто красивое название, которое йоги дали этой древней практике. Ты можешь выполнять его когда угодно и где угодно. Например, у себя в гостиной или даже в своем рабочем кабинете. Главное – надо запереть дверь, отключить телефоны и посидеть, закрыв глаза. Несколько раз глубоко вдохни, и через пару минут ты почувствуешь себя полностью расслабленным. Теперь можно приступать к визуализации. Создай образ того, о чем ты мечтаешь. Если хочешь быть лучшим отцом для своих детей, представляй, как ты вместе с ними смеешься и играешь, как радостно открываешь им то, о чем они еще не знают. Пусть на экране твоего сознания возникают и кризисные ситуации – ты должен представить, как легко и мудро ты уводишь детей от опасности. Думай о том, как лучше поступить, если это случится на самом деле.

Воображение – волшебная сила, которую можно использовать для чего угодно. С помощью воображения ты можешь ускорить процесс расследования запутанного дела, наладить контакты с нужными людьми или закалить свой дух. Главное – ежедневно упражняться в этой практике, и тогда ты получишь все сокровища мира (если, конечно, захочешь).

Твое сознание подобно магниту: оно притягивает все, чего ты желаешь и о чем думаешь. Если ты чего-то не получил, то лишь потому, что этого нет в твоем воображении.

Но очень важно представлять себе только позитивные вещи. Радостные картины поднимают настроение и высвобождают скрытые силы твоего сознания.

…Все, что говорил Джулиан, казалось мне какой-то заморской грамотой. Никогда прежде я не слышал о том, что сознание, как магнит, может притягивать духовные и материальные блага.

Никто до него не рассказывал мне, какой мощью обладает воображение и как оно способно преобразить жизнь. Однако я верил Джулиану. Ведь он всегда обладал безупречной логикой.

Его интуиции и профессионализму доверяли во всех судах мира. Он достиг желанной цели – а я еще был на полпути к ней. То, что его «восточная одиссея» дала ему нечто очень важное, не вызывало сомнений. Его молодость и бодрость, удивительный внутренний покой и полное перевоплощение служили неопровержимыми доказательствами того, что к его словам следует отнестись со всей серьезностью.

Я задумался. Понемногу мне открывался глубинный смысл того, о чем говорил Джулиан. Я всегда знал, что мы не используем все возможности мозга. Разве не чудо, когда мать, увидев своего малыша под автомобилем, переворачивает железную громадину, чтобы достать ребенка? А вы видели, как мастера боевых искусств Востока одним махом разбивают сложенные друг на друга кирпичи? Йоги могут останавливать сердце и не чувствовать боли. Думаю, все мои

проблемы от неуверенности в собственных силах. А ведь скрытые способности есть в каждом. Этот вечер, когда мы с бывшим миллионером-адвокатом сидели у меня в гостиной, стал для меня звонком к пробуждению и началом новой жизни.

– Есть нюанс, Джулиан, – сказал я смущенно, – мои коллеги вряд ли придут в восторг, если я займусь медитацией на работе.

– Есть одно древнее изречение, которое очень любили повторять Раман и другие сиванские мудрецы: «Не гордись тем, что ты превосходишь других талантами или богатством. Истинно велик тот, кто превзошел самого себя». Нужно играть по своим правилам – лишь в этом случае ты сможешь получить все, чего достоин. Не придавай значение мнению других – слушай, что говорит тебе твое сердце. Если оно подсказывает тебе, что ты идешь верным путем, то суждения окружающих не должны тебя останавливать. Не спорь с совестью и без страха поступай так, как считаешь нужным. Ты сам определяешь, что для тебя хорошо. И еще – умоляю тебя! – никогда не ориентируйся на общепринятое понятие о благе. Вспоминай слова йога Рамана: «Когда ты думаешь о чужих мечтах, ты обкрадываешь свои собственные».

…Часы показывали, что полночь миновала, позади был тяжелый день, но я совсем не хотел спать. Я с удивлением отметил это, и Джулиан улыбнулся:

– Просто ты на собственном опыте ощутил, что такое про-

светление. Утомление рождается в сознании, лишенном мечты. Скажи, бывает ли так, что после сытного обеда ты сидишь над следственными документами и не можешь сосредоточиться, потому что тебя неумолимо тянет в сон?

– Да, наверное… – уклончиво ответил я. – Многие зевают после обеда.

(На самом деле я каждый день боролся с собой, чтобы не впасть в дрему в середине дня.)

– Ну, а если в этот момент тебе позвонит друг и скажет, что у него есть два билета на футбол с участием твоей любимой команды? Или же спросит, какую клюшку для гольфа ты ему посоветуешь? Сонливость как рукой снимет, верно?

Джулиан, как всегда, знал, куда бить.

– В самую точку!

– А что это значит? То, что твоя сонливость возникла в твоем сознании! Ты стал пленником вредной привычки, которую твое сознание выработало как защитную реакцию от рутинной работы.

Сейчас на тебя действует магия моего рассказа, сердце твое открыто для мудрости, которую я тебе проповедую. Ты чувствуешь огромный интерес, твой разум сконцентрирован на моих словах, и это придает тебе сил. Вспомни, сколько раз за сегодняшний вечер ты вспоминал прошлое или думал о будущем? Ты все время находился «здесь и сейчас», жил настоящим. Продолжай поступать так и в дальнейшем – и никогда не будешь знать усталости. Ты будешь полон сил,

независимо от того, сколько времени на твоих часах.

Я согласился. Как, собственно, и с каждым словом Джулиана. Странно только то, что я сам об этом не догадывался. Видимо, я руководствовался не той логикой. Вспомнилось, как мой отец любил повторять: «Кто ищет, тот обязательно найдет», – и я пожалел, что его больше нет на этом свете.

Суть проповеди Джулиана в двух словах Древняя мудрость Сиваны

*Истина*

- *Мудрость*
- *Ритуал*
- *Изречение Патанджали*
- *Контроль над сознанием*
- *Очищай сад сознания от сорняков – и урожай будет обильным*
- *Как ты думаешь – так и живешь*
- *Неудачи – лишь уроки личностного роста*
- *Ритуал «Сердце Розы»*
- *Альтернативное Мышление*
- *Ритуал «Тайна Озера»*
- *Секрет счастья прост: найди свое истинное призвание и отдай ему все силы твоей души*

# Глава восьмая
# Зажги огонь духа!

*Верь в себя. Борись за счастье до последнего вздоха. Развивай свои способности: они подобны искрам, из которых однажды разгорится пламя созидания.*
***Фостер С. МакКлеллан***

– Сегодняшний вечер очень напоминает мне тот день, который я провел с Раманом на вершине Гималаев, – задумчиво произнес Джулиан. – Тот день, когда я и услышал его странную притчу.

– И чем же?

– Точно так же, как и теперь, мы начали разговаривать ранним вечером и закончили далеко за полночь. Между нами словно искры пробегали – до того мощное биополе было у Рамана. С момента нашей встречи на горной тропинке я считал его родным братом, которого у меня никогда не было. И глядя на твое лицо, озаренное светом любви и удивления, я вспоминаю тот вечер с Раманом, потому что нас с тобой тоже связывает единое энергетическое поле. Должен тебе признаться, что задолго до моего путешествия, когда ты только начинал стажироваться у меня, я воспринимал тебя как своего младшего брата. Ведь ты так напоминал меня в молодости!

– Я никогда не забуду, как мастерски ты вел дела, Джулиан, – сказал я. – У меня больше не было партнера такого высоко профессионального уровня.

Он выслушал меня равнодушно: прошлое больше не представляло для него интереса.

– Прежде чем я перейду к следующей части своего рассказа, Джон, я должен тебе кое-что сказать. Ты узнал о нескольких мощных ритуалах, способствующих внутреннему изменению. Постоянное выполнение этих ритуалов внесет в твою жизнь настоящее волшебство. Сегодня вечером я открою тебе всю мудрость Сиваны. Но мне важно убедиться, что ты полностью отдаешь себе отчет в том, что это знание не может умереть в тебе. Ты должен отдавать его людям. Ведь наш мир болен, и болен серьезно. В нем правит бал зло, и многие люди плывут по океану жизни без руля и ветрил. Они отчаянно нуждаются в маяке, который бы направил их путь к тихой гавани. Ты должен стать капитаном их корабля. Я верю в твои силы и знаю, что именно ты можешь проповедовать мудрость Сиваны всем, кто утомлен жизненной суетой.

Обдумав ответственность миссии, я дал свое согласие. Это вдохновило Джулиана, и речь его стала более пылкой.

– Практика, о которой я тебе поведаю сейчас, таит в себе особую мощь. Больше всего в ней мне нравится то, что, помогая другим, ты воспитываешь свой собственный дух. Она основана на древнем законе жизни.

– Я весь – внимание.

– Гималайские мудрецы всегда старались жить по принципу «отдавай себя людям – и ты будешь здоров и счастлив». Это единственный способ обрести внутреннее спокойствие и реализовать все свои мечты.

Я где-то читал, что люди, исследующие души других, становятся мудрецами, а те, кто исследует собственную душу, приходят к просветлению.

В своих алых шелках со скромной улыбкой на лице Джулиан был похож на молодого Будду. Мне казалось, что у него есть все, о чем мечтают люди: крепкое здоровье, умение радоваться жизни, но главное – он осознавал, в чем состоит его призвание и выполняет именно ту миссию, для которой был рожден.

И при этом у него не было никаких материальных благ.

– Но вернемся к нашему маяку. – Голос Джулиана отвлек меня от этих мыслей.

– Я полагал, ты объяснишь мне притчу о чудесном саде.

– Как раз к этому мы и подошли, – с интонацией заправского лектора продолжил он. – Я говорил тебе, что сознание похоже на чудесный сад с плодородной почвой. Но чтобы он расцветал и приносил плоды, ты должен строго следить за тем, чтобы сорняки не забивали культурные растения. Тебе нужно возвести высокую ограду вокруг сада твоего ума и не допускать туда негативные мысли. Если ты будешь возделывать этот сад, он даст тебе силы для изменения мира. А что касается маяка – так ведь именно он стоял посредине сада

в притче. Этот символ говорит о том, что в жизни любого человека должна быть цель. Только люди, озаренные светом маяка – цели, идут по жизни уверенно и свободно. Тебе нужно проанализировать всю свою жизнь и расставить приоритеты по всем направлениям. Установи для себя маяк главной цели – и тебе не будут страшны никакие бури. Жизнь – это направление. Когда меняешь направление, Джон, тогда меняется и вся жизнь в целом. А если ты не представляешь себе, куда движешься, как ты поймешь, достиг ли ты цели или уклонился от нее?

Джулиан еще раз вспомнил о том вечере, когда Раман объяснял ему принципы гармоничной жизни. «Жизнь – забавная штука, – говорил йог. – Люди мечтают меньше работать и больше получать, и полагают, что именно в этом и состоит секрет счастья. Но истинное счастье – это не наслаждение вечным комфортом. Счастье – это достижение цели. Человек должен постоянно идти вперед, иначе он никогда не будет счастлив. Только тот, кто постоянно раздувает огонь своей души, достигает счастья. Возможно, ты думаешь, что я смеюсь над тобой. Действительно, стоило ли бросать все, уезжать на край света, искать среди вершин Гималаев таинственных мудрецов только для того, чтобы услышать о том, что счастье – это достижение!»

– Выходит, мудрецы – те же трудоголики. – Я попробовал обратить его слова в шутку.

– Вовсе нет! Да, они мастерски владели многими ремесла-

ми, но были очень далеки от мирской суеты. Они вели очень размеренную и спокойную жизнь.

– Как же им это удавалось?

– Просто они ничего не делали без цели. Несмотря на то, что все их усилия были направлены на духовное развитие, любой их труд приносил удивительные плоды. Одни мудрецы целыми днями штудировали философские книги, другие были заняты поэтическим творчеством. Они писали полные мудрости поэмы, и вкладывали в это занятие весь блеск своего ума. Третьи были заняты созерцанием и проводили многие часы в позе лотоса. Каждую минуту своей жизни они проводили осмысленно. У каждого из них была личная цель и общий долг. Они не уклонялись ни от того, ни от другого. Раман посмеивался: «Для нас не существует времени. Ты спросишь: каких-таких целей можно достичь без денег? Что касается меня, то моя цель – совершенное сознание, абсолютный контроль над собой и просветление. Если я не достигну ее прежде чем глаза мои закроются навсегда, то перед смертью буду мучиться оттого, что бессмысленно прожил жизнь».

Меньше всего Джулиан ожидал услышать от сиванского монаха слова о бессмысленности жизни.

– Раман словно читал мои мысли, – продолжил он. – «Не волнуйся за меня. Мой возраст давно перевалил за сто лет, но я не собираюсь сдаваться. Я говорю только о том, что когда ты ясно видишь цель и понимаешь, чего ты хочешь от

жизни в эмоциональном, материальном и духовном плане – тебе просто некогда отвлекаться на беспокойство о завтрашнем дне. Ты знаешь, что каждый день приближает тебя к цели. На этом пути ты откроешь для себя удивительную красоту мироздания. Однако видеть цель – мало. Все твои поступки должны быть направлены на достижение этой цели. Мудрецы Сиваны называют это Дхармой. В переводе с санскрита это и означает жизненную цель». Тогда я спросил его: «Достигну ли я счастья, когда исполню свою Дхарму?» И йог ответил: «Конечно, да. Ведь исполнении Дхармы приводит человека в состояние гармонии, что само по себе дает чувство удовлетворения. Оно не покинет тебя никогда. Дхарма предполагает, что каждый человек имеет свое предназначение. Пока мы дышим, мы должны исполнять свою миссию. У любого человека есть его собственный неповторимый набор талантов, с помощью которых он сможет достичь своей цели. Самое сложное – открыть эти таланты и понять, где находится точка приложения сил».

Я перебил его:

– Это напоминает мне твои слова о том, что нужно не бояться рисковать.

– Возможно, да, а возможно, и нет.

– Как это?

– Видишь ли, порой нам действительно приходится рисковать, чтобы попробовать себя в новом деле. Многие люди кардинально меняют род занятий, когда понимают, в чем за-

ключается цель их жизни. Когда ты пытаешься найти свое «Я», тебе кажется, что ты рискуешь. Но на самом деле это совсем не рискованно, потому что осознавание цели – путь к совершенству.

– А ты знаешь свою Дхарму, Джулиан? – спросил я сдержанно, стараясь не выдать своего жгучего интереса.

– Знаю. И она очень проста. Я хочу служить людям. Ведь нельзя же стать счастливым, проводя дни в уютной постели, наслаждаясь комфортом и бездельем. Вспомни слова великого Дизраэли: «Только ясная цель приводит к успеху». Чтобы достичь счастья, ты должен размышлять о том, какая цель тебя достойна. И ежедневно прилагать усилия для того, чтобы приблизиться к этой цели. Никогда не разменивайся на второстепенное – и не потеряешь главного. Вот в чем смысл маяка, возвышающегося над садом. Вспоминай эту притчу и ищи цель, которая будет освещать твой жизненный путь.

Так мы просидели еще несколько часов, и за это время Джулиан поведал мне, что все люди, исполняющие свою Дхарму, занимаются саморазвитием. Они получают те знания, которые нужны им для реализации своей миссии. Одни становятся врачами, другие актерами или художниками. Кто-то чувствует в себе талант преподавателя, а кто-то занимается наукой или бизнесом. Важно только сосредоточить усилия на единой цели и обладать сильным чутьем, чтобы правильно определить свою миссию.

– Значит, главное – правильно выбрать цель?

– И это – только начало пути. Когда ты определишь свою цель и решишь, какие задачи тебе нужно выполнить в первую очередь, ты разбудишь в себе спящие творческие силы, и эти силы сами поведут тебя по выбранному пути. Ты можешь мне не верить, но все сиванские мудрецы, в том числе и Раман, очень ответственно относились к своим целям.

– Монахи, живущие в раю на вершине Гималаев, только тем и занимаются, что определяют свои цели? Как же мне это нравится!

– Дерево узнают по плодам, Джон. Знаешь, порой я смотрю в зеркало и вижу там совсем другого человека. Когда-то я вел пустую и бессмысленную жизнь, теперь же она полна приключений, загадок и радости. Я словно переживаю вторую молодость, и мне грех жаловаться на здоровье. Я абсолютно счастлив. Знание, в котором я сейчас наставляю тебя, обладает огромной мощью. Ты должен открыться этой силе.

– Я полностью открыт, Джулиан. Твоя речь логична и убедительна, хотя есть методы, которые меня немного смущают. Однако я дал тебе слово, что буду применять их, и это слово я сдержу. Я чувствую, что во всех этих ритуалах таится магическая сила.

– Может, я и вижу дальше, чем большинство людей, но лишь благодаря своим мудрым наставникам, – скромно отвечал Джулиан. – Кстати, вспомнился один пример. Мой учитель Раман был превосходным лучником. Чтобы я лучше усвоил ту истину, что ни одно достижение невозможно без

ясной цели, он преподнес мне наглядный урок. На поляне, где мы любили сидеть, рос огромный вековой дуб, украшенный венком из роз. Раман достал из венка одну розу и укрепил ее на стволе. Он развязал свою походную сумку и извлек оттуда три удивительных предмета. Это был сандаловый лук, стрела и кусок ткани, белоснежный, как те платки, что когда-то торчали из карманов моих дорогих пиджаков и придавали мне солидности в глазах судей и присяжных, – тут Джулиан слегка покраснел.

Раман подал Джулиану ткань и велел завязать ему глаза.

– На каком расстоянии от розы я нахожусь? – спросил он своего воспитанника.

– Примерно тридцать метров.

– Ты когда-нибудь присутствовал на моей ежедневной тренировке? – с улыбкой спросил йог, заранее зная ответ.

– Однажды ты попал в «яблочко» почти с сотни метров. А уж с тридцати вообще никогда не промахивался.

Он до предела натянул тетиву и выпустил стрелу в направлении дуба. Стрела ударила в ствол на приличном расстоянии от розы.

– Куда подевалось твое мастерство, Раман? Я ожидал увидеть нечто более впечатляющее.

– Видишь ли, я привел тебя в этот тихий уголок не для этого. Этот неудачный выстрел наглядно показывает тебе, как важно видеть цель и осознавать, в каком направлении ты движешься. Это и есть главный принцип просветленной

жизни. Человек никогда не достигнет цели, если не видит ее. Люди все время витают в облаках, мечтая о каком-то абстрактном счастье, абстрактном здоровье, абстрактных желаниях. Но мало кто может посвятить десять минут в месяц, чтобы набросать на листе бумаги хотя бы приблизительные цели и чуть-чуть поразмышлять о том, зачем они вообще живут на этом свете. Задуматься над своей Дхармой. Поставь перед собой четкую цель – и жизнь твоя мгновенно наполнится смыслом. Ты увидишь, как богат и прекрасен мир, как много в нем чудес. Уже предки великих мудрецов знали: прежде чем желание исполнится, человек должен точно знать, чего он желает, будь то духовное совершенствование, здоровье или финансовое благополучие. Без этого условия желание никогда не воплотится в жизнь. В мире, к которому ты привык, люди стремятся прежде всего к материальному богатству. Замечательно, если эта цель для тебя действительно важна. Но кроме материальной сферы есть еще и духовная – и в ней тоже должны быть четкие цели. Иначе ты не сможешь совершенствоваться. Возможно, тебя удивит тот факт, что мой внутренний покой, которым ты восхищаешься, тоже результат четко поставленной цели. Я ежедневно ставлю перед собой цель обрести спокойствие, энергию и любовь, которую я смогу дарить людям. Так что постановка целей не является уделом одних лишь высокооплачиваемых адвокатов. Каждый человек, стремящийся к совершенству как в духовном, так и в материальном плане, должен

иметь при себе лист бумаги, на котором будут записаны его жизненные цели. Если он это сделает, сама Вселенная начнет воплощать их в жизнь.

Я был восхищен его словами и сразу вспомнил свои детские годы. Тренер нашей школьной команды по футболу никогда не выпускал нас на поле без четкого плана игры. Он всегда говорил: «Вы должны видеть конечный результат», настраивая нас на победу. Сейчас мне было странно, отчего я не применил этот опыт к своей собственной жизни. Я чувствовал неоспоримую правоту Джулиана и его наставника Рамана.

– Не слишком ли это просто – написать на листке бумаги свои жизненные цели? – спросил я Джулиана. – Разве с помощью этого можно изменить жизнь?

Глаза Джулиана заблестели.

– Я рад, что разбудил в тебе интерес к жизни. Да будет тебе известно, Джон, что именно этот интерес – первый шаг к успеху. Помнишь, я говорил тебе, что в голове человека за день может промелькнуть до шестидесяти тысяч мыслей? Когда ты записываешь свои жизненные цели на бумаге, ты словно ставишь на них красную метку, и твое подсознание понимает, что именно эти мысли – наиболее важные по сравнению с остальными 59 999. Если уподобить твое подсознание космическому кораблю, то получится, что так ты задаешь ему верный курс, и он летит прямо к цели. Это один из основных законов природы.

– Некоторые из моих коллег всегда ставят перед собой определенную цель. И их гонорары действительно впечатляют. Однако я бы не назвал их счастливыми людьми, – заметил я.

– Возможно, все дело в том, что они ставят перед собой неправильные цели. Понимаешь, Джон, мир всегда дает нам то, что мы от него требуем. Нет такого человека, который бы не хотел иметь крепкое здоровье, быть бодрым и наслаждаться жизнью. Но спроси большинство людей, чего они хотят, – и никто не даст тебе внятного ответа. Когда ты определяешь цели и пытаешься понять, в чем состоит твоя Дхарма, – лишь тогда твоя жизнь начинает действительно меняться.

Джулиан взглянул на меня, и в его глазах я увидел свет истины.

– Знаешь ли ты людей, чье имя звучит необычно? – продолжал он. – Ты никогда не замечал, что именно такие имена чаще всего встречаются в средствах массовой информации, и между собой люди любят посудачить об их успехах. Или же, скажем, тебе мимоходом рассказали о новом способе удить рыбу, а затем вдруг все вокруг начинают говорить о невероятном улове, который приносит именно этот способ? Все это – примеры закона, который Раман и сиванские мудрецы называют «Джорики», что в переводе означает «сосредоточение». Если ты всеми фибрами души сосредоточишься на саморазвитии, то ты узнаешь, в чем заключается твое призвание. Сейчас ты преуспевающий адвокат, но, возмож-

но, ты был бы замечательным педагогом. Ты умеешь учить и обладаешь достаточным терпением. А может быть, в тебе скрывается талант архитектора или художника? Ищи свое призвание и приложи все усилия для того, чтобы его реализовать.

– Думаю, для меня было бы огромным разочарованием прожить жизнь, так и не узнав, в чем мой истинный талант, который я мог бы развить и с его помощью хоть немного помогать людям.

– Совершенно верно. Поэтому прямо сейчас дай себе обещание все время помнить о своей жизненной цели. Ты стоишь на перепутье тысячи дорог. Время дорого: ты должен как можно быстрее выбрать свою. В этом тебе поможет твой разум – великолепный и безотказный фильтр. Если ты используешь его по назначению, он отфильтрует все лишнее и впустит в сознание лишь то, что тебе нужно именно в эту минуту. Пока мы здесь беседуем, вокруг происходит миллион событий. Но какое нам до них дело? По бульвару гуляют влюбленные, за стеклом в аквариуме позади тебя плавает золотая рыбка, кондиционер охлаждает воздух, а если хорошенько прислушаешься, то услышишь, как стучит сердце. Если я сосредоточусь на биении сердца, я уловлю его ритм. Так и с жизненными целями: стоит тебе сконцентрироваться на них, как фильтр твоего сознания начнет отсекать лишнюю информацию и сфокусируется на том, что тебе потребуется для достижения цели.

– Я думаю, мне давно пора определиться с целями, – заметил я. – Однако мне грех жаловаться на жизнь. Просто иногда я чувствую, что все то, что я имею, не приносит мне должного удовольствия. Умри я сегодня – в мире ничего не изменится. Это нагоняет на меня тоску и уныние. Знаешь, а какой-никакой талант у меня все же имеется. В юности я увлекался рисованием и достиг в этом определенных успехов. Но я понимал, что профессия адвоката меня прокормит всегда – в отличие от искусства.

– Верно, ты часто жалел о том, что не посвятил себя живописи?

– Честно? Я об этом даже не вспоминал. Хотя… когда я рисовал, то был по-настоящему счастлив.

– Ты чувствовал огонь вдохновения?

– О, да! Стоило мне взять в руки кисть, как весь мир переставал существовать для меня. Время останавливалось. Я был полностью поглощен картиной и чувствовал себя свободным как птица. Я словно попадал в другой мир, где царит иное время.

– Значит, ты уже знаком с силой Джорики – когда ты полностью сосредоточен на том, что тебя вдохновляет. Как сказал Гете, «мы становимся частью того, что любим по-настоящему». Подумай, не в том ли и заключается твоя Дхарма, чтобы поразить мир своим талантом художника? Я считаю, ты обязательно должен ежедневно заниматься рисованием.

– А можно ли перевести этот закон в более материальную

плоскость? – смущенно улыбнулся я.

– Например?

– Например, я бы хотел (хотя это, разумеется, не главная цель моей жизни) немного уменьшить объем своей талии. Что я должен сделать?

– Это нормальное желание. Видишь ли, любое искусство требует тренировки, в том числе и искусство постановки целей. Начинай тренироваться на малых задачах.

– Как говорится, путь в тысячу миль начинается с первого шага?

– Именно так. Решая небольшие конкретные задачи, ты подготовишься к достижению великих целей. А что касается твоего вопроса, то любой мудрец помимо определения основных жизненных целей определяет и те цели, которые нужно решать ежедневно.

Джулиан принялся объяснять мне, что у сиванских мудрецов существует метод, состоящий из четырех шагов. Эта простая практика помогает быстро и эффективно достигать своих целей.

Первый шаг заключается в том, чтобы нарисовать в своем воображении конечную цель. Тот, кто хочет похудеть, должен каждое утро представлять себя стройным, сильным, энергичным человеком. Чем ярче и выпуклей будет этот образ, тем быстрее исполнится желание. Ведь наше сознание – это настоящая пещера Али-Бабы, и когда мы рисуем в воображении цель, то открываем вход в эту сокровищницу. Вто-

рым шагом должно быть побуждение.

Люди часто принимают решения, но крайне редко претворяют их в жизнь. Старые привычки не отпускают. Человек должен побуждать себя. Побуждение приводит к тому, что у человека появляется вдохновение. В критической ситуации каждый из нас способен на поразительные вещи, потому что сама обстановка побуждает нас совершать невероятные поступки.

– Побуждать себя – это как? – Я сразу стал прикидывать, как можно использовать этот шаг для решения ежедневных проблем, таких как нежелание покидать постель по утрам или вопросы воспитания детей.

– Тут можно прибегнуть к некоторым уловкам. Например, прилюдно пообещать сделать это. Начни говорить всем, что ты занялся собственной фигурой или собираешься написать книгу, или что-то еще. Едва ты дашь обещание миру, у тебя появится побуждение – и оно заставит тебя шевелиться. Ты же не хочешь прослыть человеком, слову которого нельзя доверять? Но мои наставники из Сиваны действовали куда решительнее. Например, они давали клятву, что если не достигнут цели – а этой целью могло быть что угодно, например, недельный пост или пробуждение в четыре утра для медитации – то будут стоять под ледяным водопадом, пока их конечности не потеряют чувствительность. Это, конечно, довольно жесткая мера, но она помогает выработать сильнейшее побуждение.

– Довольно жесткая? Джулиан, да это просто какое-то зверство! Ну и привычки у сиванских мудрецов!

– Зато действует безотказно. Понимаешь ли, сознание работает очень просто: если ты приучишь его к тому, что поступать в соответствии с твоими целями доставляет удовольствие, а дурные поступки наказываются, ты очень быстро избавишься от всех вредных привычек.

– Но ты рассказал мне только о двух первых шагах, – я горел нетерпением. – А всего их пять.

– Давай повторим, Джон. Первый шаг – это нарисовать в воображении цель. Второй шаг – создать побуждение. Третий шаг очень прост. Для каждой цели нужно правильно рассчитать время, необходимое для ее достижения. Понимаешь, каждая цель должна иметь свой «срок годности». Например, ты готовишься к судебному заседанию и в первую очередь уделяешь внимание тем делам, которые будут слушаться завтра. Дела же, слушания которых еще не назначены, ты оставляешь в стороне. И еще. Запомни раз и навсегда, Джулиан: то, что не написано на бумаге, целью не является. Купи себе самый обычный блокнот. Хочешь – дай ему громкое имя, например, «Книга достижения целей». Запиши там все свои цели, желания и мечты – и ты узнаешь о себе самом много интересного.

– Думаешь, я плохо себя знаю?

– Большинство людей вообще не знакомы со своим внутренним миром. Они не представляют, в чем их сила, а в чем

– слабость. Наши мечты и помыслы – это отражение души. Китайцы в своей философии используют образ трех зеркал, в которых отражается душа человека. В первом зеркале человек отражается таким, каким видит сам себя, во втором – каким видят его окружающие, но истинно лишь отражение в третьем зеркале. Ты должен увидеть это третье отражение, Джон. В твоей «Книге достижения целей» должны быть отдельные страницы для желаний, связанных со здоровьем, материальным благополучием, отношениями между тобой и людьми. Самое главное, не забудь выделить страницы для саморазвития.

– Ничего себе! Саморазвитие тоже требует письменного планирования! – воскликнул я. – Я никогда не думал, что в этом вопросе так важно делопроизводство.

– Очень важно. А знаешь, как сделать свою «Книгу достижения целей» более эффективной? Можно вклеивать туда изображения того, чего ты хочешь достичь. Например, фотографии стройных людей – марафонца или известного спортсмена, или же тех личностей, которые обладают качествами, о которых ты мечтаешь. Ты хочешь стать любящим отцом? А кто в жизни для тебя является примером идеального отца? Возможно, твой собственный папа? Помести его фото на одну из страниц, посвященных взаимоотношениям. Ну, а если ты мечтаешь о домике у моря или о крутой спортивной машине, вклей в свою «Книгу целей» изображения этих вожделенных вещей. Главное – не забывать заглядывать

в эту книгу каждый день. Хотя бы мельком. Обещаю тебе: ты будешь очень удивлен результатами.

– Интересно… А ведь этот метод, должно быть, очень древний, Джулиан? Но я уверен, что и сегодня он может быть полезен очень многим моим знакомым. Например, моя жена с удовольствием завела бы себе «Книгу достижения целей». Я даже знаю, чем она ее заполнит: фотографиями, где я еще строен и подтянут.

– Не такой уж ты и толстяк.

– А Дженни постоянно зовет меня «Мистер Булочкин», – засмеялся я, и нас обоих накрыл приступ взрывного смеха.

– Если есть силы смеяться над собой, значит, еще не все потеряно, – сказал я, успокоившись.

– Что правда, то правда, дружище. В моей прежней жизни я дошел до того, что вообще разучился смеяться. Я воспринимал все очень серьезно. Сейчас я напоминаю себе игривого малыша и наслаждаюсь жизнью во всех ее проявлениях, пусть даже самых мелких. Однако мы отвлеклись, а мне еще надо рассказать тебе очень многое. Итак, о пяти шагах. Ты нарисовал в воображении яркую картинку своей цели, побуждение придало тебе сил, определил сроки для выполнения задач и все это записал на бумаге. Теперь настало время совершить четвертый шаг. Он важен настолько, что Раман дал ему особое имя. Этот шаг называется «Тайна двадцати одного дня». Сиванские мудрецы утверждают, что для выработки новой привычки требуется ровно двадцать один день.

– Почему именно двадцать один?

– Раман говорил, что от дурной привычки избавиться нельзя, как бы мы ни старались.

– Не понимаю. Ты весь вечер убеждал меня в том, что жизнь можно изменить, но разве это возможно, если все мои дурные привычки останутся со мной?

– От них нельзя избавиться. Но их можно заменить на другие.

– Логично.

– Но чтобы новый способ действия стал привычкой, нужно вкладывать в нее энергию, и тогда старая привычка уйдет сама, подобно человеку, который пришел в гости не ко времени. Этот процесс занимает ровно три недели – именно такое время нужно мозгу, чтобы установить новые связи между нейронами.

– Например, я начну выполнять ритуал «Сердце Розы», чтобы изжить привычку к суетливости и обрести внутренний покой. Должен ли я выполнять этот ритуал в одно и то же время суток?

– Ты задаешь хорошие вопросы. Запомни, Джон, ты ничего не должен. Никогда. Я рассказываю тебе все это потому, что всем сердцем желаю видеть тебя более счастливым и гармоничным. Все практики сиванских мудрецов оттачивались на протяжении столетий. Я бы очень хотел, чтобы ты попробовал все практики, разработанные в Сиване, но это принесет плоды лишь в том случае, если ты согласишься на

это по доброй воле. Понимаешь, когда мы делаем что-то из чувства долга, мы поступаем неправильно. Единственно верная мотивация – твое желание и уверенность в правильности выбранной цели.

– Мне нравится твоя логика, Джулиан. Но тебе не следует беспокоиться о том, что ты слишком настойчив. Я испытываю огромную жажду знаний и впитываю их, как губка. Да и вообще, единственное, что мне можно навязать, это сладкие булочки. Тут меня и уговаривать не надо, – хохотнул я.

В глазах Джулиана заиграли лукавые искорки.

– Ну и отлично. А теперь я отвечу на твой вопрос. Будет очень полезно выполнять ритуал «Сердце Розы» каждый день в одно и то же время, и желательно – в одном и том же месте. Постоянство таит в себе огромную мощь. Великие спортсмены перед олимпийскими играми едят одни и те же продукты или завязывают шнурки одним и тем же способом. Приверженцы какой-либо религии соблюдают одни и те же обряды и носят особые одеяния. Они знают о силе повторений. Даже у бизнесменов есть свои ритуалы: например, они гуляют только по одной стороне улицы или же повторяют одни и те же фразы перед важными переговорами. Если какое-то действие становится неотъемлемой частью твоей повседневной жизни, оно превращается в привычку. Просыпаясь утром, мы автоматически встаем, идем в ванную, умываемся, чистим зубы. Так что повторяй ритуал двадцать один день подряд, в одно и то же время, в одном и том же месте – и

это станет частью твоего распорядка дня. Любое действие – ритуал, медитацию, раннее пробуждение или чтение вдохновляющих книг – можно превратить в привычку, подобную привычке чистить зубы.

– Это и есть последний шаг к достижению цели?

– Да, и он применим к любой ситуации.

– Хорошо, учитель, но чаша моего сознания все еще пуста, – торжественно вымолвил я.

– Постарайся научиться получать удовольствие от самого процесса. Йоги Сиваны глубоко убеждены, что день, проведенный без наслаждения жизнью – это мертвый день.

– Не очень тебя понимаю, Джулиан.

– Просто не забывай о простых радостях, сопровождающих тебя на пути к цели. Учись замечать красоту во всем сущем. Каждый новый день должен стать для тебя великим даром. Сохраняй воодушевление, радость и интерес. И будь внимателен к людям – ты должен им бескорыстно служить. Обо всем остальном не волнуйся – Вселенная снабдит тебя всем необходимым. Это самый мудрый закон природы.

– А как же прошлые ошибки?

– Не сожалей о них. Помни, что мироздание изначально гармонично. Все, что случилось в прошлом, имело свой смысл. Так же, как и все, что свершится в будущем. Помнишь мои слова о том, что в жизни нет ошибок, но есть уроки? Так что не придавай значения мелочам. Просто живи и радуйся.

– Ты, должно быть, очень устал, Джулиан.

– Вовсе нет. Я полон энергии и готов продолжать свое повествование.

– Твой дар убеждения не знает равных. Ты сделал бы неплохую карьеру в рекламном бизнесе, – пошутил я.

– Не понимаю, о чем ты, – вежливо произнес он.

– Да ни о чем… такой вот у меня странный юмор.

– Тогда давай вернемся к притче о саде сознания.

– Слушаю тебя.

– Прежде всего, ты должен знать одно особое слово, которое мудрецы Сиваны почитали больше всего.

– И какое же это слово?

– Очень простое. Но именно это слово отличает речь сиванского мудреца от речи любого другого человека. Это слово – горение. Ты должен помнить о нем, когда идешь по пути достижения целей. Горение сердца – мощнейшая энергия, которая подпитывает твои мечты. Современные люди больше не горят любовью, не горят желаниями. Они утратили горение. Они делают что-либо не потому, что страстно желают этого, а потому, что должны. Это – прямой путь к провалу. Когда я говорю о горении души, я не имею в виду пылкую влюбленность, хотя и она может сделать человека счастливым. Я говорю о том горении, которое поддерживает в человеке огонь жизни. Ты же хочешь просыпаться по утрам и ощущать себя полным сил и желаний? Тогда зажги в себе огонь любви ко всему, что делаешь. Тогда к тебе придут и

материальные блага, и духовные дары.

– Да разве это так легко?

– Очень легко. Прямо с этой минуты начни контролировать свою жизнь. Ты – хозяин своей судьбы. Это – твоя игра, и ты устанавливаешь правила. Ищи свое призвание – и оно будет поддерживать в тебе горение жизни. И помни: прошлое и будущее – не существуют. Есть только ты. Здесь и сейчас.

– Благодарю тебя, Джулиан. Для меня это крайне важно. До сегодняшнего вечера я никак не мог понять, чего же именно мне не хватает в жизни. Я жил без цели и без смысла. Но с этого вечера все изменится – я тебе обещаю.

– Не стоит благодарностей, дружище. Я просто выполняю свою миссию.

Суть проповеди Джулиана в двух словах Огонь Духа

*Неуклонно двигаться к цели.*

• *Смысл жизни – это жизнь со смыслом.*

• *Найди смысл жизни – и исполнишь свою Дхарму.*

• *Ставь перед собой четкие цели и побуждай себя достигать их.*

• *Пять шагов к достижению цели.*

• *Не пренебрегай простыми радостями жизни. Ищи красоту во всем сущем. Каждый новый день воспринимай как великий дар. Поддерживай в себе горение души. Внимательно относись к людям и бескорыстно служи им. Вселенная*

*позаботится обо всем, что тебе требуется на этом пути.*

# Глава девятая
# Древнее искусство самосовершенствования

*Разумен тот, кто воспитывает сам себя.*
***Конфуций***

– Скоро рассвет, – заметил Джулиан, наливая себе свежего чая. – Сказанного достаточно или ты хочешь услышать что-нибудь еще?

Я не мог позволить ему уйти просто так – ведь он обладал настоящей сокровищницей мудрости. Не скрою, сначала я воспринимал его рассказ как некую сказку. Но чем больше я его слушал, тем больше понимал, что в его словах содержится истина. Я безоговорочно поверил ему. Нет, его рассказ вовсе не был бахвальством или выдумкой. Джулиан пережил все то, о чем говорил. Безусловно, его история была правдивой.

– Хочу еще, Джулиан. Времени до рассвета много. Дети в гостях у бабушки с дедушкой, а Дженни поднимется только утром.

Он обрадовался моему искреннему интересу к притче, которую поведал ему Раман.

– Ты уже знаешь, что сад из притчи символизирует твое сознание. Если ты будешь возделывать его, как возделыва-

ют сад, оно вознаградит тебя богатым урожаем. Маяк – символизирует цель и напоминает о том, как важно следовать своему призванию. Но, если ты помнишь, в притче из маяка выходит великан – борец сумо.

– Прямо как в фильме о Годзилле, – пошутил я.

– В детстве я эти фильмы просто обожал! – в тон мне отвечал Джулиан.

– И я тоже… но прости, я перебил тебя.

– Итак, что же это за символ? – Голос Джулиана мгновенно стал серьезным. – Тысячи лет тому назад восточные мудрецы открыли философию кайдзен. В переводе с японского это означает постоянное саморазвитие. Самосовершенствование, которое не прекращается до самой смерти. Этим и отличается просветленный человек от обычного.

– А как философия кайдзен помогала мудрецам в жизни? – спросил я.

– Я говорил тебе, Джон, что внешнее благополучие – результат огромной внутренней работы. К чему бы ты ни стремился в жизни: к здоровью ли, успеху в работе или установлению новых контактов, сначала ты должен заняться собственной душой. Практика кайдзен – кратчайший путь к этому.

– Джулиан, поверь, что твои слова о душе и самосовершенствовании для меня не просто очередной эзотерический бред, – извиняющимся тоном произнес я. – Но все же не забывай о том, что я всего лишь средней руки адвокат, как и

все люди моего круга, я живу в загородном доме, а в моем гараже – автомобиль и газонокосилка. До этого момента я понимал все, что ты говорил. Твой рассказ был полон здравого смысла (хотя, между нами, здравый смысл – это не совсем то, что подразумевают многие люди в современном обществе). Но сейчас я перестал понимать тебя. Что это за философия кайдзен и как я должен совершенствовать свой внутренний мир?

Джулиан не замедлил с ответом.

– Люди считают неполноценными всех, кто образован хуже, чем они. Но все дело в том, что тот, кто знает о своем невежестве и жаждет знаний, быстрее достигает просветления, чем все прочие. Мне нравится, что ты осознаешь то, что у тебя недостает знаний, и не боишься в этом признаваться. Это значит, что душа твоя открыта к переменам, а перемены – главная движущая сила в истории. Обычные люди страшатся перемен, мудрые же приветствуют их. Если ты говоришь о том, что чаша твоя пуста, значит, ты на правильном пути. Ты самосовершенствуешься. Не бойся задавать глупые вопросы – даже самому себе. Вопросы – наиболее быстрый способ постичь истину.

– Благодарю, Джулиан, – я почтительно склонил голову. – И все же я не понимаю, что такое кайдзен.

– Постоянное совершенствование внутреннего мира – это величайший дар, который ты можешь сделать сам себе. Возможно, тебя пугает то, что на работу над собой требуется

время. Ты думаешь, что если потратишь на это пару часов в день, то не успеешь сделать какие-то важные дела и карьера твоя пострадает. Не допускай подобные мысли в свое сознание. Не совершай эту ошибку многих недалеких людей. Помни, что если ты выкроишь время для того, чтобы развить в себе все качества, о которых ты мечтаешь, такие, как воля, оптимизм, самодисциплина – то у тебя хватит времени на все твои дела. Не теряй веры в себя, и тогда удача никогда от тебя не отвернется. Найди время для ежедневной работы со своим сознанием, заботься о физическом здоровье и дисциплинируй душу. Вот тогда к тебе придут и материальное благополучие, и здоровье, и мощная духовная энергия. Помни, что сказал Эпиктет много веков назад: «Без власти над собой невозможно обрести свободу».

– Значит, философию кайдзен можно практиковать в обычной жизни? – уточнил я.

– Еще как! – воскликнул Джулиан. – Сам посуди, Джон: как человек может управлять гигантской корпорацией, если прежде не достигнет самодисциплины? Как можно воспитывать детей, быть главой семьи, если ты не воспитал сам себя? Понимаешь?

Я кивнул, соглашаясь с ним. Впервые в жизни я серьезно задумался о саморазвитии. Иногда, проезжая в метро, я видел людей, читающих книги с названием вроде «Сила Сознания» или «Познай самого себя». Признаться честно, я посмеивался над ними. Я считал, что, должно быть, у этих лю-

дей полно комплексов – и они ищут способ избавиться от них. Теперь же я думаю, что люди, находящие время для того, чтобы самосовершенствоваться, – настоящие герои. Ведь только усовершенствовав самого себя, можно понять, как улучшить жизнь окружающих. Я стал размышлять над теми аспектами своей жизни, которые нуждались в улучшении. Мне крайне важно восстановить здоровье и обрести тонус: ведь порой мне просто не хватает сил на то, чтобы выполнить все запланированные на день дела. Я знаю, что мой невыносимый характер и привычка перебивать других, не дослушав, плохо влияет на мои отношения с членами семьи. А если бы я перестал беспокоиться о будущем, то наверняка обрел бы спокойствие и гармонию. Я понимал, что если займусь воспитанием самого себя, то все сферы моей жизни изменятся к лучшему. Я перестану спешить, забуду о суете и утомлении, буду больше общаться с близкими. Мысль о том, что у меня появятся силы и время для занятий с детьми, воодушевила меня. Однако в словах Джулиана было еще что-то, кроме важности ежедневных занятий, здорового питания и размеренного образа жизни. Все это замечательно, но в Гималаях он постиг тайны, наполненные глубоким смыслом. Он утверждает, что укрепление воли и осознанная жизнь делают человека счастливым. Смелость может воспитать каждый, и это в конце концов приносит большую выгоду.

– Что такое смелость и как она связана с духовным ро-

стом? – спросил я.

– Смелость – это то, что помогает тебе устанавливать свои собственные правила и границы. Ты смело совершаешь поступки, так как уверен в правильности своих решений. Смелость дает тебе силы для новой попытки, когда все остальные отказались от борьбы. То, насколько ты бесстрашен, показывает, насколько ты следуешь своему призванию. Лишь смелость поможет тебе прожить жизнь, полную чудес. Те, кто занят постоянным самосовершенствованием, – самые смелые люди на земле.

– Что ж, теперь мне понятно, почему нужно все время работать над собой. Но с чего мне начать?

И Джулиан снова вернул меня в ту звездную ночь, когда он сидел с Раманом на вершине горы.

– Так же, как и ты, я тоже не сразу разобрался с философией кайдзен, – откровенно признался он. – Ведь я был состоявшимся юристом, отличником Гарвардской школы – а это кое-чего стоит! Я считал, что все эти брошюрки по саморазвитию, которые пытались мне всучить бомжеватого вида типы, только отнимают время. Но это было моей большой ошибкой. Я жил в рамках представлений, которые ограничивали меня. Я слушал Рамана и думал о том, как много страданий причинил мне мой прежний образ жизни, и я всей душой стремился обрести новую жизнь благодаря философии кайдзен. Ведь она учит непрерывному совершенствованию души, духа и тела. Благодаря ей мое духовное богатство бу-

дет непрерывно расти.

– Знаешь, в последнее время я только и слышу о «духе, душе и теле». Стоит мне включить телевизор, как я попадаю на проповедника, вещающего об этих вещах, – перебил его я. – И честного говоря, меня не вдохновляют все эти проповеди. Я просто не верю тем, кто об этом говорит.

– Пойми, что нельзя взрастить дух, не совершенствуя тело, – мягко ответил Джулиан. – Если ты будешь здоров и крепок физически, но при этом душа твоя будет мелкой и пустой, то все время будешь метаться от одного к другому и нигде не найдешь удовлетворения. Если же ты отдашь все силы тому, чтобы раскрыть в себе потенциал всех трех составляющих твоей сущности, ты воистину достигнешь просветления и обретешь вечное блаженство.

– Все это очень волнует меня, друг мой, – искренне сказал я.

– Относительно же того, с чего начать – давай прямо сейчас займемся конкретными практиками. Обопрись руками об пол, словно хочешь отжаться, – скомандовал он.

(«Прямо как в армии, – подумал я, – а Джулиан – как старший сержант».) Однако мне было любопытно, что будет дальше, и я сделал так, как он велел.

– Теперь отожмись столько раз, сколько сможешь. Не останавливайся до тех пор, пока не выбьешься из сил.

Пыхтя и краснея, я отжимался с большим трудом. Самая большая физическая нагрузка, которую знало мое стокило-

граммовое тело, – поход с детьми в ближайший Макдоналдс или же субботний гольф с партнерами. Я отжался пятнадцать раз и впал в полуобморочное состояние. Ночь была жаркой, и я пропотел до нитки. Но я был настроен не ударить лицом в грязь и продолжал отжиматься, пока моя решимость не иссякла вместе с физическими силами. Отжавшись двадцать три раза, я упал на пол.

– Это все. Больше не могу, – прохрипел я.

– Уверен, что не можешь?

– Абсолютно. Мне нужна передышка. Если это урок, то урок того, как в кратчайшие сроки довести себя до инфаркта.

– У тебя хватит сил еще на десять отжиманий. Так что продолжай. – Тон Джулиана не допускал возражений.

– Ты шутишь??.

Но мне пришлось подчиниться. Один, два… пять… восемь… Десять! Я свалился на пол почти бездыханным.

– Я изнемогал так же, как и ты, в ту великую ночь с Раманом, когда услышал от него странную притчу, – спокойно произнес Джулиан. – И он сказал мне, что лучший учитель – это боль.

– Да чему же можно научиться, так издеваясь над собой? – задыхаясь, выговорил я.

– Раман и другие великие мудрецы Сиваны считали, что человек больше всего растет тогда, когда выходит из привычных границ и попадает в пространство Неведомого.

– Допустим. Но причем тут «упал-отжался»?

– Когда ты отжался двадцать три раза, то сказал, что на большее у тебя не хватит сил, – бесстрастно констатировал он. – Но я заставил тебя сделать еще десять отжиманий – и ты сделал их. Преодолев себя, ты открыл скрытый источник сил. Раман научил меня одной великой истине: «Все ограничения собственной жизни создаешь ты сам». Ты должен покинуть зону комфорта и шагнуть в Неведомое – вот тогда-то твои способности и таланты получат мощный стимул к развитию. Это первая ступень к овладению собственным сознанием. Постоянно преодолевая собственные ограничения, как ты только что сделал, ты высвобождаешь энергию, скрытую в теле и сознании.

«Удивительно, – подумал я. – И ведь совсем недавно я читал о том, что человек использует только сотую часть своего потенциала». Мысль, что, используя весь свой потенциал, мы могли бы вершить великие дела, не выходила у меня из головы.

Джулиан словно читал мои мысли.

– В этом и состоит философия кайдзен, – ласково улыбаясь, объяснял он. – Каждый день возвращайся к ней, постоянно совершенствуй возможности твоего тела и сознания. Закаляй свой дух. Без страха делай то, что прежде ты боялся сделать. Поднимись до рассвета, чтобы увидеть восход. Гуляй босиком по лужам. Стань наконец тем, кем ты хочешь быть. Не бойся совершать то, чего никогда не делал раньше,

оттого что считал себя то слишком молодым, то слишком старым, то слишком обеспеченным или же, наоборот, слишком бедным. Живи полной жизнью! Знаешь, на Востоке есть поговорка: «Счастье приходит к тому, кто к нему готов». Сама жизнь приходит к тому, кто готов к ней!

Джулиан вдохновенно продолжал:

– Исследуй свои границы и найди свои страхи. Чего ты боишься? Выступать публично или знакомиться с новыми людьми? Может быть, тебе не хватает оптимизма, или нужно больше энергии? Составь список своих слабых мест. Гармоничные люди постоянно исследуют себя. Выдели время для того, чтобы понять – что же тебя ограничивает? Как только ты определишь все свои слабости и страхи, ты должен объявить им войну. Если ты боишься выступать перед публикой – дай себе зарок двадцать раз выступить со спичем. Боишься затевать новый проект или не знаешь, как отвязаться от бесполезного знакомства? Напряги все свои силы – но сделай это. Страха не существует. Он выдуман тобой. Это всего лишь негативные мысли, захватившие твое сознание. Выгони их – и впервые за много лет ты почувствуешь, как сладок вкус свободы.

– Страха не существует? – изумился я. – Однако мне это нравится! Неужели ты хочешь сказать, что мои страхи подобны воображаемым чертикам с хвостами и рогами, которые проникли в мой разум и наводняют его дурными предчувствиями?

– Именно это я и хочу сказать, Джон. Именно они сдерживали тебя, когда ты хотел совершить решительный поступок. Ты поддавался им – и тем самым питал их энергией. Уничтожь их – и станешь победителем в своей собственной жизни.

– Без примера я вряд ли это пойму, – я пожал плечами.

– Отлично. Взять хоть публичные выступления, которых большинство людей боится до полусмерти. В мою бытность адвокатом я часто наблюдал, как начинающие юристы боятся даже войти в зал суда. Они были готовы отказаться от гонорара, только бы не выступать перед переполненным залом.

– Я таких тоже видел.

– Как ты думаешь, этот страх – нечто врожденное?

– Вряд ли.

– А ты присмотрись к детям. У них же нет никаких страхов. Сознание ребенка – огромный простор для возможностей. Главное – правильно воспитать ребенка и позволить ему развить его сознание. Если же ребенка пугать и наполнять его разум негативными мыслями, то получится среднестатистический гражданин – и это в лучшем случае. Любой новый опыт, хоть выступление в суде, хоть просьба о повышении или же плавание в озере под палящим солнцем, прогулка лунной ночью – все это может приносить как страдание, так и радость. Что ты будешь испытывать, зависит только от тебя.

– Любопытно.

– Если воспитывать ребенка соответствующим образом, то он не научится радоваться солнечному дню и будет бояться даже безобидного щенка. Взрослому можно так запудрить мозги, что он будет думать, будто наркотики – вполне безобидное развлечение.

– Мы играем по тем правилам, которые принимаем?

– Ну разумеется! – воскликнул Джулиан. – Что такое страх? Не что иное, как защитная реакция, выработавшаяся с годами. Это просто дурная привычка, которая отнимает у тебя радость жизни, энергию и твое собственное «Я». Если страх распахнет перед тобой свою безобразную пасть – сразу его как можно быстрей. А лучший способ борьбы со страхом – сделать то, чего боишься. И чем больше ты боишься, тем быстрее ты должен это сделать. Главное – не медлить. Промедление только увеличивает страх. Природа страха очень проста. Ты сам его создаешь – ты его можешь и уничтожить. Исследуй свои страхи и уничтожай их. Страхи – это лазутчики, которые проникли в штаб твоего сознания. Выяви их и уничтожь. Это даст тебе силы и веру в себя.

– А можно ли совсем не испытывать страха? – спросил я.

– Чудесный вопрос! – с восхищением произнес Джулиан. – Я отвечу однозначно: «Да, можно!» Каждый из сиванских мудрецов был абсолютно бесстрашен. Смелость сквозила во всем – в их походке, в интонациях, во взгляде их глубоких глаз. Я должен кое-что сказать тебе, Джон, – доверительно произнес он.

– Слушаю тебя, – откликнулся я.

– Я тоже никогда не испытываю страха – и это вовсе не бахвальство. Я действительно ничего не боюсь и могу совершить любой поступок – если, конечно, он не противоречит моим нравственным установкам. Я достаточно познал себя и понимаю, что моя настоящая суть – безграничная сила и безграничные возможности. Всю свою прежнюю жизнь я пренебрегал собой и не следил за своими мыслями. Когда ты, подобно мне, избавишься от страхов, то сразу помолодеешь. Твое здоровье серьезно улучшится. Ты вообще забудешь, что такое болезнь, потому что страх – одна из главных причин телесных недугов.

– Мне известно о том, что сознание связано с телом, – с умным видом изрек я. – Последние научные исследования говорят об этом.

– На Востоке это было известно еще пять тысяч лет назад, так что не думай, что это открытие нового времени, – он искренне улыбнулся. – Сиванские мудрецы научили меня еще одной истине, которая, думаю, тебе очень поможет. Когда я чувствовал, что слишком беспечно отношусь к жизни, я обращался за помощью к этой истине. Вот она: просветленные люди делают то, что обычные люди терпеть не могут. Тот, кто умеет жертвовать сиюминутными удовольствиями ради вечного блаженства, воистину просветлен! Они не дают и шанса своим страхам и слабостям, даже если выход в Неведомое грозит реальными опасностями. Они живут, воплощая

в жизнь философию кайдзен, и постоянно совершенствуют все качества своего характера. Это приводит к тому, что они с легкостью вершат дела, которые прежде казались им невыполнимыми. Страхи, ограничивавшие их силы, рушатся, как карточный домик от дуновения ветра.

– Значит, прежде чем моя жизнь изменится, я должен измениться сам?

– Конечно. Мой старый профессор на юрфаке как-то рассказал мне одну историю. Отец пришел домой с работы, и больше всего на свете ему хотелось отдохнуть в кресле с газетой. Но ему мешал его маленький сын, которому хотелось, чтобы отец поиграл с ним. В конце концов отец вышел из себя, вырвал из газеты рисунок земного шара, порвал его на мелкие кусочки и бросил перед сыном. «Когда соберешь картинку, мы с тобой поиграем», – сказал он, полагая, что и за целый вечер малыш не справится с этим сложным заданием. Каково же было его удивление, когда спустя всего минуту сын сказал ему: «Готово, папа», – и он увидел полностью собранный рисунок. На вопрос отца, как ему это удалось, малыш ответил: «Очень просто: на обратной стороне был человек. Я собрал человека – и мир сложился сам собой».

– Замечательная история.

– Так что, Джон, мудрецы есть везде – и в Сиване, и среди гарвардской профессуры.

– Расскажи еще, – с нетерпением попросил я.

– Я все время говорю об одном и том же: счастье приходит

к тебе тогда, когда ты выполняешь свою Дхарму. Делай то, что ты любишь, и будешь всегда удовлетворен жизнью.

– Если можно достичь счастья, просто выполняя любимую работу, почему же люди в большинстве своем столь несчастны? – размышлял я вслух.

– Ты верно подметил это, Джон, – он посмотрел на меня. – Но делать то, что любишь, не так-то просто. Например, чтобы стать актером, тебе потребуется отказаться от стабильной работы, приносящей неплохой доход. Смена рода занятий – это шаг, требующий смелости. Ты должен шагнуть из привычных границ в пространство Неведомого. Кроме того, перемены всегда связаны с дискомфортом. Это гораздо больше, чем привычный риск. Но когда ты решишься на перемены, то поймешь, что это единственный путь к счастью.

– А как же взрастить в себе смелость?

– Об этом и говорит история старого профессора. Собери себя самого – и мир встанет на место. Совершенствуй сознание, развивай тело, улучшай характер – а смелость придет сама по себе. Вместе с ней – богатство и счастье. Будешь смел – добьешься всего, чего бы ты ни пожелал. Ведь люди не достигают желанного благополучия лишь потому, что их сдерживают страхи. Уничтожь страх – и тебе не будут страшны никакие препятствия. Однако не забывай, что весь секрет – в постоянстве усилий. Десять или пятнадцать минут в день посвящай саморазвитию и относись к этим занятиям со всей возможной серьезностью.

– И все же что означает в притче японский борец сумо в три метра ростом и весом в пятьсот килограммов? – Мне не давал покоя этот странный образ.

– Этот необычный великан символизирует силу кайдзен – силу постоянного самосовершенствования.

За эту ночь Джулиан поведал мне о самых могущественных тайнах бытия, о которых я и понятия не имел. Я узнал, что сознание обладает волшебной силой. Он обучил меня ритуалам и практикам, помогающим обрести спокойствие и научиться сосредоточивать силы на целях и желаниях. Я осознал, насколько важно иметь в жизни четкую цель для каждой сферы жизни. А сейчас Джулиан объяснил мне философию кайдзен.

– А как лично я могу практиковать кайдзен? При моем далеко не здоровом образе жизни, при моей загруженности работой?

– У мудрецов Сиваны есть десять ритуалов, практикуя которые ты далеко продвинешься по пути самосовершенствования. Главное – выполнять их каждый день и не сомневаться в их могуществе. Уже через тридцать дней жизнь твоя преобразится. Сделай так, чтобы ритуалы стали твоей благой привычкой – и ты будешь обладателем совершенного тела, твоя энергия будет бить через край, ты наконец-то обретешь счастье и внутренний покой. И тогда твое предназначение станет неотъемлемой частью тебя, ибо так и было от самого рождения. Йог Раман наставлял меня в этих десяти ритуа-

лах, которые он называл не иначе как «изысканными». Ты сам увидишь, какая невероятная мощь скрывается в них.

Меня вдруг одолели сомнения.

– Разве можно изменить жизнь всего за месяц? – с тревогой спросил я.

Мое недоумение не укрылось от острого глаза Джулиана.

– Можно, – утвердительным тоном произнес он. – При условии, что ты найдешь в своем распорядке дня час для того, чтобы проводить эти ритуалы. Ты должен пожертвовать этим часом – и не надо говорить о том, что ты слишком занят.

– Но я действительно сильно загружен, – вздохнул я. – У меня порой не бывает и десяти свободных минут, а ты требуешь выделить целый час! Джулиан, не забывай, что я востребованный адвокат.

– А я еще раз повторяю: говорить такое – все равно что утверждать, будто у тебя нет времени заправиться, потому что ты должен доехать до места назначения как можно быстрее. Ведь топливо кончится рано или поздно! Тебе все равно придется это сделать.

– Неужели?

– А ты представь себя в виде гоночной машины, стоимость которой зашкаливает за миллион долларов, блестящей, стильной, с множеством хромированных деталей, оборудованной всеми возможными техническими новинками.

– Дух захватывает от этой картины, Джулиан! – Я зажму-

рился от удовольствия, представляя себе этот суперсовременный спорткар.

– Как ты думаешь, можно ли ежедневно эксплуатировать этот великолепный автомобиль на полную мощь, не давая двигателю отдыхать?

– Никому и в голову это не придет!

– Так ведь именно это ты и делаешь! Ты не даешь себе времени на отдых, твой двигатель никогда не остывает! Пойми: самое лучшее, что ты можешь сделать для самого себя, – это выкроить время для отдыха и медитации. Сейчас тебе это может показаться странным, но, когда ты это сделаешь, твоя производительность резко возрастет. Ты начнешь решать задачи наиболее эффективным и экономным способом, и у тебя появится свободное время.

– Значит, все, что нужно, – найти один час в день и в течение одного месяца заниматься ритуалами?

– Да. Это и есть тот «философский камень» счастья, о котором мечтают все люди. Я бы заплатил за эту идею не один миллион, если бы кто-то предложил мне ее несколько лет назад. Многие богачи тратят целые состояния, пытаясь отыскать систему, которая бы удовлетворила их духовную жажду: ведь материальное богатство само по себе счастья не приносит. Самый богатый человек планеты может быть одновременно и самым несчастным. Я знаю это по себе. Но я никогда не думал, что подобные тайны могут быть открыты совершенно бесплатно. Теперь же я знаю, что это может быть

только так и не иначе. Только учти, Джон: однажды начав практику, ты должен неукоснительно следовать своему расписанию. Каждый день посвящай час этим занятиям – и делай это со всей силой твоей убежденности. Не рассчитывай на мгновенный эффект. Результат придет со временем.

– Что значит со временем? – спросил я.

– Один час работы над собой в течение тридцати дней, разумеется, будет способствовать изменению твоей жизни. За это время ритуалы и практики должны стать твоей благой привычкой, как привычка чистить зубы по утрам. Однако и после этого месяца ты должен продолжать выполнять их, если, конечно, ты заинтересован в постоянном самосовершенствовании.

– Думаю, ты прав, – кивнул я.

Глядя на Джулиана, я видел, что он открыл в себе источник жизненных сил и теперь наслаждается счастью и покоем. Иначе как объяснить это чудо перевоплощения из тучного пожилого адвоката, измученного болезнями и повседневными судебными битвами, в пышущего здоровьем молодого мудреца? Я твердо решил пересмотреть свое расписание и во что бы то ни стало выкроить один час в день для ритуалов, в которых Джулиан будет меня наставлять. Я был готов даже отказаться от некоторых не столь важных дел. В конце концов, я всю жизнь только тем и занимался, что пытался изменить других, но с этого момента я начну изменять самого себя. И быть может, со мной случится то же чудо, что произо-

шло с Джулианом Мэнтлом. В любом случае стоит рискнуть.

Сидя на полу моей гостиной, Джулиан показал мне «Десять Ритуалов Просветленной Жизни». Среди них были практики, которые требовали от меня полного напряжения сил, но были и те, что дались мне без всякого труда. Однако все они несли в себе тайну, которую мне еще предстояло открыть.

– Первую практику йоги называли «Ритуалом Одиночества», – начал свои объяснения Джулиан. – Это значит, что ежедневно ты должен хотя бы на короткое время оставаться один.

– На какое именно время? – осведомился я.

– Пятнадцать, двадцать или даже пятьдесят минут. Это должно быть время полной тишины, ибо лишь в тишине человек может понять, кто он есть на самом деле.

– Понимаю: это время нужно, чтобы дать остыть моему «двигателю», – предположил я.

– Именно так, – благодушно улыбнулся Джулиан. – Когда-нибудь вы путешествовали на автомобиле с семьей?

– Каждое лето! Мы ездим на остров, где живут родители Дженни, – похвастался я.

– Отлично! Вы же наверняка останавливаетесь по пути для небольшого отдыха?

– Да, мы заезжаем в небольшие кафе, чтобы перекусить, или просто останавливаемся на обочине, чтобы я немного вздремнул после шести часов за рулем.

– Ритуал Одиночества и есть такая остановка. Ты должен восстановить свои душевные силы, а это возможно только в тишине и одиночестве.

– Обязательно должно быть тихо? А почему? Я просто боюсь, что при моем ритме жизни я вряд ли смогу найти тихое местечко.

– Видишь ли, когда ты находишься в тишине и покое, ты воссоединяешься с Вселенским Разумом и открываешь для себя бесконечный источник творческих сил. Ведь сознание подобно озеру. А это «озеро» у большинства современных людей постоянно находится в состоянии волнения. Если же ты просто сидишь один и слушаешь тишину, твое озеро становится гладким, как зеркало. Тишина и покой дают великую мощь. Ты почувствуешь себя удовлетворенным и полным сил. Ты станешь лучше засыпать и без труда пробуждаться. Все твои дела придут в порядок.

– Но где же я найду такое место, где мог бы побыть в тишине? – озадаченно спросил я.

– Такое место может быть где угодно, – спокойно ответил Джулиан. – Начиная от твоего рабочего кабинета и заканчивая спальней. Но это должно быть действительно тихое место, наполненное красотой. Поставь туда изящные вещицы или повесь красивую картину. Подойдет любая вещь, которая удовлетворяет твоим понятиям о красоте.

– Моим понятиям о красоте? – Я удивленно поднял брови. – А при чем тут красота? Да и какие вещицы я могу туда

поставить?

– Нет ничего лучше для мятущейся души, чем внешнее проявление красоты, – с отеческим вздохом объяснил Джулиан. – Возьми, к примеру, цветы. Достаточно букета свежих роз или же только одного нарцисса, чтобы твои чувства пришли в гармонию. Но самый большой подарок ты себе сделаешь, если устроишь для себя особое место, где сможешь созерцать красоту. Это будет твой собственный Храм Одиночества.

– И каким же должно быть это место? Небольшим или просторным? Как мне обустроить его?

– Таким, куда никто не будет заходить, кроме тебя. Например, пустующая комната в твоем доме. Или дальний уголок, куда никто не заглядывает. Храм твоего самовосстановления, куда разрешен вход только тебе. Квадратные метры значения не имеют. Обустроить же его нужно так, чтобы ты чувствовал себя там комфортно и спокойно. Избавься от всех раздражающих вещей. Главное – чтобы там не было телефона и других средств информации и коммуникации.

– Это великолепная идея! – восторженно воскликнул я. – Я давно мечтаю о таком безлюдном уголке, где я мог бы просто расслабиться после работы. Думаю, что если бы я так отдыхал каждый день, мой невыносимый характер стал бы куда менее невыносим.

– Чтобы Ритуал Одиночества как можно быстрее принес желанные плоды, необходимо выполнять его в одно и то же

время каждый день, – продолжал наставлять меня Джулиан.

– Это действительно так важно? – спросил я задумчиво. – Мой распорядок не всегда предсказуем. Иногда меня срочно вызывают в суд…

– Очень важно, – перебил меня Джулиан. – Сделай Ритуал неотъемлемой частью своего распорядка. Тишина должна стать твоей ежедневной привычкой. Ты же помнишь о том, что благие привычки помогают нам найти свое предназначение?

– Помню, Джулиан, – согласился я. – Должен ли я делать что-то еще?

– Используй целительные силы живой природы. Гуляй каждый день по лесу или просто копайся в своем палисаднике. Это подарит тебе спокойствие, которого тебе так не хватает. Природа воссоединяет человека с его истинным «Я». Ты начнешь открывать в себе скрытые таланты и способности. Главное, не забывай об этом. – Голос Джулиана дрожал от волнения.

– А как тебе самому помог этот ритуал, Джулиан? – полюбопытствовал я. – Расскажи, как ты проделываешь его, когда находишь для этого время?

– Сразу после пробуждения (а встаю я с рассветом), я отправляюсь в свой тайный Храм Одиночества, – отвечал он. – Там я наслаждаюсь ритуалом «Сердце Розы», уделяя этому столько времени, сколько захочу. Иногда я остаюсь там на протяжении нескольких часов. А иногда – не более десяти

минут. Независимо от времени, результат всегда одинаков: я обретаю чувство внутренней гармонии и насыщаюсь энергией. Теперь же перейдем к другому ритуалу. Он называется «Ритуал Совершенного Тела».

– Я заинтригован… Что включает в себя этот ритуал и что он дает?

– Это ритуал заботы о физическом теле. В его основе лежит непреложная истина, которая учит, что, заботясь о теле, ты заботишься и о душе. Подготовив нужным образом тело, ты тем самым подготавливаешь и свое сознание. Не забывай, что тело – идеальный механизм, но, как и любой механизм, он нуждается в работе. Каждый день ты должен заниматься физическими упражнениями. Твоя кровь застыла – разгони ее с помощью энергичных движений. Всего в неделе сто шестьдесят восемь часов.

– Так много? – изумился я.

– Да. Минимум пять их них ты должен отдать физической нагрузке. Мудрецы Сиваны считали, что ничего лучше йоги для тела нет. Они ежедневно практиковали йогу и благодаря ей обретали удивительные способности. Я каждый день наблюдал этих просветленных мудрецов, стоящих на голове посреди деревни. У меня дух захватывало от такого зрелища.

– А ты сам занимаешься йогой, Джулиан? Моя Дженни увлеклась йогой год назад и теперь утверждает, что помолодела лет на пять, и я и тоже подумывал…

Джулиан жестом остановил мою тираду.

– Видишь ли, Джон, нет такой волшебной палочки, которая магическим образом изменит всю твою жизнь. Чтобы получить устойчивый результат, нужно прилагать постоянное усилие. Нужен не один ритуал, а целая система – именно этому я тебя сейчас и учу. Йога помогает высвободить энергию, спящую внутри тела. Я практикую йоговские упражнения каждое утро и знаю, что тем самым помогаю себе. Йога не просто дарует молодость телу, она тренирует и сознание. Но для этого нужно заниматься системно. Отдельные упражнения сами по себе ничего не дадут.

– А кроме йоги мудрецы как-нибудь еще заботились о теле?

– Раман со своими братьями и сестрами ежедневно совершали длительные прогулки. Они гуляли по горам или спускались в цветущую долину. Такие прогулки прогоняют усталость и включают систему самовосстановления организма. Если же погода не позволяла гулять, сиванские мудрецы занимались физическими упражнениями в своих хижинах. Они предпочитали остаться без обеда или ужина, но ни в коем случае не пропускали время занятий.

– Что, в хижине каждого мудреца стояла беговая дорожка? – усмехнулся я.

– Нет, они просто совершенствовали асаны – особые йогические позы, – ответил он так, словно не услышал насмешки. – Я часто наблюдал, как они отжимались на одной руке. Вообще, для них было неважно, что именно они делают.

Главное – они двигались и насыщали кровь кислородом.

– Разве кислород так важен?

– Да. Раман любил повторять: «Дыхание – это жизнь».

– Дыхание? – еще больше удивился я.

– Когда ты дышишь правильно, ты увеличиваешь количество жизненных сил в несколько раз, – ответил Джулиан. – Это была одна из первых вещей, которым я научился в Сиване.

– Прости, но едва человек рождается, он уже умеет дышать. Разве этому надо учиться?

– На самом деле, Джон, большинство людей понятия не имеют, что такое правильное дыхание. Если бы люди дышали правильно, они бы не мучились от болезней и стрессов. Все люди, за редким исключением, страдают поверхностным дыханием. Их легкие просто не получают достаточного количества кислорода, чтобы насытить кровь.

– Я и не знал, что все так сложно! – Я схватился за голову.

– Сиванские мудрецы считали, что чем больше кислорода получает тело, тем быстрее оно восстанавливается. Кроме того, правильное дыхание позволяет увеличить запасы энергии.

– Так расскажи, с чего начинать?

– Все элементарно: два-три раза в день вспоминай о том, что ты должен дышать глубоко.

– А как узнать – глубоко я дышу или нет?

– При глубоком дыхании в процессе вдоха участвует жи-

вот. Раман советовал просто положить руку на пупок. Если она вздымается, значит, ты дышишь правильно.

– Как же мне нравится такая волшебная простота! – улыбнулся я.

– Третий ритуал еще проще! – улыбнулся он мне в ответ.

– И что это за ритуал?

– Это «Ритуал Природной Пищи». Когда я был адвокатом, мое меню состояло из жареных стейков, картошки фри и прочего мусора – хотя его и готовили в ресторанах. Я не подозревал тогда, что такая пища – одна из главных причин всех моих недугов.

– Пища тоже важна?

– Жизненно важна! Плохое питание отравляет всю твою жизнь. Оно забирает колоссальное количество физических и душевных сил. Оно делает настроение переменчивым и затуманивает разум. Как-то Раман очень верно подметил: «Как ты кормишь свое тело – так ты кормишь и сознание».

– Это значит, что сейчас ты питаешься чем-то другим?

– Да. И знаешь, это кардинальным образом изменило мое тело. Раньше я думал, что моя преждевременная дряхлость и целый букет болячек – результат стрессов на работе. Но в Сиване я понял, что стал таким, потому что заливал в свой двигатель «грязное» топливо.

– А что же едят мудрецы Сиваны, чтобы оставаться вечно молодыми и энергичными?

– Живую пищу, – просто ответил Джулиан.

– Как-как?

– Я сказал: живую пищу. То есть ту, которая не умерла.

– Не понимаю, Джулиан. Что значит «не умерла»?

– Живая пища – это продукты, созданные самой природой. Проще говоря – вегетарианская диета. Начни питаться свежими овощами, фруктами и злаками – и старость тебя не коснется.

– Что-то с трудом в это верится…

– Каждому из мудрецов Сиваны – около ста лет, но они выглядят совсем молодыми людьми. Неделю назад мне попалась статья об обитателях японского острова Окинава. Они стали предметом исследования ученых, потому что на этом маленьком острове больше столетних людей, чем где бы то ни было. А секрет прост: вегетарианская диета.

– Но не вредно ли питаться одними овощами? Где же брать энергию, чтобы вынести груз повседневных забот?

– Вегетарианская диета дана нам самой природой. Живые продукты – настоящий кладезь энергии. Мудрецы в Сиване практикуют ее не одну тысячу лет. Такую пищу они называют саттвической, чистой. Если ты беспокоишься о том, что тебе не хватит сил, то вспомни, что самые сильные животные на земле – вегетарианцы. Сам подумай, чем питаются слоны и гориллы? А горилла раз в тридцать сильнее человека!

– Правда? Я и этого не знал.

– Пойми, что мудрецы – не бесплотные духи. Они просто следуют правилу золотой середины: «Следуй срединным пу-

тем и избегай крайностей». Любишь мясо? Пожалуйста, ешь мясо. Но все-таки это – мертвая пища, переваривается она долго и тяжело. Если совсем не можешь отказаться от него, то хотя бы не ешь красное мясо. Ведь на переваривание пищи тратится уйма энергии. Зачем такой расход? Вспомни, как ты чувствуешь себя после большого стейка. Сравни это состояние с тем, которое у тебя бывает после тарелки салата. Пусть сейчас ты не сможешь полностью переключиться на вегетарианскую диету, но по меньшей мере заставляй себя съедать за обедом хотя бы немного овощей и фруктов. Уже это намного улучшит твое физическое состояние.

– Что ж, это будет нетрудно, – согласился я. – О пользе вегетарианства многие говорят. Дженни недавно рассказывала мне о том, что в Финляндии провели специальное исследование, по результатам которого выяснилось, что тридцать восемь процентов людей, перешедших на вегетарианский образ жизни, уже через семь месяцев почувствовали себя куда более здоровыми и энергичными. Надо приучить себя к овощам и фруктам. Глядя на тебя, Джулиан, я готов перейти на один салат!

– Будешь так питаться тридцать дней и увидишь, что случится. Ты будешь просто летать, я тебе обещаю.

– Согласен. Что хорошо для мудрецов Сиваны, то хорошо и для меня. Обещаю, что так и сделаю. В конце концов, невелика премудрость. К тому же мне надоел этот ежедневный запах жареного.

– Что ж, в пользе «Ритуала Природной Пищи» ты убедился. Приступим к четвертому ритуалу?

– Твой смиренный ученик все еще сидит с пустой чашей, – скромно ответил я.

– Этот ритуал мы зовем «Ритуалом Океана Знаний», – с довольным видом продолжил Джулиан. – Знание велико и бесконечно, как океан. Этот океан ты будешь исследовать всю жизнь и тем самым помогать себе и людям.

– Знание – сила! – согласился я.

– Истинная сила не в самом знании, Джон, а в умении его правильно применять. Большинство людей прекрасно осведомлены о том, что предпринять в той или иной ситуации. Но мало кто тренирует свои навыки в применении знаний, а потому большинство людей никогда не реализует себя полностью. «Ритуал Океана Знаний» предполагает, что ты идешь в подмастерья к самой жизни. И то, чему она тебя учит, ты должен ежедневно применять на практике.

– И как этот ритуал выполняли Раман и другие сиванские мудрецы?

– У них было множество практик, которыми они занимались ежедневно, следуя «Ритуалу Океана Знаний». Одну из них ты можешь выполнить уже сейчас.

– Это недолго?

– Я уже сказал тебе: чем больше времени ты посвящаешь самому себе, тем эффективнее становится твоя жизнь, – улыбнулся Джулиан. – Не разменивай свой миллион на гро-

ши.

– Объясни.

– Ну, представь себе программиста, который заявляет, что ему некогда сохранять данные на резервный источник, потому что его компьютер постоянно занят. Но вот компьютер сгорает – и все данные исчезают. В результате целые месяцы тяжелой работы идут насмарку. А нужно было всего-то уделить несколько минут в день, чтобы сохранить данные на резервный диск.

– То есть я должен прежде всего думать о главном?

– Разумеется. Вырвись из плена делового расписания и удели время тем вещам, которые дадут пищу твоей душе и сердцу. Когда займешься саморазвитием, то поймешь, что плывешь по морю жизни с надежным штурманом, который направляет тебя к желанной цели. Ты забудешь о времени и станешь делать только то, что тебе нужно для полноценной жизни.

– Что ж, этот пример мне понятен. И какому приему ты хочешь меня научить?

– Этот прием – чтение. Ты должен выделить полчаса в день на чтение вдохновляющих книг. Очень важно тщательно подбирать литературу, ведь книги – это удобрение для сада нашего сознания. Читай то, что улучшит твою жизнь и вдохновит тебя на правильные поступки.

– А что читали мудрецы Сиваны?

– Они часами углублялись в трактаты, написанные поко-

лениями мудрецов. Сидя на небольших бамбуковых скамеечках, они жадно впитывали древнюю мудрость. Я любовался их лицами, на которых отражалось все то, о чем они читали. На их устах расцветали улыбки радости от встречи с просветленным знанием. Лишь в Сиване я понял, что книга – самый верный друг, который тебя никогда не покинет.

– Верно ли я понял, что могу взять любую хорошую книгу?

– Не совсем, – ответил Джулиан. – Нельзя читать запоем. Есть книги, написанные только для того, чтобы ты наслаждался чтением. Другие книги нужно тщательно пережевывать. А третьи можно проглатывать целиком. И это подводит нас к тому, что…

– Нужно перекусить! – радостно воскликнул я.

– Нет, не то, – засмеялся Джулиан. – Я использовал эту метафору для того, чтобы ты понял: черпать мудрость из книги можно только тогда, когда ты внимательно читаешь каждую строчку и пытаешься вникнуть в смысл. Уверен, что, прежде чем подписать протокол, ты изучаешь каждую буковку. Поступай так же и с книгой. Она должна войти в твою плоть и кровь. Мудрецы Сиваны перечитывали древние трактаты по десять-пятнадцать раз. Они были для них столь же священны, как Слово Божие.

– Неужели чтение так много дает?

– Полчаса вдумчивого чтения в день изменят твою жизнь. В книгах ты найдешь ответы на все свои вопросы. Ты хочешь

узнать, как стать лучшим адвокатом в стране? Или мечтаешь быть идеальным отцом для своих детей? А может, хочешь заново влюбиться в свою жену? Ищи книги, которые подскажут тебе, как этого добиться. Пойми, что все на земле уже было. И тысячи людей до тебя спотыкались на том же месте и набивали те же самые шишки, что и ты. Ведь не думаешь же ты, что ошибаешься ты один?

– Нет, я так не думаю, Джулиан. Я понимаю, что ты имеешь в виду. Безусловно, ты прав.

– Все что может случиться с человеком, уже произошло с кем-то до нас, – продолжал Джулиан. – Но самое ценное то, что все ответы запечатлены на книжных страницах. Читай мудрые книги – они укажут тебе выход из любой ситуации. Пользуйся многовековым опытом, и ты заметно сократишь число собственных ошибок.

– А как узнать, какая книга мудрая, а какая нет? – Идея про использование многовекового опыта пришлась мне по душе.

– Тут я полностью доверяю твоему вкусу, – ответил он. – Что касается меня, то сейчас я изучаю биографии великих людей и читаю кое-какие философские труды.

– Назови мне хоть пару конкретных книг! – умоляюще улыбнулся я.

– Возьми, к примеру, биографию Бенджамина Франклина, этого величайшего сына американской нации. А «История моих экспериментов с Истиной» Махатмы Ганди откро-

ет тебе бездну премудрости. Мне очень нравится «Сиддхартха» Германа Гессе. Много полезного лично я почерпнул из биографии Марка Аврелия, также меня впечатлили трактаты Сенеки. Неделю назад я зачитывался книгой «Думай и богатей» Наполеона Хилла.

– «Думай и богатей»? – изумленно воскликнул я. – Я считал, что после всего, что с тобой случилось, тебя это мало волнует. Честно говоря, я не верю всем этим пособиям на тему «как заработать миллион легко и быстро». Все это уловки книготорговцев, которых в первую очередь интересует собственная прибыль.

– А знаешь, я с тобой соглашусь, – спокойно ответил Джулиан. – Меня тоже коробит от подобных книжонок, полных лжи и манипуляций. Но «Думай и богатей» – книга не о деньгах, а о жизни. Ты же помнишь, что я сказал тебе в самом начале – преуспевание и гонка за успехом – совсем не одно и то же. Я ведь все это пережил и знаю, какие страдания испытывает человек, занятый накоплением материальных богатств. Книга «Думай и богатей» – не о финансовом, а о духовном благополучии. Она учит тому, как достичь гармонии и стать творцом своей жизни. Ты многое почерпнешь из нее. Однако выбор за тобой.

– Извини, Джулиан, я как всегда беру на себя роль прокурора, – смущенно ответил я. – Это все мой характер. Вот от чего бы я хотел избавиться! Я очень благодарен тебе за то, что ты не скрываешь от меня мудрость, которую открыли

для тебя сиванские мудрецы.

– Я рад быть тебе полезным, Джон. Просто читай хорошие книги. А знаешь, что самое чудесное в этом ритуале?

– И что же?

– Читая книги, ты учишься не у тех, кто эти книги написал, а у самого себя. Ведь в книгах нет ничего нового.

– Правда?

– Да. Книга – как фонарь: она освещает то, что уже есть в тебе. Собственно, это и называют просветлением. После своей долгой «одиссеи» я понял, что вернулся к тому, от чего ушел. Просто сейчас я познал себя и понимаю, кем могу стать.

– Значит, «Ритуал Океана Знаний» заключается в том, что мне надо ежедневно читать книги по тридцать минут в день?

– На первых порах – да. Потом ты сам поймешь, что делать, – загадочно произнес Джулиан.

– Ну, а в чем секрет пятого ритуала?

– Пятый ритуал – это «Ритуал Самосозерцания». Сиванским мудрецам была ведома сила этого занятия. Ты должен уделять время самопознанию – и тогда тебе откроется знание о Высшем Разуме.

– Звучит пугающе.

– И тем не менее это крайне важный ритуал. Среднестатистический человек не реализует и малой части своих возможностей. В каждом из нас – огромный потенциал. Познавая себя, ты открываешь свои таланты и способности. Со-

зерцай свой внутренний мир в тишине и покое и скоро обретешь мудрость и свободу.

Я помотал головой:

– Это слишком абстрактно для меня…

– На самом деле эта идея полна логики и смысла, – остановил меня Джулиан. – Хотя поначалу я тоже считал ее несколько размытой. Проще говоря, самосозерцание – это умение мыслить.

– Но все люди мыслят, этим они и отличаются от животных, – возразил я.

– Мыслить и думать – не одно и тоже. Большинство людей не мыслит, а думает лишь о том, что нужно для того, чтобы выжить. Этот ритуал учит мыслить так, чтобы жизнь обрела гармонию. В биографии Бенджамина Франклина есть интересная деталь. Каждый вечер после дня, полного забот, он уединялся в тихой комнате и размышлял обо всех событиях прошедшего дня. Как он поступал? Что говорил? В чем он был прав, а в чем ошибался? Видя все свои ошибки, он имел возможность сразу же исправить их. Так он реализовал философию кайдзен, хотя, скорее всего, даже не слышал о ней. Сиванские мудрецы поступают точно так же. По вечерам они запираются в своих хижинах и там, сидя на ковре из розовых лепестков, созерцают свой внутренний мир. Раман, например, записывал все то, что случилось с ним за день.

– И как именно он это делал? – полюбопытствовал я.

– Он записывал все свои действия с момента пробужде-

ния, разговоры с другими мудрецами, а также мысли, пришедшие ему на ум в течение дня.

– Как же можно все это запомнить? Я не могу припомнить, о чем думал пять минут назад, а что мне пришло в голову после пробуждения, не вспомню, хоть убей.

– Главное – практика. Любой человек может стать таким же, как я или другие мудрецы Сиваны. Если избавятся от страшного вируса, имя которому – отговорки.

– Ох, подозреваю, что и во мне завелся этот страшный вирус, – ответил я со вздохом.

– Да не оправдывайся ты, просто бери и делай! – твердо сказал Джулиан.

– Да что конкретно делать-то?

– Выдели время для размышлений. Приучи себя ежедневно анализировать свои поступки. Можешь поступать как Раман: он делил тетрадный лист на два столбика. В одном записывал свои поступки и мысли, в другом – давал оценку всему этому. Он постоянно задавался вопросом, правильно ли поступает и в том ли направлении движется? Он изучал свои сильные стороны и развивал их, отдавая этому занятию все свои силы.

– А что он делал со слабостями?

– Ставил перед собой цель избавиться от них.

– Может, у тебя найдется пример для этого?

– Найдется – из личного опыта, – улыбнулся Джулиан.

– Как интересно! Наконец-то я узнаю, о чем на самом деле

думает Джулиан Мэнтл!

– Это то, что я пытаюсь узнать о тебе, – засмеялся Джулиан, и я вместе с ним.

Мы смеялись, словно мальчишки на переменке: озорно и беззаботно.

– Ладно, оставим мои мысли в покое и перейдем к твоим сегодняшним поступкам. Возьми-ка лист бумаги и запиши все, что ты сегодня сделал.

Я с воодушевлением подчинился. Я понимал, что сейчас делаю нечто очень важное. Впервые за много лет я писал не протоколы и заключения, а то, что совершил сам. Это было непривычно, но в этом была своя логика. В самом деле: как я могу улучшить собственную жизнь, не зная, что в ней не так?

– С чего же начать? – растерялся я.

– Описывай подробно, что делал утром, днем, вечером. Все, что вспомнишь. Время еще есть, так что мы успеем поработать с этим «документом». Даю тебе несколько минут. Потом мы снова вернемся к притче о саде сознания.

– Ок. В семь утра мой «электронный петух» возвестил о начале нового дня, – шутливо начал я.

– Прошу, Джон, соберись, – сказал Джулиан серьезным тоном. Но в глазах его плясали озорные огоньки, и я понял, что мой веселый настрой ему по душе.

– Хорошо. Я умылся, побрился, глотнул кофе и отправился в офис.

– А что Дженни и дети? – вспомнил он о моих домочадцах.

– Они в это время еще спят. Я зашел в офис и обнаружил там своего клиента, который перепутал время и вместо половины восьмого пришел в семь утра. Он был очень раздражен и свалил всю вину на меня.

– А ты?

– И я не остался в долгу. Я же ни в чем не виноват!

– Вот как? Ну, и что было дальше?

– Дальше было хуже. Раздался звонок – секретарь суда сообщила, что судья Монстрозуб немедленно вызывает меня к себе и если я не появлюсь через десять минут, то всем придется несладко. Ты не забыл Монстрозуба? Это же ты его так прозвал за то, что он взъелся на тебя, когда ты поставил свой «феррари» на его парковочном месте! – Воспоминание вызвало у меня приступ смеха.

– Как же, как же! – расхохотался Джулиан.

– Я полетел в суд и по дороге умудрился поцапаться с коллегой. Когда я вернулся на рабочее место, мой автоответчик раскалился от срочных сообщений. Идем дальше?

– Да, конечно!

– Когда я ехал домой, позвонила Дженни и сказала, что ее мать испекла нам пирог – а это она умеет делать как никто другой. Но по дороге к теще я попал в дичайшую пробку. Как раз начался час пик, жара под сорок, я стоял и терзался тем, что теряю время в этой невыносимой духоте.

– И что ты чувствовал?

– Я сидел и орал благим матом, кляня и пробку, и тещу с ее пирогами, и все на свете. Тебе нужны конкретные выражения?

– О нет, я стараюсь не впускать подобные слова в сад моего сознания, – мягко отказался Джулиан.

– Удобрения тоже пахнут не розами, – едко заметил я.

– Спасибо, не надо. – Он замахал руками. – Теперь остановись и постарайся окинуть одним взглядом весь прошедший день. Как ты думаешь, мог бы ты прожить его по-другому, если бы это было возможно?

– Естественно, да!

– А что бы ты исправил?

– Для начала – пораньше проснулся бы. Я ведь собираюсь в жуткой суматохе. Моя мечта – спокойное утро, которое плавно перетекает в спокойный день. Мне кажется, что помочь в этом может ритуал «Сердце Розы». Кроме того, я бы мечтал завтракать не на бегу в одиночестве, а со всеми своими домочадцами. Я согласен даже на овсянку, лишь бы видеть родные и любимые лица. Мне кажется, что я катастрофически мало вижу Дженни и детей.

– Но ты же сейчас мечтаешь! Так что дай волю своим мечтам, помни – мечта обладает огромной силой! Используй воображение – и скоро твоя мечта исполнится, – убежденно сказал Джулиан.

– Знаешь, я говорю это и чувствую, что все уже начинает

меняться.

– Вот и прекрасно! Продолжай исправлять ошибки прошлого дня.

– Я бы не стал спорить с раздраженным клиентом и не поцапался бы с клерком в суде. Не стал бы ругать автомобильную пробку, проклинать тещу и ее пироги.

– Тем более что пробка от этого вряд ли бы рассосалась сама собой, – заметил Джулиан.

– Это – неизбежное зло, – философски изрек я.

– Теперь ты понимаешь, как важен «Ритуал Самосозерцания»? Анализируя прожитый день, ты видишь возможности для совершенствования. Поступай так, и завтра ты станешь лучше, чем сегодня.

– Нужно ли мне планировать свои поступки, чтобы не повторить прошлых ошибок?

– Обязательно, – кивнул Джулиан. – Ошибки – это нормально. Ты живешь, а значит, ошибаешься. Ведь на ошибках учатся. Есть замечательное изречение: «Счастлив тот, кто умеет верно мыслить. Мыслить верно учит опыт, а приобрести опыт помогают многочисленные ошибки». Тот, кто наступает на одни и те же грабли и не учится на собственных ошибках, находится на одной ступени с животными.

– Разве?

– Сам посуди: никакое животное не способно анализировать свои собственные поступки. Ни собака, ни птица, ни даже обезьяна. Только мы, люди, способны на это. В этом и

есть сила «Ритуала Самосозерцания». Он показывает тебе, в чем ты прав, а в чем ошибаешься. Понимание собственных ошибок дает тебе возможность исправить свою жизнь.

– Надо подумать над этим, Джулиан, – протянул я.

– Сейчас подумаем о шестом ритуале. Это «Ритуал Рассвета».

– Так, я догадываюсь, что это за ритуал.

– Одна из самых великолепных истин, которую я узнал в волшебной Сиване, заключается в том, что тот, кто поднимается вместе с солнцем, проживает замечательный день. Люди тратят на сон гораздо больше времени, чем того требует их организм. Шести часов более чем достаточно, чтобы восстановить силы. Долгий сон – это всего лишь привычка, и, как и любую дурную привычку, ты можешь заменить ее на благую. Приучи себя меньше спать, и скоро ты поймешь, что способен выспаться за меньшее время.

– Когда я встаю слишком рано, то весь день хожу сонный, – возразил я.

– Ничего страшного. Пройдет несколько дней, и ты привыкнешь к такому режиму дня. Это лекарство горькое на вкус, но взамен ты получишь замечательное самочувствие и несколько дополнительных часов бодрствования. Знаешь, как с новой обувью: поначалу она жмет и натирает, но когда ее разносишь, становится очень удобной. К тому же боль – прекрасный учитель. Пройди через боль – и станешь просветленным.

– Я не против того, чтобы прибавить к своему дню несколько дополнительных часов, – сказал я. – Но что значит «просыпаться с рассветом»?

– Вспомни правило золотой середины. Главное – не впадай в крайности.

– Прости, но вставать вместе с солнцем – это и есть крайность!

– Ничуть. Разве это не прекрасно – встретить новый день вместе с первыми лучами солнца? Сиванские мудрецы считают, что эти лучи несут в себе особую энергию, дарованную самим Небом. Они постоянно принимали солнечные ванны, они танцевали в рассветных лучах. Это была невероятно жизнерадостная картина! Я думаю, что это – один из секретов их потрясающего долголетия.

– И ты тоже принимаешь солнечные ванны?

– Естественно. Ведь солнце – источник молодости. Если я устал, солнце ободряет меня. Восточные религии считали солнце символом души. Люди даже поклонялись ему как божеству, потому что были уверены в том, что солнечный свет способствует освобождению духа. Солнце – непревзойденный лекарь, главное – не злоупотреблять его назначениями. Но мы отвлеклись. Запомни просто, что надо вставать пораньше.

– Каждый день? А смогу ли я?

– А я тебе дам хороший совет. Ты пойми, что хороший сон необязательно должен быть долгим. Лучше шесть часов

спать спокойно и безмятежно, чем десять часов промучиться кошмарами. Тело должно отдыхать, а для отдыха нужно ровно столько времени, сколько требуется на восстановление основных функций организма. Главное – качество, а не количество сна. К примеру, Раман утверждал, что прием пищи после восьми часов вечера отрицательно влияет на сон. Улучшает же сон – медитация. Сиванские мудрецы играли на арфе перед сном – и звуки этой божественной музыки были для них объектом медитации.

– То есть перед сном хорошо бы послушать музыку…

– Скажи, Джон, что ты делаешь непосредственно перед тем, как отправиться спать?

– Смотрю телевизор, новости.

Джулиан сверкнул очами.

– Так я и думал.

Я пожал плечами:

– А что такого? Все мои знакомые делают это.

– Видишь ли, друг, оказывается, что десять минут до сна и десять минут после пробуждения – самое важное время для нашего мозга. В этот период сознание программирует дальнейшую жизнь. То, что ты вносишь в эту программу, влияет на то, как ты живешь.

– Неужели разум подобен компьютеру?

– Самому совершенному компьютеру во Вселенной! Он работает строго по той программе, которую ты ему задаешь. И ты – главный программист и системный администратор.

Только ты определяешь, какую программу вложить в свое сознание. Перед сном крайне вредно смотреть новости или ссориться с женой. Не нужно думать о том, что случилось за день. Просто расслабься. В этом тебе поможет чашечка травяного чая и хорошая спокойная музыка.

– Логично. Нужно приучить себя к качественному сну.

– В этом тебе поможет правило Двадцати Одного Дня. Ты же помнишь: то, что ты делаешь двадцать один день подряд, входит в привычку. Так что, начиная с завтрашнего дня, вставай пораньше и не обращай внимания на протесты тела, привыкшего валяться в постели подольше. Через три недели ты сам будешь просыпаться за несколько минут до сигнала будильника с прекрасным настроением.

– Отлично. Допустим, я приучил себя просыпаться в половине шестого утра. И чем мне заняться в это время?

– Любым делом. Только помни главное: день обязательно должен начинаться с хорошего. Гони от себя все дурные мысли, думай о чем-нибудь радостном и вдохновляющем. Особенно важны первые десять минут после пробуждения. Именно они определяют то, как пройдет весь день.

– Правда?

– Правда. Как только откроешь глаза, сразу вознеси благодарственную молитву. Вселенная дает тебе так много – поблагодари ее за это. Составь список того, что за что ты можешь сказать ей «спасибо». Включи классическую музыку, полюбуйся первыми рассветными лучами. Если есть время

– прогуляйсяна свежем воздухе. И обязательно найди повод посмеяться. Сиванские мудрецы считают, что утренний смех «впрыскивает» в кровь «дозу счастья».

– Смеющиеся монахи?! Это слишком даже для Гималаев!

– Отчего же? Как ты думаешь, сколько раз в день смеется четырехлетний ребенок?

– Думаю, никто не считал.

– Я считал. Ровно триста раз. А сколько раз смеется взрослый?

– Раз пятьдесят? – прикинул я.

– В лучшем случае – пятнадцать, – довольно объявил Джулиан. – А ведь смех – это лучшее целебное средство для духа. Даже если твое настроение на нуле, встань перед зеркалом и насильно заставь себя улыбаться. Вот увидишь: твои ощущения изменятся самым удивительным образом. Уильям Джеймс написал: «Не счастье рождает смех, но смех рождает счастье». Так что с самого утра настрой свой день на радостную волну. Жизнь – это игра, и игра веселая. Благодари ее за то, что она посылает, и каждый твой день будет полон чудесных даров.

– И как же ты сам начинаешь свой день?

– Я создал свою собственную систему ритуалов и нахожу ее очень изысканной. Там есть и «Сердце Розы», и свежевыжатый сок… Могу поделиться с тобой одним своим приемом.

– Буду рад.

– Сразу после пробуждения отправляйся в свой Храм Одиночества. Прими удобную позу и подумай о том, как бы ты провел этот день, если бы знал наверняка, что вечером умрешь. Только отнесись к этому совершенно серьезно. Составь список дел, которые обязательно нужно сделать. Вспомни всех людей, с которыми ты хотел бы попрощаться. Подумай, какую радость может принести тебе этот последний день жизни. Представь, как ты делаешь последние дела, вкладывая в них всю энергию души. И еще: задай себе вопрос: как бы ты знакомился с новыми людьми, зная, что завтра тебя уже не будет? В этой практике скрыт огромный потенциал. Когда человек каждый день живет так, словно завтра умрет, его жизнь наполняется смыслом и радостью. Кстати, эта практика тесно связана с седьмым ритуалом. Это «Музыкальный Ритуал».

– Одно название уже приводит меня в восторг!

– Да, он тебе понравится. Мудрецы обожали музыку. Она вдохновляла их так же, как и само Солнце. Слыша музыку, они смеялись от счастья, пели и танцевали. В музыке скрыта великая сила. Каждый день слушай музыку, хотя бы в машине, когда едешь на работу. Классическая музыка обладает свойством восстанавливать силы после утомительного дня. Это лучшее средство для обретения душевного покоя.

– Душевного покоя! – с благоговением произнес я. – Твои слова, Джулиан, подобны музыке. Когда я тебя слушаю, моя душа трепещет от восторга. Знаешь, ты действительно стал

другим человеком. Куда подевался твой извечный цинизм? Раньше ты никому не верил и во всем видел только плохое. Теперь же ты примирился сам с собой. Я потрясен.

– Значит, продолжаем обучение? – Голос Джулиана звенел от воодушевления.

– Конечно!

– Ритуал восьмой – это Ритуал Силы Слова. Трижды в день: утром, днем и вечером сиванские мудрецы повторяли мантры. Они считали, что повторение мантр – кратчайший путь к овладению искусством концентрации.

– Мантра? А что это? – удивился я.

– Это священная фраза, составленная таким образом, что, когда произносишь ее вслух, сознание начинает меняться. В переводе с санскрита «ман» – это разум, а «тра» – свобода. Значит, мантра помогает освободить разум от негативных мыслей и беспокойства. Я на собственном опыте убедился, что мантры действительно очищают сознание.

– И ты тоже повторяешь мантры?

– Естественно! Они сопровождают меня повсюду. Я могу ехать в автобусе, сидеть в библиотеке или просто прогуливаться по аллее парка – и одновременно повторяю мантры.

– А обязательно ли произносить мантру во всеуслышание?

– Вовсе нет. Даже если ты просто запишешь мантру на клочке бумаги – она уже будет оказывать на тебя положительное воздействие. Но сильнее всего мантра действует, ко-

гда ты произносишь ее вслух. Например, если мне не хватает энергии, я твержу: «Я полон бодрости, сил и вдохновения». И так – двести-триста раз. Чтобы сохранять веру в себя, я повторяю мантру: «Я – самый сильный, рассудительный и талантливый». Мантры помогают мне поддерживать молодость и здоровье.

– Мантра может даровать молодость? – изумился я.

– Ты недооцениваешь силу слова. Когда мы их записываем или произносим, мы включаем у себя внутри мощнейший механизм самовосстановления.

– Это как говорить с самим собой?

– Да, именно так. Ты уже знаешь: как ты мыслишь – так и живешь. Но если ты еще и говоришь это самому себе, то слова воплощаются в реальность почти мгновенно. Если ты говоришь, что слишком стар и дряхл для исполнения мечты, то скоро ты действительно станешь старым и дряхлым. Но если ты внушаешь себе, что ты молод, здоров, полон жизненных сил и у тебя все впереди, – значит, жди вторую молодость. Слова, которые ты говоришь самому себе, создают в сознании образ твоего «Я», и жизнь твоя меняется. Например, если ты думаешь о себе как о неуверенном и слабом человеке, ты никогда не выйдешь за рамки этого образа. Напротив, если ты считаешь себя бойцом, который не пасует ни перед какими трудностями, ты будешь всегда поступать как боец. Твой образ самого себя программирует твою судьбу.

– Объясни.

– Например, если ты убежден, что никогда не женишься, то так и останешься холостяком. Просто потому, что выстроил в своем сознании образ холостяка, который не позволит тебе знакомиться с девушками и искать спутницу жизни.

– Какая интересная закономерность!

– Понимаешь, образ самого себя – это некое божество, которое запрещает тебе совершать поступки, не соответствующие его заповедям. Но ты можешь изменить это «божество», и мантры помогут тебе в этом.

– А если изменится мой образ себя, то изменится и внешний мир, – понимающе произнес я.

Джулиан поднял вверх большой палец:

– Схватываешь на лету! Значит, ты готов и к девятому ритуалу. Это «Ритуал Положительных Качеств». Собственно, он тоже имеет отношение к образу самого себя. Этот ритуал заключается в том, что ты ежедневно должен совершать поступки, благодаря которым будут развиваться положительные качества твоего характера. Ведь характер формируется поступками, а поступки – не что иное, как результат привычки. «Посеешь привычку – пожнешь характер, посеешь характер – пожнешь судьбу». Йог Раман часто повторял эту древнюю мудрость.

– А как же мне посеять характер? – растерянно спросил я.

– Сиванские мудрецы считали, что счастливая жизнь – это осмысленная жизнь. Каждый свой поступок они оценивали в соответствии с древними принципами гармоничной жизни.

– А что это за принципы?

– Быть настойчивым в достижении цели, сострадать всем живым существам, быть смиренным и терпеливым, сохранять самообладание и никогда не обманывать ни себя, ни других. Если твои поступки соответствуют этим принципам, то твой дух, тело и душа пребывают в гармонии и ты начинаешь духовно расти. Жить согласно этим принципам – значит жить по законам Вселенной. Человек, который так живет, обретает прочную связь с Вселенским Разумом, Высшей Силой, Богом – как хочешь, так и назови. Именно тогда из обычного человека ты начнешь превращаться в просветленного мудреца. Ты поймешь, что твоя жизнь – это священнодействие.

– И ты прошел этот путь? – с замиранием сердца спросил я.

– Я его прошел, и ты пройдешь тоже. Главное – поступай так, как велит тебе твоя душа. Найди свою Дхарму и исполняй ее. Очищай сад своего сознания – и получишь от жизни удивительные дары. И еще: ты никогда не останешься один.

– Что это значит, Джулиан?

– Об этом поговорим потом. Сейчас запомни главное: путь к совершенству – это путь маленьких шагов, и совершать их ты должен каждый день. Чаще вспоминай слова Эмерсона: «Душа ценнее разума. Великодушный уже разумен». Когда ты поступаешь в соответствии с законами Вселенной, ты воспитываешь свой характер. Если же поступа-

ешь иначе – счастье отвернется от тебя.

– Кажется, я понял. А каков же последний ритуал?

– О, десятый ритуал – это венец всей системы. Он называется «Ритуалом Необходимого». Чтобы выполнить этот ритуал, ты должен научиться довольствоваться малым. Наставляя меня в нем, Раман говорил: «Не разменивайся на мелочи, не имеющие никакого значения. Сосредоточься на главной цели и довольствуйся самым необходимым. Тогда ты обретешь подлинную свободу и счастье». Со временем я понял, – доверительно сказал Джулиан, – что в его словах заключалась истина. Когда я начал отсеивать ненужное и сконцентрировался на главном, моя жизнь стала на удивление свободной и гармоничной. Я забыл, что такое суматоха повседневной жизни. Я словно вышел из зоны торнадо. Моя жизнь перестала походить на гонку на выживание, и я смог позволить себе вдыхать чудесный аромат роз из притчи о саде сознания.

– Но как же ты научился довольствоваться необходимым?

– Я отказался от дорогих костюмов, прекратил читать прессу, избавился от потребности «быть в каждой бочке затычкой», стал вегетарианцем, да и вообще стал меньше есть. Проще говоря, я стал довольствоваться лишь тем, что мне необходимо для жизни. Видишь ли, Джон, если ты не научишься получать удовлетворение от малого, то ты никогда ничем не будешь удовлетворен. Твоя жизнь будет похожа на игру в рулетку, когда игроки вновь и вновь ставят на крас-

ное, надеясь, что уж в этот раз точно сорвут приличный куш. Нет большего несчастья, чем постоянно желать того, чего у тебя нет.

– Я совсем запутался: прежде ты говорил, что счастье заключается в достижении цели. Теперь ты утверждаешь, что не надо желать того, чего у тебя нет, получая удовольствие от того малого, что есть сейчас. Я вижу в этом некоторое противоречие.

– Ты делаешь потрясающие успехи, Джон! Да, с первого взгляда это действительно противоречие, но если ты вдумаешься, то поймешь, что это не так. Человек не будет счастлив, если не стремится воплотить мечту в жизнь. Лишь вечное движение вперед делает его счастливым. Но счастье – это не горшочек с золотом. Например, когда у меня уже был миллионный доход, я думал, что показатель настоящего успеха – это доход размером не менее трехсот миллионов. Такие мысли и привели меня к провалу.

– Триста миллионов? – изумился я.

– Да. Триста. Сумма неважна, главное то, что, сколько бы я ни имел, мне все равно хотелось большего. Я не был счастлив. Я был просто жаден, как Мидас. Ты же слышал легенду об этом царе?

– Тот самый царь Мидас, который так любил золото, что умолил богов одарить его способностью превращать в золото все, к чему он прикоснется?

– И боги услышали его, но этот магический дар недолго

радовал Мидаса, – подхватил Джулиан. – Он не мог ни есть, ни пить, ибо пища и вода, едва он прикасался к ним, моментально превращались в золото. Вот и я так же был захвачен жаждой обогащения. Я тоже, как Мидас, не мог ни есть, ни пить. А знаешь, в моей жизни был период, когда я жил только на хлебе и воде…

Он глубоко вздохнул.

– Будет тебе шутить! Ты же не вылезал из дорогих ресторанов! – воскликнул я.

– Да – поначалу. Я никогда никому не говорил, но моя невоздержанность в еде привела к тому, что у меня открылась язва желудка. Даже хот-дог был для меня непозволительной роскошью. Представь, что с моими миллионами я питался только хлебом и водой. Это была настоящая трагедия… Однако полно вспоминать прошлое, – улыбнулся он. – Как бы то ни было, я получил от жизни замечательный урок. Я же говорил тебе, что боль – великий учитель. Чтобы понять, как чудесно жить без боли, нужно пройти через нее. Если бы я не заболел, то не стал бы тем, кем стал сегодня.

– Джулиан, научи меня соблюдать «Ритуал Необходимого» при моем образе жизни, – попросил я.

– Начни с малого – оно приведет тебя к большим изменениям.

– С чего конкретно?

– Ну, к примеру, не отвечай на каждый телефонный звонок. Сразу выбрасывай весь рекламный мусор, приходящий

тебе по почте. Откажись от ресторанной еды. И перестань тратить время на гольф. Лучше проведи его со своей семьей. Оставь дурную привычку все время поглядывать на часы и приучи себя хотя бы пару раз в неделю любоваться восходом солнца. Если хватит сил – избавься от сотового телефона и пейджера. Пока достаточно?

Мое сердце ушло в пятки, как у младенца, которому вот-вот перережут пуповину.

– Более чем! Все понятно, кроме одного: как я могу избавиться от мобильника? Это же моя работа!

– Джон, я всего лишь выполняю свою Дхарму, а она велит открыть тебе знания Сиваны. Пойми: ты не обязан делать ничего такого, что поставит тебя в затруднительное положение. Возьми лишь то, что подходит лично тебе.

– Выбрать золотую середину?

– Именно.

– Джулиан, твои слова заставляют мое сердце биться от восторга. Но все же мне не очень верится, что всего за месяц я смогу стать новым человеком.

– Ты станешь им даже раньше, – загадочно произнес Джулиан.

– Так скажи мне когда, о великий мудрец!

– «Великим» был тот, прежний мистер Мэнтл. – Он расплылся в улыбке. – Сейчас я просто Джулиан. Видишь ли, друг мой, все самые значительные перемены происходят внезапно – потому я и говорю, что это случится гораздо рань-

ше.

– Внезапно?

– Ну да. Судьба решается за секунды – когда человек осознает, что способен летать. Именно эти секунды делают тебя другим человеком. Уверенным в себе и преданным своей мечте. Однако не думай, что тридцать дней – это окончательный срок. Ты должен будешь следовать сиванским принципам гармонии всю оставшуюся жизнь. Если ты остановишься, то неизбежно откатишься назад.

Мы немного помолчали. Я обдумывал Десять Ритуалов Просветленной Жизни. Джулиан прервал затянувшуюся паузу:

– Сегодняшнюю ночь ты провел без сна. Но я знаю, что ты готов идти дальше. Нам нужно еще глубже погрузиться в океан древних знаний.

– Разве мы еще не достигли дна?

– То, что ты уже знаешь, коренным образом изменит твою – и не только твою – жизнь. Но древняя мудрость Сиваны гораздо глубже, чем кажется на первый взгляд. Я обучил тебя нескольким практическим методам, но все они зиждутся на глобальных духовных законах. Пока, быть может, тебе это непонятно – однако не тревожься об этом. Ты поймешь это позже, а сейчас просто держи свою чашу пустой.

– Знание дается тому, кто к нему готов?

– Ты всегда был хорошим учеником, – мягко сказал Джулиан.

– Я готов сидеть до самого утра, учитель, – сказал я.

– Итак. Знай, что ты – вместилище Вселенной со всеми ее звездами, планетами и прочими чудесами. Сила, сотворившая Вселенную, сотворила и тебя самого. Все сущее появилось из одного источника, ты и мир – единое целое.

– Что ты имеешь в виду?

– Джон, у всего, что есть во Вселенной, есть душа. Души живых существ сливаются в одну и это – Душа всего Сущего. Когда ты развиваешь собственную душу, воспитываешь характер и очищаешь сознание, ты тем самым вносишь гармонию в Душу Сущего. Когда ты меняешься к лучшему, то и люди вокруг тебя начинают улучшаться. С другой стороны, идти по пути света тебе помогает сама Вселенная, потому что ты своими усилиями питаешь ее Душу. Мироздание готово дать тебе все, что потребуется, потому что ты действуешь во благо всех живых существ.

– То есть, когда я помогаю себе, – я помогаю Вселенной?

– Правильно. И чем больше ты будешь заботиться о саде своего сознания, закалять тело и воспитывать дух, тем лучше ты будешь осознавать эту великую истину.

– Уже сейчас я это прекрасно осознаю, Джулиан. Однако саморазвитие – задачка не из легких. Не забывай, кто я: немолодой стокилограммовый увалень, несущий груз семейных и профессиональных забот. У меня просто может ничего не получиться.

– Ничего не получается у того, кто поддался страху – а мы

с тобой уже говорили о том, что такое страх. Только страх мешает человеку достичь желанной цели. Однако страх может стать твоим другом. Ведь страх испытывает тебя и дает тебе возможность открывать в себе новые силы. Страх, как и боль, – прекрасный учитель. Сиванские мудрецы часто повторяли, что на одну стрелу, попавшую в глаз быка, приходится сотня стрел, пролетевших мимо. Природа создана так, что исполнить мечту можно лишь преодолев все свои страхи. Еще раз повторю: страх – это твой друг.

– Разве страх может быть другом?

– Смелость города берет. Главное – окончательно и бесповоротно решись изменить свою жизнь. И тогда сама Вселенная будет помогать тебе. Раман был уверен в том, что у каждого человека есть свой путь, в конце которого его ожидает ларец с сокровищами. Но пройти этот путь человек может только по доброй воле. Кстати, мне вспомнилась еще одна притча из тех, что рассказывал Раман. В стародавние времена в Индии в огромном замке на берегу океана жил злой-презлой великан. К счастью для окрестных жителей, великан часто отсутствовал, так как любил повоевать. И в это время дети из ближайших деревень могли играть в его чудесном саду, полном цветущих деревьев. Но однажды великан вернулся из похода и, увидев в своем саду играющих детей, страшно разгневался. От звука его громового голоса малышня разбежалась. Великан решил, что никогда больше ни один ребенок не войдет в этот сад, и обнес его высоченной камен-

ной стеной. Пришла зима – и она была лютой, как никогда. В своем огромном одиноком замке великан замерзал от холода и тоски. С надеждой он ждал тех весенних деньков, когда сад начинает покрываться зеленой дымкой. Но зима словно решила навсегда поселиться в этом неуютном месте. В то время когда жители ближайших деревень уже наслаждались теплом, в саду великана царили холод и мрак. Но однажды в его окно заглянул веселый солнечный луч. Великан распахнул окно – и в его одинокую комнату ворвалось свежее дыхание весны. Он выбежал в сад в надежде увидеть, как лопаются набухшие почки… но увидел, что сад не просто покрылся зеленью – он цветет самыми яркими, роскошными и невиданными цветами. И этот сад был полон детей: ведь этот маленький народец всегда найдет лазейку в любом заборе… Детям как-то удалось перелезть через ограду, и лишь один мальчик стоял за воротами сада и плакал. Он был слишком мал, чтобы преодолеть высокую стену. В этот момент душа великана оттаяла. Он решил помочь ребенку и шагнул к стене. Дети, увидев его, бросились врассыпную. Все – кроме того малыша. Он без страха смотрел на приближающегося великана и спокойно дал ему взять себя на руки и перенести через стену. Великан заверил малыша, что отныне все дети могут спокойно играть в его саду. В благодарность за это малыш снял с шеи золотую цепочку и подарил его великану. «Пусть этот талисман будет знаком нашей дружбы», – сказал ребенок.

С этого дня дети не покидали сад великана, который очень полюбил их и часто играл вместе с ними. Лишь одно огорчало его: тот малыш, который подарил ему золотую цепочку, больше не приходил играть, и великан не знал почему. Годы шли, дети взрослели, и в сад великана уже приходили дети их детей. Сам великан сильно постарел и будто стал ниже ростом… Он все чаще проводил дни в замке, вспоминая того чудесного ребенка. Настала зима – и она была такой же лютой, как та первая зима, когда великан обнес свой сад высокой каменной стеной. Как-то утром, проходя мимо окна, великан взглянул сквозь заледеневшее стекло и застыл от изумления. В центре его заснеженного сада зацвел розовый куст. На нем горели ярко-алые розы, а рядом стоял тот самый малыш, который отдал ему золотой талисман. Великан бросился в сад и обнял малыша.

– Почему ты так долго не приходил? – спросил он, радуясь встрече.

– Когда-то давно ты впустил меня в свой дивный сад, – ответил ребенок, улыбаясь. – А теперь я вернулся и хочу, чтобы ты был гостем в моем саду.

Днем пришли дети: ведь и зимой сад был прекрасным местом для детских забав. Они нашли великана мертвым. Он лежал в центре сада рядом с цветущим розовым кустом. На его безжизненном лице навечно застыла улыбка.

Джулиан помолчал. Глубоко вздохнув, он продолжил:

– Увидев приближающегося великана, тот малыш не ис-

пугался его, а позволил перенести себя через ограду. Поступай так и ты, друг мой. Не бойся неудач: они – верный признак того, что цель рядом. Следуй своей Дхарме, и Вселенная подарит тебе все свои сокровища. Ты обретешь свой собственный сад, полный диковинных цветов.

Голос Джулиана дрогнул. Я взглянул на него и с удивлением увидел, что в глазах его блестят слезы. Кто бы мог подумать, что этот лев юриспруденции, всю жизнь защищавший самых богатых людей мира, способен плакать!

Суть проповеди Джулиана в двух словах Зерно совершенства

*Философия кайдзен: практика постоянного самосовершенствования.*

- *Внешнее благополучие – результат огромной внутренней работы.*
- *Преодолевая себя, ты открываешь в себе скрытый источник сил.*
- *Делай то, что всегда боялся делать.*
- *Десять Ритуалов Просветленной Жизни.*
- *Окончательно и бесповоротно решись изменить свою жизнь. И тогда сама Вселенная будет помогать тебе. У каждого человека есть свой путь, в конце которого его ожидает ларец с сокровищами.*

# Глава десятая
# Сила самоконтроля

*Я уверен, что сегодня мы – хозяева собственной судьбы, что стоящие перед нами задачи нам по плечу, что у нас есть силы претерпеть все грядущие испытания. Пока у нас есть вера в наше дело и несокрушимая воля к победе, судьба будет на нашей стороне.*
***Уинстон Черчилль***

Джулиан открывал мне мудрость загадочной притчи о саде сознания, где маяк служил символом определенной цели, а японский борец сумо олицетворял философию кайдзен. Однако мне еще предстояло узнать много интересного.

– Вернемся к борцу сумо, – предложил Джулиан. – Помнишь, как он был одет?

– Вообще никак, если не считать розовой ткани, которой были обернуты его бедра.

– Да-да, – довольно закивал Джулиан. – Итак, что же значит этот непонятный розовый пояс? Он символизирует самоконтроль – качество, без которого можно забыть о счастливой и гармоничной жизни. Я нигде не видел столь удовлетворенных жизнью людей, как в Сиване. Но в то же время это были самые дисциплинированные люди из всех, кого я встречал в жизни. Именно от них я воспринял ту истину, что

самоконтроль подобен маваси, широкому и прочному. Знаешь, Джон, из чего он сделан?

– Я специалист в другой области, – смущенно ответил я.

– На самом деле ты это знаешь. Любая ткань состоит из множества тончайших волокон, которые сплетаются в нити. Любую из таких ниточек порвет даже ребенок. Но если объединить их, получится большой лоскут плотного материала. Он способен выдержать большую нагрузку. Самоконтроль можно уподобить такому лоскуту – широкому и прочному, как пояс борца сумо. Самоконтроль – не цельный кусок железной воли, данной человеку от рождения. Это сплетение множества «нитей» – простых ежедневных поступков, направленных на воспитание воли. Главное – каждый день совершать шаги, которые будут тренировать твой характер. В результате ты обретешь силу огромной мощи. Этот закон как нельзя лучше выражен в старой африканской поговорке: «Если из нитей паутины сплести канат, им можно связать льва». Запомни: истинное могущество достигается постоянным упражнением. Закаляя свою волю ежедневными упражнениями, ты станешь силен настолько, что самые сложные проблемы и задачи ты будешь решать мимоходом. Для тебя перестанут существовать цейтноты и кризисы. Самоконтроль – твой верный указатель на жизненном пути. Тебе не придется больше бояться крутых поворотов. Кстати, известно ли тебе что отсутствие самоконтроля – это патология психики? Люди, которые не умеют контролировать свои мысли,

эмоции и порывы, больны, и им требуется лечение.

При этих словах мое лицо вытянулось от удивления.

– Да-да, не удивляйся, – сказал Джулиан. – И если ты не можешь контролировать себя, значит, ты болен. Тебе нужно срочно лечиться. Сила воли и самодисциплина – залог полноценной жизни, полной радости и смысла. Безвольный человек никогда не осуществит свою мечту, потому что только сила воли заставит тебя вставать в пять утра, чтобы выйти на улицу и насладиться рассветом. Это очень сложно: ведь теплая постель обладает настоящей магией, особенно зимой, когда на улице темно и холодно. Сила воли удержит тебя от ссоры, когда невежи оскорбляют тебя или делают то, что противно твоей душе. Сила воли поможет тебе преодолеть все препятствия, какими бы сложными и опасными они ни казались. И именно сила воли даст тебе энергию для того, чтобы выполнять все обещанное вне зависимости от того, кому ты их давал: людям или же самому себе.

– Неужели сила воли играет в моей жизни такую важную роль?

– Огромную роль, дружище. Это самое главное качество любого сильного человека.

Джулиан извлек из складок своих струящихся шелков изысканный серебряный медальон, подобный тем, что я видел на выставке египетских древностей.

– Не слишком ли дорогая штучка для монаха? – поддел я его.

– Мне подарили это старейшины сиванской общины, когда прощались со мной. Они устроили для меня настоящий праздник. Мудрецы провожали меня как любимого сына – и ночь прощания была для нас всех одновременно и грустной, и радостной. Я не хотел уходить из рая Сиваны. Ведь это был оазис просветления, там я обрел самого себя. Члены общины стали для меня близкими братьями и сестрами. Признаюсь честно: там навсегда осталась лучшая часть меня.

Джулиан говорил это тихим голосом, почти шепотом.

– Что начертано на медальоне? Какие-то письмена?

– Да. Сейчас я переведу их – и прошу тебя запечатлеть их на медальоне своего сердца. Они поддерживают меня во всех испытаниях, и я надеюсь, что и ты сможешь черпать силу из этого древнего изречения.

«Самоконтроль – это железо, из которого куется сталь характера. На крыльях воли ты воспаришь под небеса, где наполнишься благодатью счастливой жизни. Тот, кто утратил волю, подобен каравану, оставшемуся в пустыне без проводника, подобен кораблю без капитана: его ждет неизбежная гибель», – отчеканил Джулиан.

– Я частенько жалею, что мне не хватает силы воли, – сокрушенно произнес я. – Но я никогда не думал, что дисциплина так важна в моей жизни. Но ведь ты утверждаешь, что волю можно «накачать» – так же, как мой сын качает мускулы в спортзале?

– Прекрасно сказано, Джон. Да, силу воли можно «нака-

чать», как бицепсы. Причем совершенно неважно в каком она состоянии, ты можешь очень быстро взять ее в «ежовые рукавицы». Жизнь Махатмы Ганди доказывает это. Люди считают, что он уже родился святым и с самого детства был способен обходиться без пищи и преодолевать боль. Но ты почитай его биографию, и узнаешь, что и Ганди когда-то страдал отсутствием воли.

– Хочешь сказать, он, так же, как и я, млел от одного запаха сладких булочек?

– Нет, он был невоздержан в другом. В молодости он, так же, как и мы, был юристом и работал в Южной Африке. Он часто разражался взрывами немотивированного гнева, отчего страдал и он сам, и окружающие его люди. Лишь спустя много лет он занялся самовоспитанием, стал практиковать медитацию и длительные посты.

– Значит, и я, так же как Махатма Ганди, могу воспитать в себе силу воли?

– Не так же, а по-своему. Раман учил меня, что каждый человек – индивидуален. Просветленный человек не стремится быть похожим на кого-то, а ищет собственный путь. Он радуется не тогда, когда ему удается превзойти кого-то другого, а тогда, когда он поднимается над собственными страстями и слабостями. Единственное благородное соперничество – это соперничество с самим собой, – убежденно сказал Джулиан. – Будешь контролировать себя – получишь силу для исполнения всех своих желаний. Например, ты сможешь

бегать как марафонец или сплавляться на байдарке по бурным рекам. А может быть, в один прекрасный день ты бросишь работу и станешь художником. Я не знаю, в чем состоит твоя Дхарма, но ты найдешь ее, когда воспитаешь силу воли.

Задумавшись, он опустил взгляд, а затем добавил:

– Лишь самоконтроль может даровать человеку истинную свободу.

– Разве люди уже не свободны?

– Да, большинство людей считают себя свободными. Они действительно могут поехать, куда захотят, и делать все что угодно. Однако это не свобода, а плен. Плен сиюминутных желаний и страстей. Эти люди не свободны: они действуют так, как велят им их инстинкты. Их можно уподобить морским волнам, которые бегут туда, куда направляет их сила океана. К примеру, ты ужинаешь с семьей, вдруг звонит начальник и требует тебя немедленно к себе. Большинство людей в подобной ситуации бросят тихий семейный ужин и понесутся в ночь неведомо зачем. Лишь единицы дадут себе труд сохранить в этой ситуации здравомыслие и подумать на тем, что для них важнее: семья или работа. Люди свободны в своих поступках, но несвободны в выборе. За кучей мелочей они не умеют увидеть главное.

Я понимал, о чем говорит Джулиан. Моя жизнь была сытой и благополучной. У меня прекрасный дом, любящая семья, адвокатская практика приносит мне неплохой доход. И все же я не считал себя свободным человеком. Я помню, как

испугался, когда Джулиан предложил мне выбросить сотовый телефон. Мне словно предложили отрезать правую руку. Я все время решал дела на бегу. Я уже не помню, когда мы с Дженни просто сидели и разговаривали по душам. Выделить час в день для самого себя казалось мне столь же нереальным, как выиграть Бостонский забег. Эти мысли привели меня к грустному открытию: я никогда не дышал воздухом свободы. Джулиан прав: я, так же как и большинство людей, всего лишь раб своих инстинктов. Я всю жизнь делал то, что мне велели делать.

– Но как самоконтроль сможет сделать меня свободным?

– Свобода – это дворец, который зиждется на фундаменте воли. Только обладая сильной волей, человек станет поступать так, как считает нужным. Ты будешь творцом собственной жизни и перестанешь подчиняться обстоятельствам. К тому же сила воли избавит тебя от беспокойства и укрепит здоровье. Ведь что такое самоконтроль? Это просто контроль над мыслями – то, с чего мы начинали наш разговор. Сила воли – царь в голове. Научишься управлять собственным сознанием – и будешь управлять самой судьбой. Учись отслеживать каждую мысль, которая посещает твою голову. Когда ты научишься отфильтровывать негативные мысли и сосредоточишься только на светлых идеях, ты начнешь действовать на благо себе и другим. Благополучие наступит само собой. К примеру, ты решил, что будешь бегать по утрам – но для этого тебе нужно вставать не позже шести часов.

Как ты справишься с этим зимой, когда светает поздно, а покидать теплую постель ужасно не хочется? Инстинкт велит тебе выключить будильник и поспать еще часик-другой. На ум приходит соблазнительная мысль, что сегодня ты позволишь себе расслабиться, но уж завтра непременно начнешь новую жизнь. Но и завтра, и послезавтра все повторяется, и в конце концов ты понимаешь, что уже слишком стар для утренних пробежек.

– Ты словно подглядывал за мной, – смущенно заметил я. – Ведь это уже со мной случалось.

– А теперь представь другую картину. Звенит будильник (а мы помним, что на дворе – зима). Но ты изгоняешь из сада своего сознания все соблазны – ты попросту вытесняешь их другими, положительными мыслями. Ты выстраиваешь в сознании желаемый образ себя. Ты видишь себя стройным, сильным, подтянутым. Все твои коллеги в восторге от твоей физической формы. Ты полон энергии и без труда решаешь даже самые сложные задачи. Тебе не придется ночами пялиться в телевизор оттого, что тебя мучает бессонница – неизбежная спутница переутомления. Ты прекрасно высыпаешься, и для сна тебе достаточно пяти-шести часов.

– А что делать, если все эти прекрасные мысли не помогут и мне все равно захочется остаться в постели?

– Первую неделю именно так и будет. Но ты должен преодолевать себя. Раман был убежден, что положительный образ себя всегда побеждает, если ты будешь вновь и вновь

вызывать его в своем сознании. Жизнь – это борьба, и ты должен бороться со своими дурными привычками. Очищай сад своего сознания, и в конце концов у мыслей-сорняков не останется шансов.

– Да-да, ты говорил, что мысли – это живые сущности.

– Вот именно. И только ты управляешь этими сущностями. На самом деле думать о хорошем так же легко, как и о плохом.

– Но почему же тогда огромное количество людей страдает от беспокойства и стрессов?

– У них один диагноз: отсутствие самоконтроля. Большинство людей, с которыми мне приходилось общаться, понятия не имеют о том, что могут контролировать каждую из своих мыслей. Они думают, что мысли текут сами по себе – но при этом не понимают, что мысли управляют всеми их поступками. Так что сосредоточься на позитивных мыслях: они – лучшие охранники твоего сада.

– Значит, если я хочу воспитать силу воли для того, чтобы вставать в шесть утра, соблюдать диету, читать книги, сохранять спокойствие и давать больше любви семье, мне нужно всего лишь научиться контролировать мысли?

– Именно так. Ведь когда ты контролируешь мысли, ты овладеваешь своим сознанием. А овладев сознанием, ты управляешь судьбой. Тот, кто хозяин своим мыслям – тот и хозяин своей судьбы.

Это были именно те слова, в которых я больше всего нуж-

дался. За эту ночь я преодолел долгий путь от циничного дельца, с сомнением выслушивающего то, что рассказывает удивительный странник, до пылкого неофита, чье сердце наконец-то открылось истине. Я жалел лишь о том, что Дженни спит и не знает обо всем этом. Я был бы даже рад разбудить детей, чтобы они послушали Джулиана.

Я был убежден в том, что огонь древней мудрости зажег бы и в них искру интереса. Ведь я мечтал стать идеальным отцом и мужем, но работа поглощала все мое время. Безусловно, это было результатом того, что я не умел контролировать мысли. А ведь жизнь так коротка! Только вчера я был вдохновленным студентом, мечтающим достичь высот мастерства, чтобы трудиться на благо нации. Я видел себя то выдающимся политическим деятелем, то членом Верховного Суда. Но появились практика и стабильный доход, и я забыл о мечтах своей юности. Еще тогда, когда Джулиан был заносчивой звездой адвокатуры, он говорил: «Если ты останавливаешься, значит, ты умираешь». Но к счастью, сейчас я понимал, что мечта не покинула меня. Нет, я не мечтал о более шикарном доме или более дорогой машине. Я мечтал обрести смысл и найти свою Дхарму.

Я так глубоко погрузился в эти размышления, что почти не слышал слов Джулиана. Я представлял, каким буду в пятьдесят, шестьдесят лет. Интересно, останусь ли я адвокатом? Придется ли мне до самой старости разбирать чужие дела и решать чужие проблемы? От одной мысли об этом мне стало

не по себе. Ведь я хотел творить, а вместо этого копаюсь в рутине. Эта жаркая июльская ночь, когда мы с Джулианом сидели на полу моей гостиной и пили чай, изменила меня полностью. У японцев есть понятие «Сатори» – пробуждение. Этой ночью я пробудился от долгого сна. Я принял решение найти свою Дхарму и исполнить ее. Эта мысль овладела мной, и в ту же секунду я почувствовал вкус истинной свободы, когда с души спадают путы и она расправляет крылья.

– Есть простой рецепт для развития силы воли, – откуда-то издалека донесся голос Джулиана. – Когда едешь на работу, произноси про себя несколько священных слов.

– Мантру? – спросил я, очнувшись от мечтаний.

– Да, мантру. Самую древнюю из всех, что я знаю. Ей более пяти тысяч лет, и она известна только монахам Сиваны. Раман обещал мне, что тот, кто повторяет ее, обязательно достигнет совершенного самоконтроля. Ты же помнишь, что слова обладают огромной силой воздействия на сознание? Если ты наполняешь свое сознание созидательными словами, ты выстраиваешь свою жизнь в соответствии со своими желаниями и мечтами.

– Я готов запоминать.

– Вот эта мантра: «Я – высшее существо, внутри меня скрыта Вселенная». Повторяй эти слова не менее тридцати раз в день, и ты увидишь, к каким потрясающим изменениям они приведут. Чтобы эффект наступил быстрее, проводи

такую практику. Запрись в своем Храме Одиночества, прими удобную позу и закрой глаза. Вполголоса произнеси эту мантру. Ты должен ощущать себя волевым, сильным человеком, которому подчиняются ум, душа и тело. Представь себе, что ты так же велик и силен духом, как Махатма Ганди и мать Тереза.

– И это все? – Я не мог поверить в то, что так просто можно стать обладателем сильной воли.

– Этой восточной практике несколько тысяч лет. Сегодня она так же действенна, как и тогда, когда ее только что открыли. Что говорить? О дереве судят по плодам. Есть и другие практики, помогающие укрепить силу воли и обрести самоконтроль. Правда, неподготовленному человеку они покажутся несколько странными.

– Не сомневайся, мне не покажутся! Продолжай! – умоляюще произнес я.

– Ну что ж… Начни с того, что ты не любишь, просто ненавидишь делать. Например, сам заправляй свою постель. Или отправься на работу пешком, а не на машине. Постоянно используй свою волю для преодоления чувства неприятия, преврати это в благую привычку.

– То, чем не пользуются, быстро ржавеет?

– Схватываешь на лету! Нельзя укрепить силу воли, если она бездействует. Есть еще одна практика – ее очень любил Раман. Это безмолвие. Раман мог молчать целыми днями. Он говорил что-то лишь тогда, когда к нему обращались с

вопросом.

– Обет молчания?

– Вроде того. Эта практика пришла с Тибета. Тибетские монахи были убеждены, что самоконтроль начинается с длительного молчания.

– Не понимаю, как это связано между собой.

– Видишь ли, Джон, когда ты приказываешь устам молчать, ты заставляешь свою волю подчиняться себе. Несколько раз в день ты хочешь что-то сказать, но тут же пресекаешь это желание, подобно тому, как всадник натягивает вожжи, останавливая лошадь. Воля подчиняется разуму. Она делает то, что он ей велит. Чем больше ты ее укрощаешь, тем сильнее она становится. Просто большинство людей об этом не знает.

– Интересно, почему?

– Видимо, они считают, что сила воли – это врожденное свойство характера. Они во всем винят матушку-природу за то, что она не наделила их столь ценным качеством. Так, гневливый человек оправдывает свою слабость плохими генами, утверждая, что его отец тоже был вспыльчив. Лентяи говорят, что весь день чувствуют себя разбитыми, если не проспят до полудня. Беспокойные сваливают всю вину на загруженность. Люди не умеют отвечать за свои слова, поступки и мысли. Если бы они только знали, какие невероятные магические способности таятся в каждом из них! Нужен только импульс, который заставит эти способности про-

будиться. Создавая тебя, Вселенная заложила в тебя способность стать тем, кем пожелаешь. Любой человек может превзойти себя и достичь больших высот. Главное – овладеть собственной волей, а в этом поможет разум.

– Потрясающе!

– Самое замечательное то, что все эти методы очень практичны. Представь, какие удивительные вещи ты мог бы совершать, если бы воспитал силу воли. Ты бы научился эффективно распределять время, избавился бы от тревоги и стал для своей Дженни образцовым мужем. Дай своей воле работу, и к тебе вернется радость жизни, о которой ты забыл.

– Значит, я должен каждый день тренировать свою волю?

– И не поддаваться обстоятельствам! Иди против ветра, преодолевай дурные привычки, отбивайся от соблазнительных помыслов. Представь себя космическим кораблем, который с трудом отрывается от земли, преодолевая силу гравитации. Постоянно побуждай себя – и увидишь, что случится всего через пару недель.

– А мантра мне поможет в этом?

– Безусловно. Повторяй мантру, создавай положительный образ себя – и скоро ты станешь сильным, собранным, волевым человеком, который неуклонно движется к своей мечте. Помни, что мир не изменится за день. Начинай с малого. Путь в тысячу ли начинается с первого шага! Никто не рождается ни великим, ни святым. Просто вставай каждый день пораньше, преврати это в благую привычку – и получишь

силу и вдохновение. Ты обретешь веру в себя.

– Ранний подъем поможет мне поверить в себя? – спросил я скептически.

– Даже не сомневайся! Ведь победа в войне – это результат небольших выигранных битв. Чтобы достичь величия, надо начинать с маленьких шагов. Небольшой шажок – ранний подъем – даст тебе ощущение самоконтроля. Достигнутая цель вдохновит на еще большие достижения. Если ты будешь постоянно поднимать свою планку, это войдет в привычку. И скоро самосовершенствование станет неотъемлемой частью твоей повседневной жизни. Это будет так же естественно, как дышать. Ты катался когда-нибудь на лыжах?

Этот вопрос показался мне неожиданным.

– Да, бывает мы с семьей выбираемся в горы. К сожалению, довольно редко.

– Значит, тебе знакомо ощущение, когда ты катишься с горы вниз. Сначала скорость твоя невелика, но чем дальше, тем скорость нарастает больше, и вот уже ты не катишься, а летишь как ракета.

– Потрясающее ощущение! – с удовольствием вспомнил я.

– А за счет чего ты развиваешь такую скорость?

– За счет обтекаемости тела? – сострил я.

– Не совсем. Вообще-то, я рассчитывал, что ты вспомнишь о том, с чего начал движение. Когда ты постоянно тренируешь волю, ты тоже сначала делаешь первое движение –

первый шаг. Просто надо начинать с малых скоростей. Вставай на несколько минут раньше, или выходи перед сном подышать свежим воздухом, или же просто выключай телевизор, когда закончится интересная передача. Все это небольшие шажки, однако именно с них начинается то движение, которое само понесет тебя к победе. Скоро ты начнешь совершать поступки, о которых и подумать не мог. У тебя появится такая сила, что ты будешь ощущать себя настоящим волшебником. Так что розовый пояс, скрывающий бедра борца сумо, – это яркое напоминание о важности самоконтроля.

Джулиан умолк. Гостиная озарилась лучами солнца. Начинался первый день моей новой жизни.

Суть проповеди Джулиана в двух словах Важность самоконтроля

*Розовый пояс на бедрах борца сумо как символ самоконтроля.*

• *Каждый день совершай шаги, которые будут тренировать твой характер, – и обретешь силу огромной мощи.*

• *Самоконтроль – это железо, из которого куется сталь характера.*

• *Мантры и положительный образ себя.*

• *Изгоняй из сада своего сознания все соблазны, заменяя их позитивными мыслями.*

• *Начинай с малого: победа в войне – это результат*

*небольших выигранных битв.*

# Глава одиннадцатая
# Самый ценный дар судьбы

*Эффективное использование времени – признак эффективного разума.*
***Сэр Исаак Питмен***

– Жизнь – любопытная штука, – заметил Джулиан. – А знаешь почему?

– И почему же?

– Когда человек понимает, кто он такой и что ему на самом деле нужно, он, как правило, уже слишком стар и слаб для достижения желанной цели. Французский писатель Анри Этьен подметил очень верно: «Ах, если б нам, как юным, мочь! Ах, если б им, как старым, знать…»[1]

– Полагаю, речь пойдет о том, что символизирует секундомер из притчи Рамана.

– Молодец! Итак, борец сумо находит в траве золотой секундомер, роняет его, тот с треском падает на землю, и от этого звука…

– Борец падает в обморок, – закончил я.

Теперь я уже знал, что каждый необычный образ в притче Рамана был своего рода якорем для сознания. Так было легче запомнить азы древних истин, лежащих в основе сиван-

[1] В переложении Р. Гамзатова.

ской мудрости. Я поделился этой догадкой с Джулианом.

– Ты хороший адвокат, Джон. У тебя превосходное чутье. Да, необычность этих образов тоже смущала меня поначалу, и я никак не мог понять, зачем там все так намешано: и сад, и маяк, и борец… Наверняка и ты ломал себе голову, для чего я тебе все это рассказываю? Но все образы этой притчи – яркие символы, которые никогда не изгладятся из твоей памяти. Благодаря им ты навсегда запомнишь мудрость, которую я принес с Гималаев. Символ сада напомнит о том, что нужно очищать сад своего сознания, маяк – о важности цели в жизни, борец сумо – о необходимости самосовершенствования, розовый пояс – о силе самоконтроля. Я каждый день вспоминаю эту притчу и размышляю над каждым из символов.

– Так объясни же мне скорее, что означает золотой секундомер!

– Это символ величайшего дара судьбы. Золотой секундомер – это время нашей жизни.

– Разве очищение мыслей, определение цели и самосовершенствование не являются великими дарами?

– Да, это тоже великие дары. Но они – прах, если у тебя нет времени. Спустя полгода после того, как я повстречал в горах Рамана, ко мне в хижину вошла одна из сестер. Она назвалась Дивией. Я никогда не встречал столь прекрасных женщин. Ее длинные черные волосы спускались до тончайшей талии. Это была самая молодая из сестер. Она с любо-

вью приветствовала меня и сказала, что ее прислал Раман.

– Ты прошел через серьезную боль, – произнесла она ласковым певучим голосом. – Эта боль привела тебя к нам и позволила принять нашу мудрость всем сердцем. Мне оказана честь вручить тебе подарок, который мы все приготовили тебе в знак нашего почтения и благодарности. Ты уважаешь наши традиции и стараешься постичь древнюю мудрость Сиваны. Никогда и никому мы не давали того, что даруем тебе.

– Так что же она тебе преподнесла? – Я сгорал от любопытства.

– Дивия извлекла из глубин своей полотняной сумки небольшой предмет, завернутый в ароматную бумагу. Развернув его, я увидел то, что меньше всего ожидал увидеть. Это были миниатюрные песочные часы, укрепленные на подставке из сандалового дерева. Видимо, в этот момент у меня вытянулось лицо, потому что Дивия сразу же рассказала мне о том, что такие часы были подарены каждому из великих мудрецов еще в детстве. «Мы не копим сокровищ и довольствуемся малым, но эти часы храним как зеницу ока, – рассказала она. – Ведь они напоминают нам о том, что человек смертен, а потому у него нет ни секунды, которую он мог бы потратить впустую. Мы должны использовать свое время эффективно, чтобы наша жизнь наполнилась смыслом».

– А я был уверен, что для монахов время неважно!

– Каждый из них воспринимал время как величайшую

ценность. Они обладали чудесным талантом, который я называл «чувством времени». В Сиване я осознал, что время действительно течет как песок в часах. Если человек уже с юности понимает, что время нужно тратить разумно, его жизнь будет наполнена радостью созидания. Он будет по-настоящему счастлив. Но тот, кто не понимает, что время – это сама жизнь, никогда не раскроет свои истинные таланты. Время подобно строгому и беспристрастному судье. Ему все равно, кто ты и где родился, в Техасе или в Токио. Все получают поровну. У каждого из живущих есть лишь двадцать четыре часа в сутках – и мы отличаемся друг от друга только тем, как используем эти двадцать четыре часа.

– Знаешь, я вдруг вспомнил, как мой отец говорил, что самые занятые люди одновременно и самые свободные. Я никак не мог взять в толк, что он имеет в виду.

– Твой отец был мудрым человеком. Действительно, тот, кто занят подлинным творчеством, мастерски умеет распоряжаться своим временем. Иначе ничего не выйдет. Только не думай, что эффективное использование времени сделает тебя рабом твоей профессии. Напротив: научившись планировать, ты сможешь больше времени уделять тем вещам, которые тебе нравятся. Управлять временем – значит управлять своей судьбой. Поэтому береги каждую секунду твоей жизни. Время не возвращается. Чтобы ты лучше понял меня, я приведу тебе пример. Представь себе начало рабочей недели. На понедельник у тебя назначены несколько важ-

ных встреч и слушания в суде. Как ты поступаешь обычно? Встаешь в полседьмого, глотаешь кофе на ходу и спешишь в офис, где до самого вечера сходишь с ума от телефонных звонков, неотложных дел и внезапно свалившихся проблем. Но если накануне вечером ты посвятишь пятнадцать минут тому, чтобы набросать план грядущего дня, или даже найдешь целый час для этого занятия – все будет иначе. Ты заранее определишь, сколько времени ты можешь потратить на каждого клиента, сколько тебе потребуется на переговоры, сколько минут в день ты можешь разговаривать по телефону. Ты не забудешь и о том, что должен постоянно самосовершенствоваться, и внесешь в свой план несколько ритуалов и духовных практик. Не правда ли, все очень просто? Но в этой простоте – ключ к счастливой жизни. Отдав каждому из предстоящих дел ровно столько времени, сколько оно требует, ты почувствуешь себя хозяином собственной жизни. Ты станешь спокойным, уравновешенным человеком, перестанешь суетиться и обретешь внутреннюю гармонию.

– Я надеюсь, ты не хочешь, чтобы я в самый разгар работы отправился в парк помедитировать?

– Именно это я и хотел тебе предложить. Скажи мне, Джон, что мешает тебе сделать это? Разве ты должен бегать по тому же кругу, что и все прочие? Помни: твоя жизнь – твои правила. Неужели так трудно начинать свой день на час раньше, чтобы иметь время дойти до работы пешком? Ведь дорога в твой офис проходит через чудесный парк! Можно

поработать подольше в первые дни недели, зато в пятницу уйти пораньше и сводить детей в зоопарк. Ты адвокат, и можешь позволить себе брать работу на дом пару дней в неделю. Это даст тебе возможность как следует пообщаться со своей семьей. У тебя должен быть четкий план не только на предстоящую неделю, но и на всю твою жизнь! Планируй время, исходя из того, что для тебя наиболее важно. Никогда не приноси главное в жертву второстепенному. Помни, что неэффективное планирование – прямой путь к провалу. Назначая другим встречи, не забудь назначить встречу с самим собой. Ты должен отвести время на чтение, медитацию и отдых. Тогда твое время станет намного продуктивнее. Не жалей времени для самосовершенствования. Это даст тебе возможность делать все остальные дела быстро и качественно. Вырастая внутренне, ты обретаешь цельность и перестаешь разрываться между делами. Как ты помнишь, внешнее зависит от внутреннего. То, как ты ведешь себя на работе, влияет на то, как ты ведешь себя со своей семьей.

– Джулиан, каждое твое слово – истинно. Но пойми, что мой график забит до предела. Очень редко мне удается закончить все дела до конца рабочего дня. Обычно я ухожу, когда все остальные уже давно разошлись.

Я вдруг вспомнил о том, что впереди – рабочий день, а у меня куча дел, неразобранных с вечера.

– Интересно, чем же таким важным ты занят? – едко спросил Джулиан. – Знаешь ли ты, что на 80% полезной деятель-

ности люди тратят всего 20% времени?

– Нет, не знал.

– Мне самому это открылось только в Сиване. Раман называл это «Двадцатипроцентной истиной».

– Звучит устрашающе.

– Ок. Давай снова представим начало твоей недели. Какие дела у тебя назначены на понедельник? Телефонные переговоры? Прием клиентов? Изучение материалов следствия? А также колыбельная на ночь сыну и шахматная партия с женой. Я ничего не забыл?

– Нет, все именно так.

– Так вот из всего множества этих дел продуктивны только 20%. Представь себе: чтобы получить результат, тебе необходимо выполнять лишь 20% дел!

Я с недоверием посмотрел на него.

– Сам подумай, Джон: как повлияют на твою жизнь, скажем, через десять лет, твои короткие перерывы на кофе или просмотр телевизора?

– Думаю, что никак не повлияют.

– Вот именно! Но ведь есть дела, от которых действительно многое зависит!

– Кажется, я понимаю: к таким делам относится самообразование, общение с клиентами и повышение моей квалификации юриста?

– Кроме того, еще и время, которое ты посвящаешь Дженни и детям. А еще – время твоих прогулок на природе, время

благодарственной молитвы. Словом, время самосовершенствования. И это – лишь немногие примеры эффективного использования времени. Если ты приведешь в действие «Двадцатипроцентный ритуал», то действительно станешь свободным человеком и получишь все, чего бы ты ни пожелал. Просто используй время для того, что действительно приносит пользу. Просветленные люди отдают свое время лишь важным делам.

– Раман научил тебя этому?

– Раман был великим наставником, и я всю жизнь буду благодарен ему. Однако я учился и сам – прежде всего, у своего прошлого. Теперь я знаю, что оно не было ошибочным: я проходил уроки, которые и позволили мне стать тем, кем я стал сейчас. Я надеюсь, – торжественно произнес он, – что и ты сумеешь извлечь уроки из моих неудач. Ведь, чтобы обрести мудрость, совсем не обязательно набивать собственные шишки. Мудрецы учатся на чужом опыте – и тем самым избегают страданий и горя.

Я глубоко задумался. Я посещал семинары и тренинги, направленные на повышение юридической квалификации. Однако про это правило двадцати процентов слышал впервые. Лишь теперь я понял, что жизнь, оказывается, можно планировать. Главное – найти время спокойно подумать, как лучше всего распределить свои дела. Это очень простой рецепт, но его можно уподобить волшебной палочке, которая одним взмахом упорядочивает все сферы жизни, приводя их в гар-

монию.

– Словом, жизнь похожа на кусок свиной вырезки: нужно отделять сало от мяса и тратить время лишь на то, что приносит пользу.

– Ты всегда быстро соображал, Джон, – произнес он с явным удовольствием. – Хотя мне как строгому вегетарианцу не слишком приятно думать о вырезке, не могу не признать, что ты выбрал очень удачную метафору. Мясо – это продуктивное время, сало – то время, которое ты тратишь попусту. Твоя цель – получить как можно больше «мясного времени», и, если тебе это удастся, ты забудешь о том, что такое мирская суета, и станешь воистину духовным существом. Не обстоятельства будут толкать тебя на какие-то действия, а ты станешь творцом нужных обстоятельств, – веско сказал Джулиан. – Из всего этого мы делаем такой вывод: не давай ворам времени ограбить тебя. Есть род людей, которые звонят именно в тот момент, когда ты только отправил детей спать, а сам собрался почитать хорошую книгу или сел в позу для медитации. Эти люди позволяют себе без стука вламываться в твой кабинет, едва ты закрыл глаза, чтобы поразмышлять о жизни. Есть ли у тебя такие знакомые?

– О да, Джулиан, порой не знаешь, куда от них деться, – горестно вздохнул я. – Мне всегда было неловко отказывать незваному посетителю или не отвечать на звонок в неурочный час.

– Не существует слова «неловко». Ты должен быть бди-

тельным охранником своего времени. Все эти люди никак не влияют на твою судьбу. Учись произносить слово «нет». Будь смелее и не бойся отказываться от того, что для тебя не имеет значения. Запирай дверь своего кабинета, когда ты работаешь над делом или занят медитацией. Выключай звук у телефона, если знаешь, что в ближайшее время тебя нельзя беспокоить. Помни: твой телефон должен обслуживать твои нужды, а не нужды других. И не волнуйся о том, что в глазах окружающих ты будешь выглядеть невежей. Наоборот: твой авторитет возрастет, когда люди поймут, что ты – человек дела и не тратишь времени попусту. Когда ты научишься ценить собственное время, они тоже станут дорожить им.

– У меня есть еще одна беда, Джон. Я ненавижу рутину и частенько отмахиваюсь от нее, надеясь, что сделаю это позже, так как сейчас есть другие неотложные дела. Но вместо чего-то важного убиваю время на то, чтобы разобрать рекламный мусор, приходящий мне на почту, или же просто просматриваю журналы.

– Ты правильно заметил, что убиваешь время. Человек так устроен: в первую очередь он хочет получать удовольствие. Все мы стараемся избежать того, что вызывает скуку. Но, как ты помнишь, воля воспитывается тогда, когда мы делаем то, что нам делать совсем не нравится. Именно этим сильные люди и отличаются от среднего обывателя. Волевому человеку точно так же не нравится рутина, однако он знает, что без этой рутины ему не достичь своей цели.

Услышав это, я загрустил. Я вдруг понял, как сложна и бестолкова моя жизнь. Джулиан заметил эту перемену настроения.

– Знаешь, что об этом говорил Раман? Люди, умеющие эффективно управлять временем, живут очень просто. Человек создан так, что ему несвойственно вечно куда-то торопиться и о чем-то беспокоиться. Наиболее счастливы те, кто понимает, что цель вовсе не оправдывает средства. Да, в жизни очень важен успех. Но если в жертву ему приносится душевное спокойствие, то ни богатство, ни слава счастья не дадут. И это именно то, чем меня подкупила система саморазвития великих мудрецов Сиваны. Без этого знания я бы никогда не научился соблюдать баланс между материальным и духовным.

– Джулиан, я честен перед тобой и хочу тебе признаться, – тихо проговорил я. – Я не хочу бросать работу, продавать дом и машину ради того, чтобы стать просветленным мудрецом. Я обычный человек, и мне нравится жить в комфорте и достатке. Пусть я не миллионер, но за годы своей практики я кое-чего добился. Не буду лукавить: в душе моей пустота… Я уже рассказывал тебе, как жаждал успеха в молодые годы. Понимаю, что при желании мог бы добиться большего. Мне уже под сорок, а я ни разу не побывал ни в Большом Каньоне, ни на Эйфелевой башне. Я никогда не пересекал пустыню и не катался на лодке по глади озера жарким летним днем. Я даже не ходил босиком по парку, слушая, как смеются игра-

ющие дети. Да что там: я уже не помню, когда просто бродил один среди заснеженных улиц. Я очень давно не наслаждался красотой окружающего мира.

– Ты сам понимаешь, что счастье – в простых вещах, – пожалел меня Джулиан. – Тебе на помощь придет «Ритуал Необходимого». Используй его во всех сферах своей жизни. И тогда время твое увеличится многократно. Ты будешь находить удовольствие в простых радостях жизни, и тебе хватит времени и на путешествия, и на единение с природой. Трагедия современного человека заключается в том, что мы все откладываем жизнь на завтра. Большинство людей мечтает о райской жизни, которая наступит когда-то потом. Они не видят, что все условия для райского существования уже созданы у них дома.

– Но что же делать?

– Думай сам. У тебя есть разум и творческое воображение. Ты владеешь многими приемами великих мудрецов. Если ты будешь достаточно смел, чтобы применить древнюю мудрость к своей собственной жизни, то станешь творцом своей судьбы. Кстати, о приемах. Есть еще одна практика – лично я использую ее для того, чтобы не выходить за пределы простой и непритязательной жизни.

– И что это за практика?

– Послеобеденный сон. Он замечательно восстанавливает силы, а кроме того – возвращает молодость и привлекательный вид. Ты же помнишь: я всегда любил покрасоваться, –

смущенно улыбнулся Джулиан.

– Да, ты старался быть на виду, – засмеялся я.

– Зато ты блистал неподражаемым чувством юмора, – парировал Джулиан. – И прошу тебя: постарайся не потерять это замечательное качество. Смех, как и музыка, возвращает тонус и дает силы жить дальше. Это лекарство номер один при любых стрессах и переутомлении. Как говорил Раман, смех подобен ключу, отпирающему ворота сердца. Он действует как бальзам на больную душу. Если ты не смеешься над собой, то зачем вообще живешь?

Джулиан вдруг заговорил быстро, словно в эти последние минуты хотел сообщить мне главное:

– Я скажу тебе одно, Джон: у тебя нет времени. Совсем. Ты, быть может, думаешь, что проживешь еще пятьсот лет, но это не так. Когда Дивия преподнесла мне эти миниатюрные песочные часики, она произнесла фразу, которую я не забуду никогда.

– Что же сказала тебе Дивия?

– Она сказала: «Ты должен был посадить свое дерево еще сорок лет назад. А если не тогда, то сегодня». Поэтому вставай и иди «сажать свое дерево» – не тратя ни минуты. Ты должен мыслить как человек, находящийся при смерти.

То, что сказал Джулиан, меня напугало.

– Прости, не понял… Я нахожусь при смерти? – неуверенно спросил я.

– Мыслить как умирающий, – единственный верный спо-

соб правильно оценить свою жизнь. Можно сказать, это еще одна из древних духовных практик, которая на самом деле не убивает, а делает человека намного сильнее. Ты должен прожить наступающий день так, словно это последний день в твоей жизни.

– Memento mori? Какая-то замогильная философия…

– Это самая жизнеутверждающая из всех философий! – возбужденно возразил он. – Когда ты осознаешь, что каждый день умираешь, то не тратишь время на второстепенные вещи. Проснешься утром – первым делом спроси себя: «Если бы я знал, что вечером умру, как бы я прожил этот день?» Подумай, какие слова ты бы сказал своим близким, друзьям, коллегам и даже совсем незнакомым людям? Ты бы точно не стал тратить время на пустопорожнюю болтовню! Ты бы постарался наполнить этот день радостными и светлыми моментами, ты бы пил каждую его секунду, словно божественный нектар! Память о смерти – сильнейшее средство для изменения жизни. Она дает огромную энергию, заставляет почувствовать вкус полноценной жизни. Благодаря ей все твои действия будут осмысленны и результативны. Мысль о последнем дне подарит тебе смелость. Ты не будешь бояться экспериментировать. Это расширит твои горизонты и выведет за пределы твоего нынешнего «Я». Ты уже не будешь просто мечтать – ты начнешь активно действовать в направлении своей мечты. Человек должен каждый день пробовать что-то новое и, не страшась, шагать вперед! Только

так можно открыть в себе спящие таланты и наконец-то обрести свою Дхарму.

– Все это очень вдохновляет меня! – воскликнул я.

– И это лишь один из эффектов, которые оказывает мысль о смерти. Она поможет тебе не скатиться в пропасть отчаяния, к которому неизбежно влекут скука и уныние обыденности.

– Моя чаша все еще пуста, о наставник. – Я склонил голову.

– Значит, прямо сейчас начинай действовать! – обрадованно сказал он. – И веди себя так, словно ты обречен на успех. Пойми: у неудачи просто не будет шансов, если ты не дашь мысли о ней поселиться в своем сознании. Не пускай в сад своего разума мысли о том, что можешь потерпеть крах. Прогони страхи и отпусти на волю свое творческое начало. Вырвись из плена прошлого. Стань творцом своей собственной судьбы – и ты преобразишься.

Лучи рассветного солнца упали на его юное лицо, и я впервые заметил на нем признаки утомления. Это было неудивительно: ведь он со всем жаром своей души всю ночь наставлял меня в древней премудрости. У кого еще могло хватить энергии и душевных сил для того, что он совершил? Ведь он не был пустословом: он действительно пережил все то, о чем рассказывал.

– Итак, ночь закончилась, и подходит к концу загадочная притча Рамана, – продолжил он своим мягким бархатным

голосом. – У меня сегодня еще много новых встреч, и скоро мы расстанемся.

– Неужели ты вернешься к адвокатской практике?!

– О, нет, – улыбнулся Джулиан. – Я давно не тот судебный волк, чья хватка когда-то приводила в восторг. Мое сознание стало иным – как и мои одежды. У меня совсем другой род занятий. Я стал новым человеком, и они вряд ли узнают меня.

– Да, ты стал иным, – кивнул я, и в моей голове промелькнула дичайшая картина: монах в алых одеждах выпархивает из красного «феррари» своего прошлого…

– Я скажу «иная сущность», – поправил меня Джулиан.

– Какая разница? – пожал я плечами.

– Индийцы говорят: «Человек – не мыслящее животное. Он – духовная сущность, вселившаяся в земное тело, чтобы получить определенный опыт». Я нашел себя и знаю, зачем нужен Мирозданию. Мне безразличны проблемы светского мира, – бесстрастно сказал он. – Я живу во Вселенной, и Вселенная живет во мне.

– Может быть, когда-нибудь и я приду к этому? – с надеждой спросил я.

– Обязательно придешь! – отвечал он с самой истовой откровенностью. – Одним прекрасным утром ты поймешь все, чему я тебя учил – и примешь это сердцем. Главное, не оставляй ритуалов и практик. Все время обращайся к древней мудрости Сиваны – и ты не свернешь с пути просветле-

ния. Ты воспаришь над миром и самим собой, и там, с высоты просветления, тебе откроется подлинная суть жизни. Ты поймешь, что ты – лишь блик света на полотне вечности. Вот тогда-то ты и найдешь свою Дхарму, смысл которой заключается в вечном служении другим. Так ли важно, насколько ты богат и какой марки машина в твоем гараже? Что ты возьмешь с собой в могилу? Только свою душу – более ничего. Поэтому слушай свою душу. Она – верный компас, который приведет тебя к цели. Только душа знает истину. И она наверняка знает, что ты призван бескорыстно помогать людям. Я знаю это из собственного опыта. Это – главный результат моей духовной одиссеи. Я иду к людям, чтобы помочь им исцелиться от многих недугов современности. Я должен выполнить свою миссию: открыть древнюю мудрость Сиваны всем тем, кто нуждается в ней. Это моя Дхарма.

Я смотрел на Джулиана и видел, что в нем было то горение духа, о котором он мне говорил этой ночью.

Его речь была наполнена большой страстью и убежденностью. Я понимал, что именно этот душевный огонь, а не вегетарианская диета и йоговские упражнения заставил больного пожилого адвоката превратиться во вдохновенного юного Адониса.

Не здоровое питание, но асаны и медитации сделали это. Это сотворила с ним тайна, которую люди ищут с начала времен.

И это не была тайна вечной молодости и вечного блажен-

ства. Это была тайна собственной души.

Суть проповеди Джулиана в двух словах Время как величайший дар судьбы

*Время – величайший дар судьбы, цени его!*

- *Время не возвращается.*
- *Сосредоточься на главном и отсекай второстепенное.*
- *Живи проще.*
- *Правило Двадцати процентов.*
- *Не бойся говорить «нет».*
- *Думай как умирающий.*
- *Время течет, как песок в часах. Оно подобно строгому и беспристрастному судье. У каждого из живущих есть лишь двадцать четыре часа в сутках – и мы отличаемся друг от друга только тем, как используем эти двадцать четыре часа.*

# Глава двенадцатая
# Истинный смысл существования

*Сам по себе и лишь для себя одного не живет никто.*
***Уильям Блейк***

– Великих мудрецов Сиваны от всех прочих людей отличали не только молодость и высокий дух, – продолжал Джулиан, – но прежде всего, их любовь и открытость людям. Раман часто рассказывал мне о своем детстве и как-то поведал о ритуале, который повторялся каждый вечер перед сном. В его усыпанную розовыми лепестками комнатку входил отец, садился у его постели и спрашивал: «Что полезного ты совершил сегодня?» И если ответ был «ничего» – отец поднимал Рамана с постели и заставлял пойти и сделать хотя бы одно доброе дело. Ибо счастье не в количестве особняков и шикарных машин, а в том, сколько пользы ты принесешь другим людям.

– Видимо, ты подводишь меня к тому, что означают желтые розы в притче Рамана? – спросил я с улыбкой.

– Да, сейчас я объясню тебе этот образ. Розы служат напоминанием о древней китайской пословице: «Рука, дарующая розы, хранит их аромат». То есть когда ты делаешь добро другим людям, то это добро возвращается к тебе. Ты дол-

жен стараться жить так, чтобы каждый твой день был наполнен добрыми делами. Тогда и только тогда твоя жизнь будет иметь смысл.

– Я что, должен заняться благотворительностью?

– Если хочешь, то конечно. Но я имел в виду нечто другое. Тебе нужно изменить восприятие самого себя и жизни в целом.

– Я снова не понимаю тебя, Джулиан. Что ты имеешь в виду под словом «восприятие»?

– Это твое отношение к обстоятельствам, – терпеливо объяснял Джулиан. – Стакан наполовину пуст или наполовину полон? Оптимист и пессимист по-разному ответят на этот вопрос. Сами по себе события и вещи не имеют оценки: все зависит от того, как люди их воспринимают. Восприятие подобно светофильтру, сквозь который ты смотришь на то, что происходит вне и внутри тебя.

– Значит, мне нужно изменить восприятие и по-новому взглянуть на мир?

– Я бы сказал несколько иначе: тебе нужно заново осознать свое место в мире. Ты же пришел сюда, не имея ничего; так ты отсюда и уйдешь. Но пришел ты в этот мир не просто так, а с какой-то целью, – он значительно посмотрел на меня.

– А что это за цель? – осведомился я.

– Цель – служить людям и тем самым вносить свою лепту в мировую гармонию, – пояснил Джулиан. – При этом совсем необязательно отказываться от комфортных условий жизни,

бросать адвокатскую практику и заниматься благотворительностью. Хотя многие люди именно так и поступают. Оглянись вокруг: сегодня мир не такой, как вчера. Люди платят огромные деньги за то, чтобы им указали на их истинное место в мире. Даже адвокаты, которые всегда оценивали клиента по размеру его кошелька, сейчас оценивают людей по величию их души. Преподаватели дорогих колледжей оставляют престижную работу и едут в горячие точки, чтобы обучать детей, которых война оставила без образования. Люди начинают осознавать, что пришли в этот мир не для того, чтобы бесконечно потреблять. Они должны отдать частичку своей души, чтобы мир развивался и становился лучше.

– А что это за частичка души?

– Мы же говорили с тобой об этом всю ночь! Это огромный потенциал твоего сознания и интеллекта, мощная сила созидания, творчество, самоконтроль и внутреннее спокойствие. Твоя цель – отыскать в себе все эти скрытые дары и начать раздавать их людям.

– Я не против, но я не знаю, с чего мне начинать.

– Измени свое отношение к себе. Ты – не отдельная личность, живущая в собственном мире. Ты – часть мира людей, клетка огромного организма.

– То есть я должен стать более добрым по отношению к другим людям?

– Ты должен отдать им себя без остатка. И это лучшее, что ты можешь сделать для себя. На Востоке эту практику на-

зывают «бегство из плена собственного „Я“». Эта практика преследует цель освободиться от ложного самовосприятия и достичь состояния духовного существа. Я допускаю, что для этого тебе придется пожертвовать очень многим. Возможно, тебе придется расстаться с самым дорогим, что у тебя есть. Например, ты можешь весь свой отпуск проработать волонтером в службе помощи бездомным. Но точно так же ты можешь, стоя в пробке, просто уступить дорогу другому автомобилю. Дело не в размере жертвы, а в самом принципе. Любая попытка улучшить этот мир приводит к тому, что твоя собственная жизнь меняется к лучшему. Йог Раман говорил: «Когда ребенок приходит в этот мир, он плачет, а мир смеется. Жить нужно так, чтобы, покидая его, мы смеялись, а мир плакал».

Я слушал Джулиана и осознавал его неоспоримую правоту. Я был неплохим адвокатом, но я понимал, что не отдаю себя людям на все 100%. Я выигрывал процессы, мне даже удалось создать несколько прецедентов, на которые впоследствии опирались другие адвокаты. Но юриспруденция была для меня не призванием, а способом заработать на хлеб с маслом. Хотя, будучи студентом, я от всей души мечтал служить людям. Ночами, сидя в тесной комнате нашего общежития, мы пили холодный кофе и горячо спорили о судьбах мира. Но минуло два десятилетия – и во что превратились мои мечты об изменении мира? В желание выплатить кредит за дом и выйти на покой обеспеченным человеком. Я стал

типичным представителем среднего класса, человеком в футляре, который защищал меня от нужд остального мира.

– Есть одна стародавняя притча, – продолжил Джулиан, чуть помолчав. – Когда-то давно жила-была одна пожилая вдова. С годами она совсем одряхлела, и сын с невесткой взяли ее в свой дом. Она была так слаба, что не могла держать ложку в руках, так что частенько, когда она ела, разливала суп и роняла куски на пол. Молодым было неприятно сидеть за одним столом с немощной старухой, они купили для нее маленький колченогий столик и поставили его в дальнем углу, чтобы не видеть, как она неряшливо ест. Старушка ела свой хлеб «пополам со слезами»: ведь мало того что дети прогнали ее из-за стола, так еще и почти не разговаривали с ней. Вот как-то вечером незадолго до ужина отец сидел и играл со своей маленькой дочкой, которая складывала кубики. «А что это мы строим? – спросил он ласково. – Домик или гараж?» – «Я делаю маленький столик для тебя и мамы, чтобы, когда вы станете старенькими, посадить вас в угол, где сейчас обедает бабушка». Слова этой маленькой девочки тронули ожесточенные сердца родителей. Они разрыдались, осознав, как жестоко обидели мать. Со слезами на глазах они просили прощения у старой женщины, и с того самого вечера она занимала почетное место за их общим столом. И если она проливала суп или роняла кусочки, никто просто не обращал на это внимания.

Меня эта история тоже тронула до слез. Джулиан меж тем

объяснял мне истинный смысл этой притчи:

– Молодые люди – родители маленькой девочки – вовсе не были жестоки. Они просто не осознавали, что их действия могут приносить огромную боль кому-то другому. Слова их дочери зажгли в них огонь милосердия и сострадания. Ежедневно совершай дела милосердия и поймешь, что ты стал богаче самого богатого человека в мире. Утром каждого дня планируй эти дела, размышляй над тем, что доброго ты можешь сделать сегодня для людей. Улыбайся встречным людям, прояви сочувствие, когда кто-то из твоих знакомых попадет в беду. Выражай любовь своим близким – и не по праздникам, а просто так, без повода. Твоя жизнь заиграет новыми красками. Не забывай общаться с друзьями. Иметь хотя бы трех верных друзей – невообразимая роскошь в этом мире.

– Ты прав, Джулиан, – согласился я.

– Друзья заряжают оптимизмом и помогают пережить невзгоды. Что может быть лучше, чем вечер, проведенный со старым другом? Ты снова чувствуешь себя молодым. Друзья не позволят тебе задрать нос, если ты вдруг возомнишь себя центром Вселенной. Друзья не дадут тебе закиснуть в унынии и вытащат тебя из любой переделки. В прежние времена я так был поглощен судебными битвами, что у меня не было времени на друзей. И к чему я пришел? К одиночеству. Ты – единственный, кому я открываю свою душу. Я не могу позвать друга на прогулку по ночному парку. Я не могу поде-

литься с ним своими восторгами по поводу хорошей книги, которую я только что прочитал. Я не могу разделить с другом радость от чудесного сентябрьского утра, когда яркие лучи мягкого осеннего солнышка наполняют мою душу светом.

Я смотрел на Джулиана широко раскрытыми глазами. Я знал его как великолепного бойца на поприще закона, бойца, не щадившего соперников. Всю свою жизнь он защищал права тех, кто может оплатить его весьма недешевые услуги, – и неизменно побеждал. Но сейчас он одержал самую важную победу в своей жизни. Победу над самим собой. Он, Джулиан Мэнтл, действительно перестал быть «мыслящим животным». Он стал духовным существом, готовым до последней искры отдавать огонь своей души другим людям. И я чувствовал, что должен последовать за ним.

Суть проповеди Джулиана в двух словах Обретение смысла жизни

*Ты пришел в этот мир не для того, чтобы бесконечно потреблять, а чтобы отдать частичку своей души людям.*

• *Улучшая мир, ты улучшаешь собственную жизнь.*

• *Жить нужно так, чтобы, покидая мир, мы смеялись, а мир плакал.*

• *Не ложись спать, пока не сделаешь хотя бы одно доброе дело.*

• *Просящему у тебя – дай.*

• *Проявляй сочувствие, выражай любовь и не забывай о*

*друзьях.*

• *Лучшее, что ты можешь сделать для собственной души, – без остатка отдать себя людям.*

# Глава тринадцатая
# Тайна вечного блаженства

*Любуясь закатом солнца или восходом луны, я всей душой славлю Творца, создавшего это великолепие.*
***Махатма Ганди***

Джулиан находился в моем доме уже более полусуток. Эти двенадцать часов перевернули мою жизнь. Несмотря на бессонную ночь, я чувствовал необыкновенный прилив сил. Я был полон свежести и энергии, я понимал, что в моей жизни есть смысл и цель. Притча, которую мне поведал Джулиан, глубоко врезалась в мое сознание. Ее символы будут для меня вечным напоминанием о мудрости Сиваны. Я только начал этот путь и понимал, что даже не прикасался к сокровищнице собственной души. До этой ночи я имел привычку убивать время и проходить мимо чудесных возможностей, встречавшихся мне на каждом шагу. И лишь наставления Джулиана помогли мне осознать все мои слабости и вынести уроки из совершенных ошибок. Теперь я знал, что все мои неудачи и провалы были нужны мне для того, чтобы я учился и шел вперед.

– Еще немного – и я уйду. Начинается твой рабочий день, и ты должен приступить к своим повседневным обязанно-

стям. – Джулиан словно просил у меня прощения.

– Я могу отложить работу, – ответил я.

– Но я не могу отложить свою миссию, – добродушно улыбнулся он. – Однако я не могу уйти, оставив тебя в неведении относительно последнего образа волшебной притчи Рамана. Давай-ка я напомню финал этой истории: борец сумо с розовой повязкой на бедрах находит золотой секундомер, падает в обморок, но скоро приходит в себя оттого, что рядом с ним зацвел розовый куст. Он вскакивает на ноги и устремляется прочь по дороге, усеянной алмазами. Как и положено в сказке, борец сумо прошел эту дорогу до конца и жил долго и счастливо.

– Кто бы сомневался, – хмыкнул я. – Все сказки этим кончаются.

– Ты уже знаешь, что каждый образ в притче Рамана несет в себе глубокий духовный смысл, – сказал он чуть ли не гневно. – А также то, что мудрость этой притчи невероятно практична.

Я кивнул.

– Нам остался последний образ: алмазная дорога. Этот последний символ означает просветленную жизнь. Этот последний символ кардинально изменит твою судьбу. У меня не хватает слов, чтобы описать то, что тебе предстоит пережить. В самых простых вещах ты будешь открывать величайшие тайны Вселенной, и сердце твое начнет трепетать от восторга. Если же ты сдержишь данное мне слово и поведа-

ешь эту мудрость миру, то сможешь разделить радость этого восторга с окружающими тебя людьми.

– А какой срок нужен для того, чтобы моя жизнь стала просветленной?

– Для того чтобы принять эти истины, много времени не потребуется, – произнес он невозмутимо. – Но понимание – только первый шаг. Ты должен практически овладеть всеми этими приемами, а на это у тебя уйдет несколько недель – при условии, что ты будешь тренироваться ежедневно.

– Так что же значит эта просветленная жизнь и чем она отличается от обычной?

– Мудрецы Сиваны были глубоко убеждены в том, что истинно просветлен тот, кто живет настоящим. Они уподобляли прошлое воде, протекающей под мостом, а будущее – солнцу, которое еще не взошло. Человек не властен ни над прошлым, ни над будущим, в его руках лишь настоящее. Научись пребывать здесь и сейчас – и ты поймешь, что такое вечное блаженство.

– А знаешь, Джулиан, я понимаю, о чем ты, – сказал я. – Я постоянно вспоминаю то, что случилось в прошлом, хотя и осознаю, что сейчас невозможно ничего изменить. Или же беспокоюсь о том, чему еще предстоит случиться. Меня посещают тысячи разных мыслей, одни относятся к прошлому, другие – к будущему, и я разрываюсь между ними.

– Зачем же ты это делаешь?

– Думаю, я просто не знаю, как избавиться от всех этих

раздражающих мыслей. Иногда – очень редко – мне удавалось сосредоточиться на решении вопроса, над которым я работал в данный момент. Но это случалось тогда, когда время уже поджимало: например, я был должен очень быстро и внимательно изучить все материалы и принять решение, возьмусь я за это дело или же нет. Так же я был сосредоточен, когда в детстве играл в футбол и страстно хотел забить гол. Я словно превращался в стрелу, летящую в цель. То, что окружало меня, – звонки, другие дела, мои личные тревоги и проблемы, – словно исчезало. И, странное дело, именно в эти минуты предельной концентрации я чувствовал себя счастливым и спокойным.

– Предельная концентрация на выполняемом деле, особенно если это дело приближает тебя к желанной цели, делает тебя по-настоящему счастливым, – тоном проповедника говорил Джулиан. – Главное, помнить, что счастье – не какое-то прекрасное место, куда ты должен прибыть, а само путешествие в это место. Живи настоящим и цени каждый свой день. – При этих словах Джулиан молитвенно сложил ладони, словно благодарил невидимое божество за эту ночь, полную откровений.

– Значит, алмазная дорога напоминает мне о том, что я должен жить «здесь и сейчас»?

– Верно, – ответил Джулиан. – Иди вслед за борцом сумо, и в один прекрасный момент ты поймешь, что твой путь действительно усыпан бриллиантами. Прекрати «увеличивать

дозу» удовольствий. Помни, что, стремясь к большей роскоши, ты лишал себя роскоши наслаждения простыми вещами. Остановись и прислушайся к себе. Мир огромен и красив – пришло твое время увидеть эту красоту.

– Значит, мне следует оставить все эти планы относительно карьеры и заняться только текущими делами? – нерешительно спросил я.

– Ни в коем случае, – отрезал Джулиан. – Я же говорил тебе, что человек должен стремиться к цели. Без этого жизнь лишена смысла. Высокие цели вдохновят тебя на свершения. Я хочу тебе сказать лишь то, что счастье не наступает завтра. Радость сегодняшнего дня – слишком большая ценность, чтобы приносить ее в жертву будущим целям, даже самым высоким. Если что-то делает тебя счастливым сегодня, то не стоит откладывать это на потом. Живи сегодня. Не думай, что ты начнешь жить, лишь когда урвешь приличный куш или выйдешь в отставку. Жизнь не начинается завтра – она начинается сейчас!

Джулиан поднялся и начал ходить взад и вперед, разминая затекшие мышцы. Я вновь видел перед собой блестящего адвоката, готовившего к бою последние решающие аргументы.

– Главное, Джон – не обманывай себя, – строго сказал Джулиан. – Не давай себе обещаний, что ты станешь идеальным отцом и мужем сразу после того, как тебе дадут молодого и толкового помощника на работе. Не говори, что займешься духовными практиками, когда твой годовой доход

достигнет определенной суммы и у тебя наконец-то появится свободное время. Пойми: радоваться жизни нужно сегодня, здесь, сейчас, потому что завтра у тебя этой жизни может не быть. Сегодня – день, когда сбываются твои мечты.

– Разве это возможно? – удивленно спросил я.

– Ты обладаешь величайшим даром: у тебя есть семья и дети. Расти вместе с ними и проживай их детство, – почти умоляющим тоном произнес он.

– Это звучит еще более туманно.

– Нет ничего более важного в мире, чем стать для своих детей одним из самых счастливых мгновений детства! – воскликнул Джулиан с необычным для него жаром. – Нет смысла взбираться по карьерной лестнице, если ты не видел первые шаги своего ребенка. Нет радости в том, чтобы жить в самом шикарном особняке района, если в твоем доме не звенит детский смех. Твоя слава юриста может греметь на всю страну – но что проку от этого, если дети не помнят, как выглядит их отец?

Произнося эту страстную речь, Джулиан заметно волновался. Голос его дрожал.

– И мне известно это, как никому другому, – тяжело уронил он.

Я не верил своим ушам. Я знал Джулиана как покорителя женских сердец, постоянно окруженного самыми богатыми и красивыми женщинами страны. Его интрижки с топ-моделями были притчей во языцех, так же как и его адвокатское

мастерство. Что ему могло быть известно о детях, о том, как трудно одновременно быть любящим отцом и преуспевающим адвокатом? Быть может, некое шестое чувство подсказало ему, каково это должно быть?

– И все же мне известно, что дети – это величайший дар Небес, – упрямо повторил он.

– Откуда, Джулиан? – недоверчиво спросил я. – Насколько я знаю тебя, ты всегда был ярым противником брака и даже не думал о женитьбе до того самого момента, когда ты бежал с поля судебного боя и исчез на годы.

– Но ты же знаешь, что я был женат – пока беспорядочная жизнь преуспевающего гедониста не захватила меня.

– Да, но ты развелся.

Он замолчал и посмотрел на меня долгим пристальным взглядом, подобно малышу, который собирается поделиться самым сокровенным секретом со своим лучшим другом.

– Ты не знаешь одного, Джон, – сказал он отрывистым шепотом. – У меня была дочь – поистине ангельское существо. В те времена я высоко нес свою гордую голову: ведь судьба не обделила меня ни славой, ни богатством. Я имел все, что составляет предел мечтаний любого человека. Мне завидовали и прочили еще более блестящее будущее. У меня была красавица жена и чудесная дочка. Но в один черный день я потерял все это.

Глубокая тень легла на юное лицо Джулиана. Я увидел, как по его щеке покатилась слеза. У меня защемило сердце

от предчувствия страшной беды.

– Если не хочешь, не рассказывай, Джулиан, – тихо промолвил я, положив руку ему на плечо.

– Ты должен это услышать, Джон, потому что ты напоминаешь мне меня самого в мои молодые годы. Ты счастлив, богат, и у тебя блестящие перспективы. Но если ты не изменишься изнутри, то можешь потерять то, что составляет счастье твоей жизни… Под колесами того автомобиля погибла не одна моя дочь. Тем солнечным октябрьским утром умер я сам. Мне просто незачем стало жить, и я ушел с головой в работу, чтобы заглушить эту невыносимую боль. Я поставил в своем кабинете диван, чтобы только не возвращаться в дом, где все напоминало о ней. Моя карьера взлетела вверх, но душа моя устремилась в пропасть. Моя когда-то любимая жена стала мне чужим человеком, и мы расстались. Затем, как ты знаешь, я растолстел и стал прожигать жизнь в дорогих ресторанах и светских тусовках. Я чудовищно разбогател, но пожертвовал собственной душой.

Он опустил глаза, пряча непрошеные слезы.

– Вот что означают твои слова о том, что я должен проживать с детьми самые счастливые мгновения их детства… – почти шепотом сказал я.

– С тех пор прошло уже двадцать семь лет, – низким глухим голосом отозвался Джулиан. – Но я отдал бы все, что имел тогда и имею сейчас, лишь бы снова услышать звонкий смех моей дочери и расцеловать ее золотые локоны. Я мно-

гому научился в Сиване, я стал совершенно иным человеком, я обрел душевный покой, но все же… каждый день я вспоминаю нежные глаза моей милой девочки. У тебя дивные дети, Джон. Дари им свою любовь, пока можешь это сделать. Никакая карьера не заменит тебе семью.

Джулиан задел за больное. Я и до встречи с ним с грустью понимал, что моя зацикленность на работе губительно влияет на отношения в моей семье. Я знал, что дети скучали по мне, хотя никто из них никогда не произносил этого вслух. За них это сделал Джулиан. Время идет, дети растут, а я… я не помню, когда мы с сыном Энди отправлялись в секретную заводь, где мы рыбачили еще с моим отцом. А ведь было время, когда мы ходили на рыбалку каждые выходные. Одна мысль об этом причиняла мне боль. Я решил во что бы то ни стало прекратить жертвовать семьей во имя карьеры.

– Счастье – всего лишь дорога, которую мы выбираем сами, – прервал мои горестные размышления Джулиан. – Ты можешь посмотреть под ноги и увидеть алмазы, а можешь сломя голову нестись к призрачному счастью, которое наступит в конце пути. Но там тебя ждут лишь пустота и разочарование… Нет такого понятия, как «конец пути». Есть только сегодняшний день. Это – твое единственное и самое главное сокровище.

– Но как я могу научиться жить «здесь и сейчас»? – нетерпеливо спросил я.

– Просто радуйся, – невозмутимо ответил Джулиан. –

Помни: неважно, как складывается жизнь. В любых, даже самых нечеловеческих условиях, ты можешь радоваться уже тому, что живешь. Повседневность скрывает в себе много сокровищ.

– А как насчет тех случаев, когда человек теряет все, что нажито годами трудов и страданий? Или находится в глубочайшем духовном кризисе?

– Разве есть связь между суммой на твоем счету и радостью повседневной жизни? – произнес он прерывающимся голосом. – О, если бы ты знал, Джон, как много в мире несчастных миллионеров! Или ты полагаешь, что великие мудрецы Сиваны печалились о том, что у них нет контрольного пакета акций или особняка на юге Франции? – лукаво подмигнул Джулиан.

– Принимается, – сказал я.

– Есть большая разница между тем, чтобы «иметь богатство» и «быть богатым». Если хоть раз в день ты будешь благодарить судьбу за то, что просто живешь, твоя жизнь наполнится чудесами. Даже полностью разоренный человек обладает множеством вещей, за которые он может сказать судьбе «спасибо». Если он здоров, если у него есть семья, если люди знают его как честного человека – он уже богат. А если он обладает настойчивым характером и любит труд – ему не страшны никакие преграды.

Помолчав, он продолжал неторопливо:

– Каждый человек может найти повод поблагодарить судь-

бу. Мудрецы благодарят судьбу даже за щебетание птиц у них под окном. Люди имеют обыкновение жаловаться на жизнь, так как она не дает им желаемого. Они не понимают главного: жизнь дает не то, что хочется, а то, что нужно.

– Значит, благодаря жизнь за все духовные и материальные ценности, которыми я обладаю, я начинаю жить настоящим?

– Да! Ты концентрируешься на том, что есть сейчас, не сожалея о прошлом и не волнуясь о будущем. Ты чувствуешь вкус настоящего, и жизнь твоя обретает смысл и полноту. Ты раздуваешь искру, которая зажжет факел твоего призвания.

– Факел моего призвания? Это как? – переспросил я.

– Каждый человек – уникален. В любом из нас дремлет гений, – торжественно произнес бывший гений адвокатуры.

– О, только не в моих коллегах, – сморщился я.

– В любом из нас, – настойчиво повторил Джулиан. – У человека есть свой предначертанный путь, и он должен пройти его. Твоя гениальность пока еще дремлет, но стоит тебе найти свое призвание, оно загорится, подобно факелу, и осветит твой путь. Я не знаю, в чем состоит твоя миссия. Быть может, ты прославишься как комик или станешь великолепным педагогом. Если ты найдешь свою Дхарму, то все твои мечты и желания исполнятся сами собой. Тебе даже не придется прикладывать особых усилий. Наоборот: чем больше сил ты будешь вкладывать в достижение цели, тем длиннее окажется твоя дорога к ней. Просто иди в направлении сво-

ей мечты, наслаждаясь каждым прожитым днем. Ты будешь счастлив здесь и сейчас, а мечта… мечта все равно исполнится. Вот что я имел в виду, когда говорил о факеле призвания, – торжествующе произнес Джулиан. – Знаешь, в детстве я очень любил одну книжку – отец часто читал ее мне – она называлась «Питер и его Волшебный клубок». В ней рассказывалось о мальчике по имени Питер, который рос довольно милым и живым ребенком, был примерным сыном и прилежным учеником. Лишь одно портило ему жизнь: он не умел жить настоящим. Слушая учителя на уроке, он воображал, как будет играть на улице после занятий. Играя на улице, он вспоминал, как хорошо был летом, когда не надо было ходить в школу. Он всегда витал в облаках, проходя мимо удивительных возможностей, которые давала ему жизнь. Однажды воскресным утром Питер пошел прогуляться в лес. Он забрел далеко в чащу и, утомившись, прилег отдохнуть. Сквозь сон он услышал, как кто-то зовет его по имени. Проснувшись, он увидел дряхлую старушку, которой было не меньше ста лет. Она протянула ему морщинистую ладошку, на которой лежал маленький клубочек. Из середины клубка выходила тонкая золотистая ниточка. «Это нить твоей жизни, Питер, – проскрипела старушка. – Стоит тебе потянуть за нее, часы превратятся в секунды. Потянешь сильнее – дни превратятся в минуты. Потянешь изо всех сил – годы превратятся в дни». Этот волшебный подарок невероятно понравился мальчику. И на следующий же день, ко-

гда Питер, по своему обыкновению, скучал на уроке, он решил воспользоваться силой волшебного клубка. Легко потянув за ниточку, мальчик сразу оказался дома, в своем саду. Это привело Питера в полнейший восторг. «Зачем учиться и тратить годы на взросление, когда я могу стать взрослым уже сейчас?» – подумал он и дернул нитку сильнее. Тут же он стал юношей, обрученным с красавицей по имени Эльза. Но ему захотелось большего. Он с силой потянул за нить, и дни превратились в годы. Теперь он был мужчиной в полном расцвете сил, главой многодетной семьи. Правда, отчего-то волосы его матери, бывшие когда-то черными как смоль, стали белы как снег. Но Питер не умел читать знаки настоящего – и снова дернул за волшебную нить. Он увидел себя дряхлым девяностолетним вдовцом, схоронившим и мать, и красавицу жену. Дети и внуки выросли и разлетелись по свету. Он остался в одиночестве и только теперь понял, что жизнь пронеслась мимо него. А все потому, что он не умел жить настоящим. У него не осталось даже воспоминаний, потому что он никогда не возил сына на рыбалку и ни разу не гулял с Эльзой под луной. Он не посадил ни одного дерева и не прочел ни одной книги. Он сразу прибыл в пункт назначения, не увидев, как живописен и извилист был его путь. Собрав последние силы, Питер пошел в тот самый лес, где когда-то ему вручили волшебный клубок. Вернее, это был уже совсем другой лес: ведь деревья, бывшие когда-то тонкими прутиками, превратились в высокие дубы. Старец быстро устал и

прилег на полянке. Не успел он сомкнуть глаз, как ему послышался знакомый скрипучий голос. Открыв глаза, он увидел ту самую старушку, которая когда-то подарила ему волшебный клубок.

– Ну что, понравился ли тебе мой подарок? – беззубо улыбаясь, спросила она.

– Сначала я был просто в восторге от него, а сейчас понимаю, что он сделал меня несчастнейшим из людей. Я прожил жизнь, но не заметил ее. Быть может, в ней было много горя, и, конечно же, было и счастье – но я не вкусил ни того ни другого. Я опустошен и чувствую, что прожил свою жизнь зря.

– Глупый, глупый Питер, – сказала старуха. – Не умеешь ты ценить подарки судьбы. Что ж, если хочешь, я исполню любое твое желание – но только одно.

Недолго думая, Питер ответил:

– Хочу снова стать школьником и прожить каждую секунду своей жизни.

В этот момент веки его сомкнулись, и он уснул глубоким сном. Его разбудил чей-то голос. Это был голос матери. Она стояла возле его кровати – живая, молодая и невероятно прекрасная. «Как ты долго спишь, Питер! – сказала она. – Вставай сейчас же, не то опоздаешь в школу!» С этого дня Питер больше не терял ни секунды. Он научился жить настоящим и ценить каждое прожитое мгновение.

– Чудесная сказка, – сказал я.

– Чудесная, но – всего лишь сказка, – сокрушенно заметил он. – Реальность не даст тебе шанса на вторую жизнь. Твой единственный шанс – это наступающий день. Время подобно песку, утекающему сквозь пальцы. И этот новый день должен стать для тебя поворотным пунктом. Сегодня и только сегодня ты можешь раз и навсегда изменить свою судьбу. Просто отдай все силы тому, что для тебя важнее всего. Больше времени проводи с теми, кого любишь ты и кто любит тебя. Ведь именно в этих людях заключается смысл твоей жизни. Лови каждое мгновение своего бытия, наслаждайся им. Делай то, что всегда хотел сделать. Займись скалолазанием или возьми урок игры на трубе. Гуляй под дождем или начни новое дело. Послушай классическую музыку, выучи несколько слов на языке, которого не знаешь. Разбуди в себе любопытство к жизни, свойственное одним лишь детям. Успех – это прекрасно, но счастье – не в успехе. Слушай свою душу и наслаждайся самим фактом своего существования, тем, что ты можешь мыслить и дышать. Так ты достигнешь Нирваны.

– Нирваны?

– Да. Это место, куда в конечном итоге попадают все просветленные души, – проговорил он благоговейно. – Вернее, Нирвана – это не совсем место. Это особое состояние духа, когда не чувствуешь ни страданий, ни забот, но пребываешь в вечном восторге жизни. Его можно назвать божественным – но чтобы обожествиться, необязательно попадать на небеса. Небеса сами спустятся к тебе. Великие мудрецы Си-

ваны, – произнес Джулиан с благоговением, – считали Нирвану главной целью своей жизни. Вселенная создала нас не без причины. И ты должен найти причину своего появления на этой земле. Вырвись из плена своих страстей и инстинктов. Пусть древняя мудрость Сиваны войдет в твою повседневную жизнь. Каждый день выделяй время для того, чтобы практиковать все те приемы и ритуалы, которым я обучал тебя всю ночь. И однажды Нирвана снизойдет на тебя.

– Есть ли какие-то признаки, по которым я узнаю, что стал просветленным? – осведомился я.

– Да. Есть, – веско отвечал он. – Первый и самый главный признак: ты начнешь видеть печать божественного творения на всем, что существует в мире. Мягкий лунный свет или яркое голубое небо, аромат цветка или смех играющего ребенка – все это будет нести на себе печать божественности.

– Джулиан, – запинающимся от волнения голосом произнес я. – Клянусь, что буду использовать мудрость сиванских мудрецов в повседневной жизни и передам ее другим. Ты не зря вдохновенно проповедовал мне всю ночь. Я даю тебе слово, и я сдержу его.

– Используй эту мудрость сам и обучи этому тех, кто находится рядом с тобой. Пусть их жизнь станет свободной и полноценной. И помни главное: путь так же прекрасен, как и место, куда ты направляешься. А напоследок, если, конечно, хочешь, я расскажу тебе еще одну притчу, которую услышал от Рамана.

– Конечно, хочу, Джулиан! – закивал я.

– Когда-то в древние времена в Индии жил один махараджа, – начал Джулиан неторопливо. – Он так любил свою жену, что решил в ее честь возвести прекрасный памятник, равного которому не будет во всем белом свете. Он хотел, чтобы и после его смерти люди помнили о том, как он любил эту женщину. Он нанял лучших мастеров, которые трудились от зари до зари, чтобы воздвигнуть этот величественный монумент. Двадцать два года продолжались работы, и вот наконец миру предстал изумительной красоты дворец, сложенный из белейшего мрамора. Ты случайно не знаешь, как называется этот дворец? – неожиданно спросил Джулиан.

– Без понятия! – воскликнул я.

– Это же Тадж-Махал! Восьмое чудо света! – воскликнул мой ночной гость. – Но суть не в этом. И ты, и я, и каждый из живущих на земле – одно из чудес света. Мы все – потенциальные герои: у любого из нас есть возможность совершить свой собственный подвиг, реализовать свои собственные уникальные таланты и исполнить свою собственную Дхарму. И для этого нужно совсем немного: просто идти маленькими шажками по направлению к цели. Чудесный Тадж-Махал был воздвигнут не за один день. Он рос кирпичик за кирпичиком, пока наконец не взмыл в лазурное небо Индии великолепным белоснежным облаком. Научись искусству маленьких шагов – и они приведут тебя к большой

победе. Преврати эти небольшие шаги в благую привычку, и пожнешь потрясающую судьбу. Встречай каждый день так, словно это последний день твоей жизни. Не упускай возможность порадоваться, не откладывай на потом дела, которые тебе нравятся больше всего. И тогда ты станешь властелином своей судьбы. То, что окружает тебя, неважно. Важно лишь то, что ты носишь в себе.

Сказав последнее слово, этот бывший миллионер-адвокат, а ныне – просветленный мудрец из Сиваны, обнял меня, словно родного брата, и покинул мою гостиную. Начинался еще один жаркий летний день. Мой взгляд упал на журнальный столик, где живым напоминанием о сегодняшней ночи белела пустая чашка Джулиана.

Суть проповеди Джулиана в двух словах Обретение Нирваны

*Живи настоящим.*

- *Учись находиться «здесь и сейчас».*
- *Будь благодарен за то, что у тебя есть.*
- *Не жертвуй сегодняшним счастьем ради завтрашнего успеха.*
- *Умей наслаждаться красотой дороги и каждый день встречай так, словно это твой последний день на земле.*
- *Благодари судьбу за все.*
- *Зажги факел своего призвания.*
- *Вселенная создала нас не без причины. Найди причину*

*своего появления на этой земле.*

# Клуб «5 часов утра» Секрет личной эффективности от монаха, который продал свой «феррари»

*Утро – взлетная полоса твоей жизни.*

## Предисловие Робина Шармы

*У вас будет целая вечность, чтобы отпраздновать победу. Но одержать ее вы должны за те несколько часов, что остались до заката.*
***Эми Кармайкл***

*Для того чтобы стать тем, кем ты хочешь быть, не существует понятий «слишком поздно» или «слишком рано». Главное – чтобы тебе хватило сил начать путь заново, когда ты обнаружил, что это не твоя дорога.*
***Френсис Скотт Фицджеральд***

*Те, кто не слышит музыку, считает танцующих сумасшедшими.*
***Фридрих Ницше***

Книга, которую вы держите в руках, необычна.

Когда я писал ее, то больше всего на свете мне хотелось, чтобы каждый читатель осознал, что внутри него существует неиссякаемый источник творческой силы. Силы, которая может полностью изменить его судьбу.

Что такое клуб «Пяти Утра»? Это философия, которую исповедуют сотни тысяч самых успешных людей планеты. Среди них лидеры промышленности, богатейшие финансисты, создатели мировых брендов, олимпийские чемпионы, виртуозные музыканты и члены королевских семей.

Эту книгу я писал в течение четырех лет. За это время я побывал во всех местах, которые здесь описаны: на Маврикии, в Италии, Бразилии, Южной Африке, Швейцарии и Канаде. Все эти четыре года мои герои незримо сопровождали меня. Внутренним взором я наблюдал, как меняются их характеры и судьбы. Я сопереживал им так, будто это мои ближайшие друзья.

В работе над книгой были и взлеты, и падения. Порой нужные слова приходили как бы ниоткуда и сами складывались в предложения. Но бывало и так, что я часами смотрел на экран ноутбука, но не мог написать ни слова. Иногда мне вообще хотелось поднять белый флаг и отказаться от своей затеи. В эти тяжелые дни моей единственной мотивацией было лишь чувство моральной ответственности перед читателями, которые ждали от меня новых откровений.

Без всякого преувеличения скажу, что в этот текст я вложил всю свою душу. И я безгранично благодарен всем лю-

дям, которые щедро делились со мной своим опытом.

Я посвящаю эту книгу всем, кто хочет стать героем. Ведь героическое начало заложено в каждом из нас. Нужно только иметь смелость признать это и начать свой путь к Величию.

С любовью и уважением…

# Глава 1
# Стоя на краю

«Застрелиться? Как-то не по-женски. Повеситься? Слишком театрально. А может, лечь в ванну и вскрыть вены? Нет, это будет долго, и я могу изменить решение».

Так думала молодая леди, мучаясь вопросом – как покончить с собой быстро, безболезненно и наверняка.

А ведь всего лишь год назад ничто не предвещало такого сокрушительного поражения. Она была богата, успешна и знаменита. Женщины завидовали ей, мужчины – уважали и побаивались. Ее называли Бизнес-леди – и она полностью соответствовала этому гордому имени.

Идея стартапа, который превратился в процветающую IT-компанию, пришла к ней еще в колледже. Десять лет она возглавляла фирму, не подозревая о том, что все может кончиться так трагически и внезапно.

Ей было едва за тридцать, она была хороша собой, элегантна и… одинока. Впрочем, личная жизнь ее мало заботила. На все вопросы о семейном положении Бизнес-леди отвечала: «Я замужем за работой, и этот брак – по любви».

Но сейчас ее «брак по любви» дал огромную трещину. Она сама нашла этих людей, которые показались ей надежными партнерами. Она сама уговорила их стать инвесторами. А они за ее спиной начали активно скупать акции ком-

пании. И вот, в один несчастный день, она обнаружила, что больше не владеет контрольным пакетом. Теперь ее вынуждали продать свою долю за бесценок и уйти из компании.

Это было хуже, чем смерть. Продать свое детище? Фирму, которую она создала буквально из ничего? Она помнила, как по ночам составляла бизнес-планы, как набирала людей, как выстраивала команду…

И теперь она должна или искать новую работу, или…

В конце концов она решила принять снотворное. Целую упаковку. Это просто и надежно. К тому же она ничего не почувствует. Просто закроет глаза… и больше никогда не проснется.

Она решительно взяла стакан и уже собиралась наполнить его водой, как тут взгляд ее упал на белый конверт на дубовом комоде. Бизнес-леди нахмурила брови, пытаясь вспомнить, что это за письмо. Потом улыбнулась: ну, конечно же! Это от матери – та прислала ей приглашение на конференцию по личностному росту. Молодая женщина поставила стакан на место и открыла конверт.

– Чуда я, конечно, не жду, – произнесла она вслух. – Но, с другой стороны, что мне терять?

# Глава 2
# Как стать Легендой. Философия Величия

*Не позволяйте своей жизни сгинуть в безнадежных болотах под названием «не могу», «еще не время» и «это не для меня». Не дайте своему врожденному гению погаснуть в одинокой досаде на жизнь и жалеть о том, что не сбылось. Какой бы смелой ни была ваша мечта, она осуществима. Идите вперед и возьмите то, что принадлежит вам по праву!*
***Айн Рэнд***

Да, его недаром назвали Заклинателем. Когда он говорил, замолкали даже самые беспокойные умы. Его невозможно было не слушать.

Ему уже минуло восемьдесят, он приближался к концу своей легендарной жизни. Но у него еще было достаточно сил, чтобы помогать простым людям становиться великими.

Его выступления собирали стадионы. На конференции с его участием было не попасть. Мир, помешанный на материальном успехе, жаждал, чтобы ему открыли главный секрет счастья. Под этим словом кто-то подразумевал богатство, кто-то – здоровье, кто-то неиссякаемую творческую продуктивность, а кто-то стремился получить все это вместе.

За каким бы даром человек ни приходил к Заклинателю, он непременно обретал то, что было ему нужно.

Знаменитый гуру щедро делился откровениями, которые помогали обрести решительность и силу воина, и вместе с тем – сохранить уязвимость и непосредственность детской части души. С его помощью не один финансист сделал головокружительную карьеру, и не один бизнесмен сколотил состояние. Заклинатель мог спасти тонущий бизнес, указать путь к богатству. Но своей главной задачей он считал научить людей радоваться жизни. Никакой гений не может развиваться без радости. Наслаждаться волшебными моментами, которые составляют полноту бытия, – вот что было сердцем его философии.

От природы Заклинатель был высок. Несмотря на преклонные годы, он сохранил великолепную осанку и аристократически гордый вид. Одевался он всегда элегантно и носил костюмы по фигуре. Перед слушателями он предстал в идеально скроенном сером костюме с отливом и белой шелковой рубашке. Дополняли щегольский образ стильные очки с элегантным отливом.

Выдержав драматическую паузу, Заклинатель заговорил.

– У меня есть для вас две новости. – сообщил он аудитории. – Одна – ужасная. Другая – просто потрясающая. Первая новость состоит в том, что жизнь коротка. Часы смерти уже начали свой отсчет, и с каждой минутой у каждого из вас остается все меньше и меньше времени. Но есть и хоро-

шие вести. А именно: сколько бы ни было отмерено каждому из вас, вы еще можете успеть исполнить свою самую заветную, самую великую, самую невероятную мечту. И для этого вам не нужны миллионы долларов или связи в высших эшелонах власти. Все, что вам необходимо, у вас есть прямо сейчас. Вот здесь. – Он стукнул себя в грудь. – В вашем сердце. Что мешает вам пользоваться всеми теми сокровищами, которые скрыты в вашей душе? Только то, что вы не подозреваете, какие несметные богатства таятся внутри вашего разума. Вы добровольно присоединились к обществу, где счастье измеряется дизайнерской обувью, дорогой одеждой и самыми крутыми гаджетами. Но если бы вы потратили хотя бы часть той энергии, с которой пытаетесь достать все эти вещи, на собственное развитие – вы преуспели бы, как никто из ныне живущих.

Он умолк и грозным взглядом обвел зрительный зал.

– Вы пришли, чтобы услышать от меня секрет счастья и процветания, – громовым голосом продолжил он. – Но как вы сможете воспользоваться им, вы, киберзомби, чей разум поглощен цифровыми устройствами? Разбейте этот призрачный мир и возвратитесь к Реальности, для которой вы были рождены. Измените свою жизнь прямо сейчас и сделайте первый шаг к Мастерству, Любви и Величию. Перестаньте быть эгоцентристами. Мир не вращается вокруг вас. Все эти вещи, которым вы буквально поклоняетесь, созданы не для того, чтобы удовлетворить вашу ненасытную потреб-

ность в признании. Это всего лишь антураж, который играет в вашей жизни даже не десятую роль. Главное – это вы сами. И чтобы получить то, чего вам на самом деле не хватает, вы должны сначала отдать. Все великие в этом мире стремились отдавать, а не брать. Тратить, а не копить. Ведь жизнь – это поток. Гений – тот, через кого она течет свободно. Так станьте же гениями. Отпустите контроль. Творите красоту и отдавайте ее миру. И тогда вы уподобитесь богам.

Последние слова вдохновенный оратор произнес почти шепотом. Зрители молчали и ждали продолжения. Но пауза все не кончалась. В динамиках было слышно только тяжелое дыхание с каким-то нехорошим присвистом. Лицо Заклинателя было бледным. Глаза слишком сильно блестели. Тем, кто сидел в первых рядах, было видно, что он вот-вот заплачет.

Наконец он заговорил вновь.

– Каждый из вас в глубине души знает, что рожден не просто так. У каждого из вас есть свое призвание. Но мир сделал все, чтобы вы забыли о нем и думали о себе как о самом обычном человеке, которому суждено прожить самую обычную жизнь. Но сегодня я сорву с вас покрывало этой опаснейшей из иллюзий. Вы не обязаны оставаться в болоте посредственности. У вас есть право в любую минуту покинуть его. Вы – величайшее творение Создателя. Так соответствуйте же этому величию! Не бойтесь поражений, не бойтесь неудач. Не бойтесь критики со стороны тех, кто на-

мерен всю жизнь сидеть в тюрьме всеобщих заблуждений. И успех, и неудача – всего лишь остановки на вашем пути к совершенству. Когда вы выйдете за рамки навязанных правил и понятий о том, «как надо жить», то сами поймете, что к чему. Я знал тысячи людей. Я наблюдал за сотнями судеб. Каждый раз, когда человек снимал ограничения своего разума и у него отрастали крылья, я радовался и взлетал вместе с ним. Но видел я немало тех, кто поставил трусость выше дерзновения. Кто поддался своим страхам и в конце концов погиб бесславной смертью раба. Решайте, кто вы: победитель или раб? Сделайте выбор прямо сейчас.

После этих слов раздались аплодисменты. Речь Заклинателя многих задела за живое. Заклинатель поднял руку, призывая к тишине.

– Но я прошу вас не воспринимать мои слова как обвинение, – сказал он. – Какие бы ни были проблемы у каждого сидящего в зале, я понимаю вас, как никто другой. Не надо думать, что я всегда разъезжал по свету, помогая другим людям превратить их жизнь в сказку. И у меня были непростые времена – ведь я тоже человек. Я пережил то же, что и вы. В детстве я мечтал о жизни, полной чудесных приключений. Я думал, что каждый день будет приносить мне новое открытие и новую радость. Но взрослая жизнь разбила мои мечты. Мне, как и многим из вас, пришлось отдать лучшие годы работе, которая не давала мне ничего, кроме скудного куска хлеба. Работе, которая иссушала душу. Я совершал

массу бесполезных действий, беспокоился, контролировал, терял силы и здоровье. И я попал в капкан ложных целей и сиюминутных желаний. Я был рабом, и я умер как раб.

По залу прокатился вздох удивления.

– Да-да, я умер! – продолжал Заклинатель. – Ведь многие из нас умирают в тридцать, хотя ложатся в землю в восемьдесят. Так умер и я. Но мне повезло: я сумел воскреснуть. Но уже не рабом, а свободным человеком. И я могу воскресить вас. И сделать вашу жизнь совсем иной. Волшебной. Восхитительной. Особенной. Вашей.

Вдруг он схватился за сердце, пошатнулся и буквально сполз в кресло, которое один из помощников, видя, что Заклинателю плохо, быстро вынес на сцену.

Отдышавшись, Заклинатель продолжил свою речь уже сидя:

– Впрочем, есть в этом зале и те, кто уже нашел свой путь и исполнил свое призвание. Кто-то из них суперуспешен в бизнесе, кто-то создает шедевры искусства, а кто-то просто делает то, что ему нравится, и не слишком печется о материальных благах. Неважно, чем занимаются эти люди. Важно, что они живут. Я от всего сердца приветствую вас, братья! – Он слегка привстал и поклонился. – Но и вы знали темные времена, когда казалось, что весь мир ополчился против вас. Вы переживали творческое бесплодие, когда идеи, казалось, покинули вас навсегда. Вы были подвержены страхам, боялись рисковать и больше всего беспокоились о том, что по-

думают о вас другие. Замки вашей мечты рушились, а реки храбрости высыхали. Вы знаете, что такое жить вполсилы. Вы знаете, что такое оплакивать детскую мечту. Вы знаете, что такое терять идеал. И ваша душа когда-то была разоренной страной, по которой прошлось вражеское войско.

В громадном конференц-зале стало тихо-тихо.

– Но вы сумели подняться из руин, воскреснуть, подобно Фениксу. – Он возвысил голос. – Вы расправили крылья и отправились в полет, не зная, что ожидает вас впереди. Но вы знали одно: что бы с вами ни происходило, внутри вы уже свободны. И я обращаюсь ко всем в этом зале: не бойтесь являть себя миру! Не позволяйте пережитой боли становиться между вами и вашим сказочным будущим! Вы неизмеримо могущественнее, чем вам кажется. Грандиозные победы, божественные откровения, великолепные дары Вселенной уже на пути к вам! Даже если сейчас вы на дне и кажется, что жизнь разлетелась на кусочки и вам никогда не собрать себя в единое целое. Просто поверьте мне. То, что сегодня видится в самом мрачном свете, завтра озарится зарей новой жизни. Вы чувствуете себя побежденным – но лишь потому, что ваши страхи сильнее вашей веры. Пока сильнее. Не слушайте их. Разбейте громкоговоритель, из которого несутся все эти голоса сомнений, тревог и беспокойства. Прислушайтесь к тихому голосу своей мечты. Она подскажет, в каком направлении двигаться. И вы увидите, что прямо сейчас вы можете сделать первый шаг. Ведь у вас уже есть все, что

необходимо для свершений.

– Легко говорить! – выкрикнул парень в красной бейсболке, сидевший в пятом ряду. Публика моментально обернулась к нему, отчего он слегка смутился.

– Абсолютно согласен с вами, друг мой, – отозвался Заклинатель. Он поднялся с кресла и подошел к самому краю сцены. – Когда говорящий не подкрепляет свои слова делом, они ничего не стоят. Лучше сделать криво и косо, чем не сделать никак. Самое ничтожное воплощение ценнее, чем величайшее из намерений. Но сделать всегда сложнее, чем сказать. Если бы все было так гладко, как на словах, мы давно бы жили в счастливейшем из миров.

– Об этом я и толкую! – крикнул парень в бейсболке. – Так как же воплотить все эти чудеса? Можно практический совет?

– Можно, – улыбнулся Заклинатель. – Вот вам совет номер один: выйдите из зоны комфорта.

– Все так говорят! – не унимался парень. – Но что это значит?

– Это значит, что каждый день нужно покидать свою безопасную гавань и пускаться в плавание по океану неизвестности. Вы хотели практический совет? Вот он: начните вставать в пять утра. Это выбьет вас из зоны комфорта лучше, чем любая неожиданная катастрофа. Но это именно то, чем ежедневно занимаются легенды мирового бизнеса и мастера мирового уровня.

Парень захлопал в ладоши. Зал присоединился к его аплодисментам.

– С юных лет нас приучают думать, что есть какой-то один раз и навсегда заведенный порядок, один-единственный верный путь. Вы должны родиться, получить профессию, найти работу и упорно трудиться до конца жизни. Миллионы так и делают, но спросите любого из них: счастлив ли он? Нет, нет и еще раз нет! Привычная колея не может быть путем к счастью! Чтобы найти свою дорогу, нужно свернуть туда, где, кажется, и вовсе нет никакой тропы. Но, чтобы решиться на это, нужно быть очень сильным человеком. А общество состоит в основном их мягкотелых, нерешительных и трусливых людей. Которые позабыли о том, что им дано воображение, что им подарены чувства, что они могут мечтать! Но мечта не живет без трудностей. А люди боятся трудностей. Они предпочитают следовать привычным, хотя и не слишком радостным путем, лишь бы не преодолевать препятствия.

Он тяжело и шумно вздохнул.

– Трудности, испытания, проблемы – это прекрасно! – вдохновенно воскликнул он. – Гений не рождается в теплом болоте. Он закаляется в огне испытаний, в ледяной воде упорства! Каждый день вы должны отодвигать границы своих возможностей – через боль, через преодоление, через отчаяние. Быть может, вы слышали Майлза Дэвиса, этого джазового волшебника. Мало кто знает, что вся его жизнь была

сплошной битвой. Он безжалостно вытаскивал себя за пределы «нормы», искал там, куда другие не смотрели, пробовал то, что было запрещено. А все потому, что он чувствовал в себе фантастический талант, который никогда бы не реализовался в общепринятом русле. А Микеланджело, этот мученик от искусства! Он нес громадные умственные, эмоциональные, физические и духовные затраты – но создавал бессмертные творения. А Роза Паркс, простая швея, которую упекли в кутузку за то, что она не уступила свое место белой женщине. Ее тюрьма стала ступенькой к свободе для всех чернокожих людей. А чем занимался Дарвин? Да полной ерундой, по мнению многих «нормальных» людей, которые жили в его время. Он восемь лет изучал усоногих рачков – да-да, усоногих рачков – пока не сформулировал свою знаменитую теорию эволюции. Подлинное величие требует жертв. Вам придется пройти через критику и осуждение, через бедность и лишения, через болезни и депрессии. Но если и есть в мире человек, способный остановить вас на пути к мечте, то это только вы сами. Выбирайте, что лучше – осмысленная, смелая, озаренная светом мечты жизнь – или жалкое прозябание с телефоном в руках. Стоит ли жалеть свою жизнь, если вы тратите ее на просмотр картинок и болтовню с виртуальными друзьями, большинство которых выдает себя за кого-то другого?

Заклинатель встал на самом краешке сцены и стал пристально вглядываться в темноту зрительного зала, словно хо-

тел увидеть там кого-то, кого он давно знал.

– Известно ли вам, что Стивен Кинг, прежде чем вышла его первая книга, учил детишек английскому языку в школе для бедных, а по вечерам подрабатывал в прачечной? – негромким, но очень твердым голосом произнес он. – И я не назову Кинга примером решительности и настойчивости. Ведь в один ужасный день он, отчаявшись достучаться до издателей, выкинул все свои рукописи в помойку! И если бы не Табита, его преданная жена, которая бесконечно верила в гениальность мужа, мир потерял бы одного из талантливейших авторов современности. Эта мудрая женщина достала бумаги из ведра, отряхнула от мусора, и послала в издательство – вместе с припиской, что это гениальная книга. Это был «Кэрри», первый роман Кинга, принесший ему всемирную славу. Но, если вы думаете, что он проснулся столь же богатым, сколь и знаменитым, вы ошибаетесь. Его гонорар составлял всего лишь две с половиной тысячи долларов – мизерная сумма по сравнению с тем, сколько заработало издательство на этой великой книге.

– Это правда? – удивленно воскликнула женщина в первом ряду. На ней была роскошная зеленая шляпа с огромным алым пером. Это нелепое сочетание говорило о том, что хозяйка шляпы – натура творческая.

– Чистейшая правда, – кивнул Заклинатель. – Как и то, что Ван Гог, создавший девятьсот полотен и больше тысячи рисунков, при жизни едва сводил концы с концами. Сла-

ва пришла к нему лишь после смерти. Быть легендой всегда нелегко. Но какие бы трудности ни ждали меня на этом пути, я буду двигаться вперед. Ибо остаться на месте – значит застояться. Помните: то, что доставляет вам величайшие неприятности, таит в себе огромные сокровища. Идите навстречу тому, что пугает вас. Вступите в схватку с самым страшным чудовищем. И вы вернете себе силу, которая принадлежит вам по праву. Вы…

Тут голос его сорвался. Он схватился за горло и дернул ворот рубашки. Вывалив язык, он начал часто и шумно дышать. За кулисами показался мужчина в черной униформе. Он что-то произнес в радиомикрофон, закрепленный у его подбородка. Свет замигал, с улицы послышалась сирена.

На сцену выскочила помощница Заклинателя, стройная привлекательная женщина в облегающем черном платье. Она вытянула вперед руки, чтобы подхватить старого гуру, но опоздала.

Заклинатель рухнул на деревянный пол, словно отправленный в нокаут боксер. Падая, он задел виском деревянную спинку кресла, и из ранки сочилась кровь. Под каблуками помощницы хрустнули стильные очки. Из-за кулис выбежали двое санитаров с носилками. Все произошло так быстро, что сидевшие в зале люди не успели ничего понять. По громкой связи объявили, что конференция закончена и попросили очистить зал.

# Глава 3
# Неожиданное знакомство

*Самая большая ошибка человека заключается в том, что он полагает, будто впереди десять тысяч лет. Между тем рука смерти уже зависла над ним. Для величия у вас есть ровно один день – сегодняшний. Живите так, словно вы уже стали великим.*
***Марк Аврелий, римский император***

На конференции Бизнес-леди познакомилась с несколькими предпринимателями, которые работали в смежных отраслях. Всем им она говорила, что пришла сюда затем, чтобы послушать легендарного бизнес-гуру и узнать секрет взрывной продуктивности. Но это была неправда. Продуктивность ее волновала меньше всего, да и бизнес с некоторых пор ушел на второй план. Билет на конференцию стал ее последней надеждой, соломинкой, за которую хватается утопающий. Она пришла сюда, чтобы спасти себе жизнь.

Художник же, напротив, не думал о жизни и смерти. Больше всего на свете его волновала его собственная живопись. Когда-то это занятие приносило ему подлинное наслаждение, но вот уже несколько лет он пребывал в творческом кризисе. Художник надеялся, что Заклинатель откроет ему новый путь, на котором он вновь обретет вдохновение.

А что же бездомный? По-видимому, он просто замерз и просочился мимо охранников в конференц-зал, чтобы погреться. Увидел свободное местечко, и, ни у кого не спрашиваясь, занял его.

Так вся эта троица оказалась рядом.

– Думаете, он умер? – спросила Бизнес-леди у Художника, нервно теребившего свои длинные, как у Боба Марли, дреды.

– А? Что? – очнулся от своих мыслей Художник и посмотрел на девушку. Глаз живописца отметил ее красоту и правильные черты лица. Она была довольно молода, но выглядела явно старше своих лет. Глубокая морщина пролегла между темными, изящно изогнутыми бровями. Каштановые волосы были убраны в строгую прическу, которая тоже прибавляла возраст. Но свежее лицо и ясные глаза говорили о том, что ей около тридцати. Белая блузка красиво облегала высокую грудь и тонкую талию, а строгая юбка подчеркивала стройность ног.

– Я спрашиваю, не умер ли Заклинатель? – повторила она свой вопрос.

– Все может быть, – сказал Художник. – Приступы в таком возрасте. Да и головой он приложился, как следует. Хотя… Человек, который знает такие вещи, вряд ли умрет таким банальным образом.

– Какие «такие»? – усмехнулась Бизнес-леди. – Честно говоря, я нечасто хожу на подобные встречи, но что-то мне с трудом верится, что, для того чтобы решить все проблемы,

нужно вставать в пять утра. Впрочем, под некоторыми его словами я, пожалуй, готова подписаться. Например, то, что он говорил про гаджеты. Я полностью согласна с тем, что они крадут время и разрушают бизнес.

– Ну, это не самое крутое! – с азартом отозвался Художник. – Старика недаром прозвали Заклинателем. Лично мне он очень помог. Но то, как он рухнул… Это просто невероятно! До сих пор не могу понять, спектакль это или взаправду.

Бизнес-леди пристально взглянула на Художника. Ей категорически не понравилась его неформальная прическа и изрисованные руки. Тем не менее лицо привлекало своей добротой и открытостью. Вместе с тем чувствовалось, что внутри этого человека происходит какая-то внутренняя борьба. Так оно и было. Художника разрывали изнутри противоречивые желания. Поэтому он с таким рвением брался за работу, но через некоторое время терял к ней интерес и начинал саботировать свои собственные оригинальные идеи.

Он был высок и отличался плотным телосложением. Из-под черной футболки выпирал внушительный живот. Рваные джинсы были заправлены в высокие армейские ботинки. На мощных руках красовались затейливые татуировки. Одна гласила: «Богачи – жулики». Другая цитировала Сальвадора Дали, знаменитого испанского художника: «Я не принимаю наркотики. Я сам – наркотик».

– Привет, ребята, – неожиданно громким и хриплым голосом произнес бездомный. Бизнес-леди удивленно повер-

нулась к нему. В темноте конференц-зала она не сразу разглядела его спутанные волосы, небритое лицо и разномастный наряд из поношенных тряпок. Ей никогда бы в голову не пришло вступить в разговор с подобным персонажем.

– Я могу вам чем-нибудь помочь? – отозвалась она ледяным, как арктический ветер, голосом.

– Привет, брат, – тепло поздоровался Художник. – Что-то хочешь нам сказать?

Бездомный откашлялся, почесал немытую голову и сказал:

– А здорово грохнулся тот старикан на сцене! Только я думаю, не склеил ли он ласты. Будет обидно, мужик умный.

– Умный, – согласился Художник. – Пока что мне не доводилось слышать такие глубокие вещи. Жаль, что с ним случился припадок. Я бы хотел с ним поговорить.

– Ну уж глубокие! – саркастически заметила Бизнес-леди. – В том, что он говорил, безусловно, есть свой резон. Но многое спорно.

– Не знаю, что уж такого спорного вы от него услышали. – Бездомный неаппетитно рыгнул, отчего Бизнес-леди брезгливо поморщилась. – Но лично я заработал не один миллиард, следуя его методе.

Услышав это, Художник не смог подавить улыбку. Бродяга же продолжал хвастаться:

– У меня есть все, что душа пожелает. Так называемая «красивая жизнь», о которой все мечтают, для меня – повсе-

дневность. Яхты, виллы, самолеты… Я уже перестал считать все это добро.

– И как же вам удалось заработать на все эти вещи? – с ехидцей спросила Бизнес-леди. Бродяга ее развеселил.

– Очень просто: я научился творить чудеса. – Он подмигнул. – Люди хотят, чтобы чудеса сыпались на них, как из рога изобилия. К счастью, я рано понял, что самое большое чудо в мире – сам человек. Это мне объяснил один философ, которого лично я считаю величайшим умом современности. Он посвятил меня в тайны богатства и процветания. Кстати, подъем в пять утра и определенный утренний распорядок, о котором вещал этот гуру со сцены, – одна из этих тайн.

Художник посмотрел на бродягу со смесью изумления и интереса. Выглядел бездомный очень живописно: лоб его пересекал рваный шрам. Седая всклокоченная борода топорщилась так, что было не видно рта. На шее красовались длинные бусы из священного индийского дерева туласи.

Художник ни на йоту не поверил его россказням о богатстве, но уверенный и властный тон, которым говорил бродяга, не оставлял места сомнениям.

– По-моему, у него просто поехала крыша, – прошептала Бизнес-леди Художнику. – Если он богат, то я Мать Тереза.

– Да, выглядит как городской сумасшедший, – тихонько ответил Художник. – Но эти часы… Такие носят лишь олигархи.

Бизнес-леди кинула быстрый взгляд на руку бездомного.

Там, на левом запястье, поблескивал один из тех массивных хронометров, какие носят владельцы британских хедж-фондов. Темный, как ночь, циферблат в платиновом ободке, тонкие фосфоресцирующие стрелки, тишайший ход. Особую выразительность этому предмету аристократической роскоши придавало то, что вместо ремешка была использована обычная черная резинка.

– Такие стоят не меньше ста тысяч, – присвистнула Бизнес-леди. – Один из моих партнеров продал все акции, чтобы купить такие. Что интересно, на следующий день биржа рухнула, и акции обесценились. А он остался при часах.

– Ну так что скажете про то, что задвигал нам этот так называемый Заклинатель? – развязно произнес бродяга. – Надеюсь, вы не слишком-то поверили этим байкам про психологию гения? Знаете, особенно меня повеселило, когда он начал нести чушь про какие-то секреты миллиардеров в самой середине своей речи. Что касается нейробиологии, то я лично могу порассказать кое-что покруче. Да и теория личной ответственности мне показалась так себе. А вот финал был что надо. Как он эпично грохнулся! Я аж подскочил на месте! Но знаете, наш гуру так и не сказал главного. Уоррен Баффет (вам, леди, это имя должно быть знакомо), – проникновенно сказал бездомный, наклоняясь к девушке. – Так вот, Уоррен Баффет, блестящий финансист, говорил, что богатые больше всего ценят время. А бедные – деньги. Это весьма мудрые слова! Баффет знал, о чем говорил. Итак, о време-

ни. – Он вскинул левую руку и посмотрел на свои аристократические часы. – Его у меня не так много. Мой пилот уже заждался, а диспетчеры не могут держать взлетную полосу пустой слишком долго. Я ведь говорил вам, что у меня есть самолеты. На одном из них я сегодня отправлюсь в свою приморскую резиденцию.

«По-моему, он бредит», – подумала Бизнес-леди. А вслух произнесла:

– Баффет также говорил: «Я покупаю дорогие костюмы. Просто они на мне дешево смотрятся». Возможно, вы и эту цитату помните. Не хочу показаться грубой, но я не совсем понимаю, как вы сюда попали. И понятия не имею, откуда у вас эти дорогие часы и о каком самолете вы толкуете. Но очень прошу вас: пожалуйста, прекратите говорить в таком тоне о случившемся. Здесь нет ничего смешного. Серьезно, я не уверена, что Заклинатель еще жив.

– В самом деле, брат, – поддакнул Художник. – С такими вещами нужно быть поучтивее. И откуда только у тебя эти словечки? Ты хоть знаешь, что такое серф?

– Вы какие-то чересчур серьезные, ребята, – засмеялся бездомный. – А на твой вопрос отвечу так: что такое серф, я знал еще тогда, когда вы не родились. Вся моя юность прошла на доске в Малибу. Вам и не снились те чудеса баланса, которые я вытворял на самых краешках волн! Сейчас, правда, годы уже не те. Выбираю места, где море поспокойнее, например, залив Тамарен. Впрочем, вряд ли вам даже при-

ходилось слышать об этом месте.

– Ваш гонор совершенно невыносим, – ледяным тоном заявила Бизнес-леди.

Бродяга не обратил на ее выпад ни малейшего внимания.

– Да что там серфинг! – Он явно любовался собой. – При моих возможностях я могу заниматься чем хочу, где хочу и когда хочу. Немного найдется в мире людей успешнее меня. У меня есть пара десятков компаний (не самых мелких, к вашему сведению). Они приносят мне миллиарды, забавно, да? Так что меня действительно ждет мой личный самолет, и находится он совсем неподалеку отсюда, на небольшом частном аэродроме. Я задержу вас ненадолго. Только ответьте мне, какая часть выступления вам понравилась больше всего?

– Я решу это после, – ответил Художник. – Когда прослушаю запись.

– Запись? – Бродяга подпрыгнул на месте. – Тебе что, не знакомо понятие «авторское право»? Адвокаты этого гуру могут оставить тебя без штанов, если узнают.

– Да, это противозаконно, – кивнула Бизнес-леди. – Вас же предупреждали на входе, что видеосъемка и аудиозапись запрещены.

– Плевать я хотел на их запреты, – насмешливо сказал Художник. – Знаете, что говорил Пикассо? «Если хочешь стать профессионалом – учи правила. Если хочешь стать художником – нарушай их». Авторское право! Священная дойная

корова для жуликов от бизнеса. Не далее как полчаса назад тот же Заклинатель сказал: «Можете идти вместе со всеми. А можете и свернуть. Выбор за вами». Вот я и свернул. И что вы со мной сделаете? Вызовете полицию? Посадите в тюрьму? Что ж, это тоже будет приключение.

– А ведь ты прав, брат, – неожиданно согласился бездомный. – И хотя у меня другое мнение по поводу авторских прав, но я уважаю твой выбор. Может, дашь нам сейчас послушать?

– О'кей, – на лице Художника засияла улыбка. – Сейчас, только найду нужный фрагмент. Но предупреждаю: то, что вы услышите, взорвет вам мозг!

Он вскинул руку, и в свете прожекторов стало видно мастерски исполненную татуировку – портрет Джимми Хендрикса. Под ним была каллиграфическая надпись: «Когда власть любви одолеет любовь к власти, мир познает покой».

– Ничего, мозги у нас крепкие, – усмехнулась Бизнес-леди. Глаза ее блестели. Слова Художника вызвали в ней чувство давно забытой радости и азарта.

Это странное стечение обстоятельств: подаренный билет на конференцию, речь Заклинателя, его припадок, знакомство с Художником и этим странным бродягой… Между этими событиями была явная связь, словно кто-то писал пьесу, в которой она должна была сыграть одну из главных ролей. Художник, казавшийся таким мягким и нерешительным, проявил настоящее упорство, когда дошло до дела. Ее

поразило, с какой решительностью он отстаивал собственное мнение, хотя оно противоречило закону. Она всегда считала себя кристально честным человеком и тщательно соблюдала все правила. Но сейчас ей вдруг подумалось, что, возможно, он не так уж неправ, этот странный человек с татуировками и дредами. «А может быть, есть другой способ существования? – думала она. – Может быть, мне пора измениться и начать играть по собственным правилам, как этот Художник?» Ей вспомнилась фраза Тео Рузвельта: «Грош цена тому, кто тычет пальцем в сильного и ждет, пока он споткнется, чтобы разразиться потоком критики. Я уважаю тех, кто бьется на арене, чье лицо перепачкано пылью, потом и кровью; кто ошибается, играет – и проигрывает. Ведь не бывает победы без поражений и усилий без ошибок. Любой, кто делает дело, ошибется не раз. Но лучше проиграть в благородном дерзании, чем всю жизнь прозябать в безопасной затхлости, не зная ни горечи поражения, ни сладкого вкуса победы». Нечто подобное она читала и в рекламной брошюре конференции. Там, на первой странице, была цитата Заклинателя: «Когда вам захочется сдаться – идите вперед, ибо до победы остались считанные шаги». Бизнес-леди прислушалась к себе и поняла, что не может просто так сейчас взять и уйти. Она должна остаться и еще раз услышать речь Заклинателя. Негромкий голос ее истинного «я» начинал нашептывать, что вот-вот начнется совершенно особенное приключение.

# Глава 4
# Выйти за рамки обычного

*Ну, иногда я успевала поверить в целых шесть невозможных вещей еще до завтрака.*
***Льюис Кэррол, «Алиса в Стране Чудес»***

– Ты вроде художник? – спросил бездомный, теребя отрывающуюся пуговицу на поношенной рубахе.

– Вроде, – усмехнулся Художник. – И неплохой, между прочим. Хотя и не великий.

– В моей цюрихской резиденции много живописи, – важно объявил бродяга. – Будешь на Банхофштрассе – заезжай, покажу тебе свою коллекцию. Мне повезло: я покупал картины еще до того, как начался этот аукционный бум и цены поднялись до небес. Только не подумайте, ребята, что я из тех толстосумов, для которых предметы искусства всего лишь признак принадлежности к определенному классу. Я – настоящий ценитель. И считаю, что нужно окружать себя произведениями истинных мастеров, к чему бы это ни относилось. Я и в бизнесе-то имею дело лишь с игроками первой лиги. Видите ли, если вы находитесь на уровне «А», вам сложно будет найти общий язык с теми, кто стоит на уровне «С». Да и продукты, которые мы разрабатываем, не имеют аналогов. Я предпочитаю менять мир, а не производить то,

чего и так полным-полно. И так во всем. Питаюсь я только лучшей пищей, хотя и стараюсь не злоупотреблять деликатесами. Читаю только самые глубокие книги, отдыхаю в самых красивых местах и слушаю музыку только в самом виртуозном исполнении. Я не люблю полумер. Жизнь слишком коротка и мимолетна, чтобы соглашаться на кое-какое качество и общаться с теми, кто не на одной волне с тобой. У кого иные ценности и более низкие запросы, чем у тебя. У кого другой склад ума, склад сердца, склад здоровья и склад души. Если бы вы знали, ребята, как сильно влияет на нас наше окружение, вы бы очень тщательно подходили к выбору друзей и деловых партнеров.

Он пристальным взглядом посмотрел на Бизнес-леди. Молодая женщина вздрогнула. Чтобы не выдать замешательства, она схватила телефон.

«Откуда он может знать?» – только и подумала она.

Художник заметил этот судорожный жест. Он невольно залюбовался ее тонкими запястьями, на которых блестели два серебряных браслета. На одном была написана фраза: «„Не могу“ – всего лишь слова. Убери „не“ и сделай то, что должен!» Гравировка на другом браслете гласила: «Лучше неловкое действие, чем идеальное бездействие». Бизнес-леди купила их много лет назад, на одном форуме для молодых бизнесменов. Тогда она еще только подумывала о том, чтобы открыть свою компанию.

– Про склад ума мне понятно, – сказал Художник. – Но

что такое «склад здоровья» и «склад души»?

– Узнаешь в свое время, – загадочно произнес бродяга. – И к тому моменту у тебя будут совсем другие понятия о творчестве и призвании. Изменятся твои отношения с миром и с самим собой. Ты станешь одним из Вершителей Истории – запомни это пророчество. Тебе крупно повезло, приятель, что мы сегодня встретились. Потому что знание, которым я собираюсь поделиться с вами, доступно лишь горстке людей на этой планете. Что касается меня, то я стремлюсь к совершенству во всех областях своей жизни. И это касается не только того, что у меня внутри. Но и моего непосредственного окружения. Видите ли, друзья, окружение во многом формирует нашу душу. Искусство гармонизирует эмоциональную сферу. Беседы с мудрецами углубляют разум и дают семя для новых идей. Вот почему так важно выбирать себе правильных собеседников. Ведь, совершенствуя себя, мы улучшаем этот мир.

Он запустил пятерню в спутанную бороду и сделал неловкую попытку причесать ее.

– Знаете, в чем парадокс? – с хитрой ухмылкой спросил он. – Все стремятся к богатству, и почти никто не любит богачей. В этом есть свой резон. Большинство бизнесменов на все пойдут, лишь бы увеличить свое и без того огромное состояние. Но как есть спорт высоких достижений, так существует и высокий бизнес. Его лидеры руководствуются только одной целью: принести обществу как можно больше поль-

зы. К сожалению, это лишь 5 % от всего числа тех, кто занимается коммерцией. И я горжусь тем, что вхожу в эти пять процентов. Моя цель – не богатство, а служение. Когда я был молод, то гнался за деньгами. К счастью, я встретил Учителя. – Последнее слово он произнес с особым благоговением. – И это полностью изменило мое мировоззрение. Я научился зарабатывать деньги, служа человечеству.

– Безумно интересно, – сказал Художник. – А нельзя ли поговорить с этим вашим гуру?

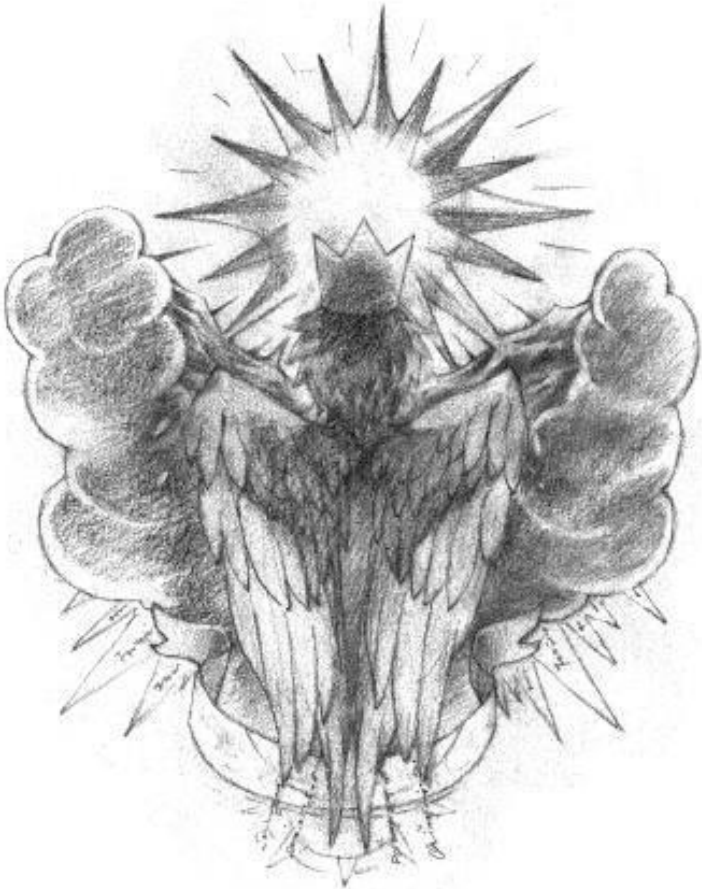
– Возможно, когда-нибудь я познакомлю вас с ним, – уклончиво сказал бродяга. Он вытянул вперед левую руку и стал любоваться своими часами. Затем сжал ладонь в кулак и быстро произнес:

– Утро – взлетная полоса моей жизни!

И тут же разжал кулак. На ладони обнаружилась небольшая карточка из плотной глянцевой бумаги. Жестом заправского фокусника он продемонстрировал им изображенный на листочке рисунок.

Художник и Бизнес-леди от изумления только рты раскрыли.

– Внутри каждого из вас есть свой гений и герой. Будучи ребенком, вы были убеждены, что родились для подвигов. Но семья и социум подавили это природное знание, и вам пришлось загнать себя в общепринятые рамки. Настало время покинуть эту тюрьму!



Бизнес-леди вскрикнула. На мгновение ей показалось, что вместо немытого бродяги перед ними стоит Заклинатель. И

правда: склад его речи, интонация голоса очень напоминали прославленного бизнес-гуру.

– Нет никаких взрослых, – вдохновенно заговорил он. – Есть лишь травмированные дети во взрослых телах. Мы все когда-то точно знали, как надо жить. Только нас никто не слушал, потому что мы были слишком малы. Вспомните, как в детстве вы смотрели на звезды, гонялись за бабочками и радовались каждой мелочи! А потом выросли и забыли, что это такое – радоваться жизни и всему, чем она наполнена. Парадокс в том, что человек по мере взросления должен становиться лучше и совершенней. А получается, что лучше и совершенней всего мы были в детстве. Затем наш шарик любви, надежды и вдохновения сдулся. Мы стали обычными людьми. Серыми, скучными, расчетливыми. Но разве кому-нибудь нравится такая жизнь? Да никому! Но тем не менее миллиарды людей стараются жить именно такой жизнью. Из кожи вон лезут, чтобы приобрести вещи, которые добавят им популярности в глазах других. Всячески подавляют свое творческое начало, стараясь подстроиться под общепринятые шаблоны. Вот что я скажу вам, друзья: бегите без оглядки из так называемого «взрослого мира»! Вы уже немало там хлебнули скуки, безразличия и разочарований. Пойдемте со мной, в настоящую реальность, полную волшебства, тайн и чудес. В этой реальности каждый человек – гений, герой и мастер. Я научу вас магии, и каждый из вас станет подобен Заклинателю.

Художник хотел что-то сказать, но бездомный остановил его взмахом руки.

– Вот ты – художник, – сказал он, повернувшись к живописцу. – И знаешь, что искусство нужно для того, чтобы открывать людям эту подлинную реальность. Мне вспоминаются слова Фернандо Пессоа, португальского писателя: «Искусство освобождает нас от мерзости бытия. Переживая несправедливость и страдания, испытываемые Гамлетом, принцем датским, мы не ощущаем собственных, каковые ничтожны, и низменны – поскольку ничтожны». А вот что сказал Ван Гог: «Я ничего не знаю наверняка, но вид звезд заставляет меня мечтать».

Вдруг бездомный закашлялся – совсем как Заклинатель перед тем, как рухнуть на сцену. Бизнес-леди настороженно посмотрела на него.

– Я не сразу стал тем, кто я есть, – продолжил он свой рассказ. – Жизнь меня немало потрепала. Но я благодарен ей за каждую минуту несчастья. Боль – это билет в глубину души. Испытания – очистительный огонь. Они выжигают из души притворство, страх и лицемерие. Героем становится лишь тот, у кого достаточно мужества пройти через боль и не сломаться. Страдание оставляет не только шрамы на душе, но и великолепные награды. Такие, как сочувствие, доброта, любовь и подлинность. Джонас Солк[2] говорил: «Мне

[2] Джонас Солк (1914–1995) – американский вирусолог, один из разработчиков первых вакцин против полиомиелита. – *Прим. ред.*

снились и хорошие сны, и кошмары, но я одолел кошмары благодаря хорошим снам».

– У меня смешанные чувства, – произнесла Бизнес-леди так тихо, что ее мог услышать только Художник. – Этот бродяга… Он или мошенник высочайшего класса, или… пророк. Все, что он говорит, необыкновенно волнует меня. Кто бы мог подумать, что человек, который живет в картонной коробке на улице, может с такой легкостью цитировать поэтов, художников и знаменитых спортсменов? Откуда у него все эти знания? И кто этот Учитель, который перевернул его мировоззрение?

Художник молча кивнул. Он испытывал те же самые чувства.

– О'кей, – обратился он к немытому незнакомцу. – Ты спрашивал, что мне больше всего понравилось в лекции. Я тебе скажу – его слова о спартанцах, вернее, об одном из правил их боевой подготовки: «Дерись прежде всего головой, а потом уже сердцем». И вот еще: «Победа готовится в утренний час, когда противник спит».

Бизнес-леди достала смартфон.

– Что-то я не помню этих слов, – пробормотала она, записывая в свой электронный дневник то, что процитировал Художник.

– Это неудивительно, – с улыбкой заметил бездомный. – Ухо слышит только то, что готов услышать разум. Мы воспринимаем то, что актуально для нас здесь и сейчас. Вот по-

чему стоит перечитывать книги и переслушивать лекции. По мере того как растет осознанность, растет и восприятие. И каждый раз вы замечаете что-то новое.

И тут раздался голос Заклинателя. Бездомный округлил глаза и стал бешено вращать головой, чтобы определить источник звука.

Художник тихо засмеялся и продемонстрировал смартфон, на который он тайком записал речь Заклинателя. Он нажал на паузу и сказал:

– Вот часть, которая мне больше всего понравилась. Думаю, нам всем стоит послушать это еще раз.

> Современная культура превратила людей в киберзомби. Масс-медиа делают все, чтобы, как на наркотик, «подсадить» людей на развлечения и сформировать клиповое сознание, которое не позволит человеку развиваться. Этому миру нужны лидеры, но тем, кто управляет миром, нужны исполнители, лишенные способности думать самостоятельно. Чтобы победить в себе зомби, нужно научиться рано вставать. Первый утренний час, когда восходит солнце, – это Час Победы. Так воспользуйтесь им! Объявите войну слабости, разверните кампанию против страха. И не бойтесь, что не сможете проснуться в пять утра. У вас все получится, если вы наберетесь решимости. Утро – стартовая площадка для вашего взлета!

Заклинатель говорил медленно, делая долгие паузы между фразами. Он тяжело дышал, как неопытный пловец, кото-

рый еще не умеет рассчитывать силы для долгих заплывов.

Художник поставил свой плеер на максимальную громкость.

> Многие задаются вопросом: в чем секрет чудесной производительности, которую показывают нам гении искусства, первооткрыватели науки и акулы бизнеса? Это тайна, которая известна всем и в то же время – никому, кроме тех, кто сделал ее частью своей жизни. И имя ей – привычка. Подъем в пять утра доступен не только «жаворонкам». Даже тот, кто всю свою сознательную жизнь ложился далеко за полночь, а вставал незадолго до полудня, может стать ранней пташкой. Если обратится к великой силе привычки.

Он сделал паузу и откашлялся.

> Люди не делятся на простых и великих. Врожденный гений – это иллюзия. Которая подкрепляется тем, что мы узнаем гения только в момент его величия. Но понятия не имеем, что было до того, как он прославился. Нам кажется, что всякий человек, добившийся исключительных результатов, прославившийся своими необыкновенными талантами, просто баловень судьбы. Удачливый игрок, сорвавший куш в лотерее ДНК. Но никакой лотереи на самом деле нет. Есть только желание, решимость и бесконечные попытки, большинство из которых заканчивается неудачей. Наблюдая великолепных игроков в бизнесе, спорте, науке и искусстве, мы видим лишь блестящие результаты. Но что к ним привело? Колоссальный труд,

маниакальная концентрация на одной-единственной цели, изматывающие тренировки и адское терпение. Запомните: любой, абсолютно любой великий мастер был когда-то подмастерьем. Нет прирожденных гениев. Есть только обычные люди, которые воспитали в себе правильные привычки.

Художник остановил запись.

– Старик дело говорит! – крякнул бездомный и встряхнул грязной рукой, словно для того, чтобы снова продемонстрировать свои дорогущие часы. Затем вскочил с места, и, вращая бедрами, как индийская танцовщица, пустился в пляс. Он закатил глаза, открыл рот и затряс головой. Вид у него был совершенно безумный. Бизнес-леди вжалась в стул, не зная, как на это реагировать.

– Какого черта ты творишь? – испуганно спросил Художник.

– Танцую! – ответил бездомный, и, словно дервиш, закружился на одном месте. – Так я выражаю свою радость от того, что только что слышал! Включай свою шарманку, пусть этот великий повар мудрости накормит нас новыми откровениями! Знаешь, как говорил Сократ: «Учить – значит разжигать аппетит». Так вот: я голоден и хочу еще!

Художник повиновался. С лица его не сходило выражение крайнего удивления и страха.

Итак – боритесь! Не поддавайтесь этому миру, который хочет заразить вас вирусом цифрового

слабоумия! Сконцентрируйте все свое внимание на тех возможностях, которые открываются перед вами каждый день. Выберите себе цель и отправляйтесь штурмовать свой собственный Эверест! Станьте первопроходцем, провидцем и визионером. Одним из тех, кто создает прекрасное, свободное, счастливое будущее. Вместо того, чтобы томиться в тюрьме прошлого. Вы мечтаете о чудесах? Так начинайте их творить уже сегодня! Раскрасьте этот мир волшебными красками своего сердца, чтобы и другие сердца расцвели! Как сказал поэт Томас Кэмпбелл, «Создать то, что радует сердце другого – значит не умирать никогда».

В этом месте зал взорвался аплодисментами. Дождавшись, пока они утихнут, Заклинатель продолжил:

Правда в том, что каждый из нас призван стать Вершителем Истории, покорителем вершин, лидером, не признающим конкуренции. Да и сама конкуренция – это миф. Каждый из нас уникален. Кто-то призван к тому, чтобы стать выдающимся программистом. Кто-то – мудрым учителем. Кто-то – любящей матерью, а кто-то – умелым управленцем. Главное – найти свой путь и пройти его до конца. И помните: всякое дело открывает перед вами изумительные возможности. Нет недостойной работы, есть недостойное отношение к этой работе. И первый шаг к величию – это утренний распорядок. То, как вы начинаете свое утро, самым прямым образом влияет на то, как вы проводите свою

жизнь.

Он снова помолчал. Слышно было, как он тяжело дышит – с хрипами и присвистом.

> Я недаром говорю о распорядке. Сам по себе ранний подъем не приведет к успеху. Да, рассвет – это Час Победы. Но победу можно упустить, если потратить это драгоценное время впустую. Запомните: дело и имитация деятельности – суть разные вещи. Поэтому ставьте перед собой только великие цели. Не гоняйтесь за ложными ценностями, которые не принесут вам счастья в молодости и отравят сожалениями ваши последние дни. Я видел стариков, которые на смертном одре сокрушались, что всю жизнь гонялись за тем, что на самом деле не имело никакого смысла. И не думайте, что к вам это не относится. Как и большинство людей, каждый из вас привязан к вещам, которые заставляют вас деградировать. Например, к смартфонам и другим гаджетам.

– Остановите здесь, – попросила Бизнес-леди. – Эта часть его выступления мне особенно отозвалась. Я ведь настоящий цифровой маньяк, зависима от любых гаджетов. Но особенно – от смартфонов и планшетов, которые позволяют мне оставаться на связи с моими виртуальными знакомыми. Когда я просыпаюсь, то первым делом проверяю сообщения во всех интернет ресурсах – мессенджерах, соцсетях, в электронной почте. И перед сном делаю то же самое. И ведь я чувствую, что это буквально высасывает меня, отнимает все

силы! Но остановиться не могу, – она тяжело вздохнула. – Каждую свободную минуту я достаю телефон, как будто боюсь пропустить что-то жизненно важное. Это мешает мне сосредоточиться на бизнес-задачах. В результате – страдает работа. А ведь под моим началом – целая команда прекрасных специалистов. Они, конечно, справляются и сами, но я должна координировать их усилия. А я убегаю в виртуальный мир, и от этого часто случаются накладки. Но даже не это самое ужасное. Из-за этих гаджетов у меня совсем нет времени на себя! Я не помню, когда последний раз нормально пообедала или сходила в фитнес. Мозги забиты какой-то странной информацией, обрывочными данными, рекламой, картинками, чьими-то пустыми репликами. Заклинатель абсолютно прав, говоря о том, какой смертельный вред приносят все эти устройства.

Она сложила руки на груди и нахмурилась. Художник внимательно смотрел на нее и молчал. Он понимал, что ей надо высказаться.

– Когда я начинала свой бизнес, все было намного проще. Не было стольких технических новинок, да и интересы мои были сосредоточены только на работе, – продолжала Бизнес-леди. – Я вывела свою компанию в лидеры отрасли. У меня появилось больше возможностей. Но я словно уперлась в стену. Я стала избегать важных задач, и, как назло, рынок наводнился всеми этими электронными игрушками. Я стала скупать все новинки и впала в настоящую зависимость от

них. Вот что мучает меня больше всего!

Она вдруг оборвала свою речь и потупила взгляд. Бродяга усмехнулся: он понял, что на самом деле гаджеты для нее – не самая большая проблема.

Словно прочитав его мысли, Бизнес-леди сказала:

– Если быть до конца откровенной, все эти вещи не так уж мне и мешают. В конце концов, техника – всего лишь инструмент, который можно использовать как во вред, так и во благо. По-настоящему я озабочена кое-чем другим. В моей компании творятся странные дела. – Голос ее зазвучал глуше. – У меня появились враги, которые хотят разрушить мой бизнес. Я думаю, это связано с тем, что мне пришлось сделать кое-какие кадровые перестановки. Понимаете, – она умоляюще взглянула на Художника, – когда компания выходит на более высокий уровень, порой оказывается, что прежняя команда уже не справляется с новыми задачами. И тогда с некоторыми людьми приходится расставаться и заменять их более компетентными специалистами. Мне нелегко дались эти решения. Я правда не хотела никого увольнять, но не видела иного выхода. А сейчас все это обернулось против меня.

– Я прекрасно вас понимаю, – откликнулся бездомный. – С этой проблемой сталкивается каждый руководитель, когда его бизнес выходит на новый уровень. Но в том и задача лидера, чтобы раскрыть все таланты своих подчиненных. Вселить уверенность в тех, кто не верит в себя. Показать новые возможности тем, кто уперся в стену. Впрочем, иногда дей-

ствительно приходится расставаться с некоторыми работниками, если те не вписываются в новую реальность. Это часть игры, и ничего тут не поделаешь. Но я хочу вас утешить, – ласково произнес он. – Хорошие специалисты растут вместе с предприятием. И если кто-то перестал расти, то это лишь его собственный выбор. И его ответственность. Вашей вины тут мало. Да, я понимаю, что увольнение – штука неприятная и каждый уволенный склонен винить в этом своего босса. Но скажите: разве вы уволили кого-нибудь, кто стремился повысить свою квалификацию, чтобы быть полезным фирме в условиях новой реальности? Я думаю, что, напротив, вы, как грамотный руководитель, поощряли тягу к знаниям и помогали таким людям развиваться. Вы увольняли лишь тех, кто остановился в своем росте и рассматривал работу лишь как средство заработка. Тех, кого только раздражали открывающиеся перед ними перспективы, потому что им нужно было больше работать над собой. А работать-то они и не хотели!

– Черт возьми, а ведь вы правы! – воскликнула Бизнес-леди. – Ведь перед тем, как уволить человека, я много месяцев пыталась спасти его, мотивировала на новые достижения, предоставляла возможности для учебы. Но результат был одним и тем же: человек закрывался, обижался, переставал качественно выполнять даже свои прежние обязанности. Я не видела иного выхода, кроме как расстаться с ним. И все же, – она снова вздохнула, – меня мучает совесть за каждый такой случай. Знаете, я очень люблю Формулу-1, – ис-

кренним тоном сказала она. – Как-то я слушала интервью со знаменитым гонщиком Марио Андретти, и он сказал: «Если я могу контролировать дорогу, значит, я еду недостаточно быстро». Помню, как меня поразило это высказывание. Оно точь-в-точь про мой бизнес! Передо мной стоит множество задач. Обучать новых сотрудников, продвигать новые бренды, захватывать рынки, искать производителей комплектующих, привлекать инвесторов, повышать стоимость акций… И еще тысячи других дел и обязанностей. Если я начну уделять пристальное внимание всем этим позициям, то фирма просто забуксует. Рынок – это игра на ускорение. Выигрывает тот, кто мчится без оглядки.

Бизнес-леди закусила губу. Лицо ее напряглось, по лбу скатилась капелька пота. Было видно, что эта женщина взвалила на себя непомерный груз и больше не в силах с ним справляться. В глазах ее блестели слезы. Она страдала, но не знала, как помочь себе.

– Вы и правы, и неправы, – мягко произнес бродяга. – Бизнес – не всегда гонка. Но мы поговорим об этом в другой раз – я очень надеюсь, что он будет. А что касается гаджетов… Да, многие люди впадают в настоящую зависимости от всех этих игрушек. Но лишь в том случае, если рассматривают технические новинки как игрушки. На самом же деле это великолепные инструменты, которые при разумном применении двигают ваш бизнес вперед, улучшают жизнь, способствуют прогрессу. Губительно не употребление, а злоупо-

требление. И это касается не только техники, но и любой вещи на земле. Покажите-ка ваш телефон, – попросил он.

Бизнес-леди вынула смартфон в золотом корпусе из своей элегантной сумочки и протянула его бродяге. Тот покрутил его в руках и вернул обратно.

– Он обошелся вам в целое состояние, не так ли? – усмехнулся он. – Красивая игрушка. Вот вы и играете с ней целями днями. А ваша зависимость – это иллюзия. Другое дело – вызовы, которые бросает вам жизнь. Это действительно серьезно, но это же и хорошо! «Вызов – привилегия сильнейшего», – говорила легендарная теннисистка Билли Джин Кинг. Вызовы дают возможность для роста. Прежде всего, личностного. Развитие – единственно верный способ прожить счастливую долгую жизнь. У вас проблемы? Благословите их! Ведь это дар Вселенной, которая хочет подтолкнуть вас к новым открытиям. Препятствия указывают нам, где скрыто сокровище. И если вы серьезный кладоискатель, то не станете распускать нюни, а возьметесь за лопату и начнет копать. Открою вам большой секрет. – Бродяга наклонился к ней и понизил голос. – Чем больше у человека проблем, тем сильнее он как личность. Слабым не бросают вызов. Великий русский писатель Лев Толстой как-то сказал: «Каждый думает изменить мир, но никто не думает изменить себя». А мой наставник учил меня, что та часть моей души, которая боится, должна пойти на риск и, если надо, – умереть и воскреснуть. Здорово, правда? – спросил он, перебирая бу-

сы, сделанные из священного индийского дерева туласи. И, не дожидаясь ответа, продолжил: – Также он говорил: «Чтобы ожило твое истинное „Я“, ты должен убить свою ложную личность». А это происходит только в результате внутренних перемен, иногда очень жестоких. Вы либо растете, либо деградируете, таков закон природы. Выбирайте, что вам больше по душе.

– Да-да, – покачал головой Художник. – «Трагедия жизни не смерть, но то, чему мы позволяем умирать в себе, покуда живы». Это сказал Норман Казинс, известный журналист.

Бездомный смачно откашлялся и хрипло произнес:

– Учитель говорил: «Как только мы устанавливаем глубокий и подлинный контакт со своей душой, сразу же изменяется мир вокруг нас». Отношения с другими людьми, карьера, доход, здоровье, влияние, известность – все это претерпевает удивительную трансформацию. Трагедия людей в том, что они терпеть не могут сами себя. Посмотрите, как они суетятся, заполняя свою жизнь любой деятельностью – от работы до развлечений. Лишь бы не оставаться наедине с собой. И неважно, куда они уходят: в запойный трудоголизм, наркотики или интернет-серфинг. Главное, что они покидают себя. И в этом и заключается причина всех несчастий. Истинный же покой и наслаждение могут принести лишь тишина, уединение и тихая беседа с собственной душой.

– Тишина… Уединение… – усмехнулась Бизнес-леди. – Я бы рада, но когда? Вы знаете, что такое руководить ком-

панией? Да у меня дел невпроворот. Утром я едва успеваю умыть лицо и причесаться, когда мне заниматься собой? Хотя вы правы: это не жизнь. Это какая-то безумная гонка. Но разве можно остановиться? Сойдешь с дистанции – и другие в два счета обгонят тебя.

– Я понимаю вас как никто. – Художник осторожно дотронулся до ее плеча. – В ваших словах я слышу горечь. Мне кажется, вы запутались в клубке проблем, которые очень нелегко распутать в одиночку. – Он вздохнул. – И с моей жизнью происходит нечто подобное. Знаете, иногда я открываю глаза утром и понимаю, что не хочу проживать этот день. Хочу снова провалиться в сон, чтобы была вечная ночь, чтобы не было необходимости вставать и что-то делать. В такие дни моя голова словно окутана каким-то туманом. И больше всего я хочу, чтобы он рассеялся. Но в последнее время таких дней становится все больше и больше. И я все сильнее мечтаю о ясности. О покое. О гармонии. А вместо этого я выхожу на улицу и вижу одних безумцев, занятых какой-то бесполезной ерундой. Только поймите меня правильно, – умоляюще произнес он. – Я люблю людей. Но когда они превращаются в стадо баранов… Мне горько это наблюдать. Вы совсем не похожи на большинство женщин, которых я знаю. Все мои знакомые девушки словно сошли с ума: они не расстаются со своими смартфонами и вечно фотографируют себя, по-дурацки надувая губы. Да и мужчины не лучше! Я не понимаю, как можно покупать машины, одежду и гаджеты,

влезая в безумные кредиты, – только для того, чтобы произвести впечатление. Я не хочу так! – Художник треснул кулаком по спине стула. – Я хочу жить настоящей жизнью, хочу заниматься творчеством и не волноваться о том, что думают обо мне другие!

– Верно говоришь, братец, – откликнулся бездомный. – Да мир вообще – большой дурдом. Хочешь жить нормальной жизнью? Ну так все в твоих руках! Как сказал Джонни Леннон, «в конце всегда все бывает хорошо. А если не хорошо, значит, это еще не конец».

Художник широко улыбнулся, и его свирепое лицо стало милым и добрым. Ему явно понравилась цитата. Тем более, что он всегда любил «битлов».

– Выйти на орбиту личного и профессионального мастерства не так-то просто, ребятки, – продолжил бродяга. – Задачка не для слабаков. Но вы, кажется, уже подписались на это почти безнадежное дело. Так вот: я – с вами! Думаю, вам по душе идея каждый день делать свою жизнь хоть чуточку совершенней. Правда, это довольно затратно – не по силам, нет. Просто, чтобы жить, как ты выразился, реальной жизнью, нужно быть предельно честным с самим собой. А это всегда болезненно. Но знаете, – он подпер щеку кулаком, – все же это намного легче, чем всю жизнь барахтаться на поверхности, а в конце своих дней жалеть о том, что годы прошли напрасно.

– Слова мудреца, – хмыкнул Художник. – И где ты только

этого понабрался?

– Все узнаете в свое время, – блеснул глазами бездомный.

Бизнес-леди достала смартфон и стала быстро набирать текст: ей понравились некоторые мысли бродяги, и она хотела сохранить их на будущее.

Бездомный порылся в кармане своей клетчатой – то ли тоги, то ли рубашки – и извлек изрядно потрепанную каталожную карточку.

– Это дал мне один выдающийся человек, когда я был гораздо моложе и запускал свою первую компанию, – пояснил он. – Вы оба напоминаете мне себя тогдашнего. Я под завязку был набит амбициями и во что бы то ни стало хотел создать нечто грандиозное, от чего весь остальной мир ахнет. Если уж быть игроком, то номер один, думал я. Я мечтал быть на виду, мечтал о всемирном признании. Каким я дураком был тогда! Я вел себя как большинство молодых и глупых, которые не знают, что человек полжизни тратит на то, чтобы отстоять свое право на существование. Правда, у меня это выражалось не в покупке дорогих и ненужных вещей, а в безумной работе, которая не оставляла времени на самого себя. Но смысл был один: я зарабатывал деньги, надеясь потратить их на то, чтобы понравиться другим.

– Да-да, – пробормотал Художник. – Мне все это понятно и знакомо.

В опустевшем конференц-зале стали гасить огни.

– Я только одного не понимаю: почему человеку нужно

все время кому-то что-то доказывать, – задумчиво сказала Бизнес-леди.

– Я могу ответить на этот вопрос, – откликнулся бродяга. – Видите ли, внутри каждого из нас зияет огромная черная дыра. И эту-то дыру человек и стремится заполнить с помощью вещей, денег, достижений. Но все это бесполезно. Внутренняя пустота – субстанция духовная. Ее не заложишь кирпичами, не замажешь штукатуркой. Вы никогда не задумывались о том, что такое кризис среднего возраста? Это переломный момент, когда человек вдруг понимает, что он не вечен. Если раньше его дорога шла вверх, к силе, активности и достижениям, то теперь перевал пройден и далее следует спуск. Человек осознает, что дни его сочтены. Он начинает задумываться, выполнил ли он свое предназначение. Был ли он верен своей мечте? Не зарыл ли талант в землю? Что останется после его смерти?

Он отошел в угол, где уже погасили свет, прислонился к стене и сложил руки на груди.

– Знаете ли вы, что большинство гениев создали свои шедевры уже во второй половине жизни? – раздался вопрос из темноты. – Все потому, что эти люди нашли в себе силы открыть свое истинное «Я» и совершить гигантский скачок. Они перестали искать одобрения у других и занялись собственной душой. Они отказались от лишних вещей, максимально упростили жизнь и научились ценить подлинную красоту. А красота всегда заключается в очень простых ве-

щах.

– Хоть он и выглядит как бомж, но в нем есть что-то особенное, – почти шепотом произнесла Бизнес-леди. – В его словах есть некая сила, за которой хочется идти. Похожее чувство я испытывала только в детстве, рядом с отцом. Когда он умер, у меня словно выбили из-под ног основу, на которой я крепко стояла обеими ногами. С тех пор мне совершенно не на кого было опереться.

– Что случилось с вашим отцом? – участливо спросил Художник. – Смертельная болезнь или несчастный случай?

– Я всегда старалась молчать об этом, – призналась Бизнес-леди. – Но сейчас, кажется, я готова сказать правду. Он покончил с собой.

Она сжала губы и нахмурилась. Было видно, что она прикладывает колоссальные усилия, чтобы сдержать слезы.

– Папа был замечательным человеком, – сказала она с дрожью в голосе. – Отчаянно смелым. Потрясающе умным. Он с нуля создал преуспевающую компанию. Летал на самолетах, гонял на болидах, обожал красивых женщин и хорошее вино. Он был такой живой. Но не смог пережить предательства. Его лучший друг, с которым он начинал дело, подставил его и отобрал фирму. – Она помолчала. – Нечто похожее происходит сейчас и со мной. Многие не поняли его поступка, обвиняли его в слабости и безответственности – ведь у него осталась маленькая дочь. Но я-то знаю: он был кем угодно, только не слабаком. Я понимаю его, как никто. Он просто не

видел иного выхода.

– Я знаю вас совсем недолго, – сердечно сказал Художник. – Но вы можете рассчитывать на меня в любую минуту. Я сделаю для вас все, что в моих силах.

Он положил руку на сердце, и камень на его богемном перстне сверкнул в свете угасающего софита.

– Вот, кстати, прочтите-ка это! – Грубоватый голос бездомного нарушил интимность момента.

Он протянул им бумажную карточку.

– Думаю, вам пригодится эта памятка, – продолжал он. – Вы еще только в начале пути, и вас ждет немало приключений, сколь потрясающих, столь и тревожных. Хотите карьеру? Будет вам карьера! Если, конечно, сможете стать лидерами – не столько в бизнесе, сколько в человеческих отношениях.

Красными буквами на пожелтевшей от времени бумаге было написано: «Все перемены трудны поначалу, запутаны в середине и роскошны в конце».

– Мудрая мысль, – заметила Бизнес-леди. – Надо запомнить ее. Спасибо. Давайте послушаем, что еще сказал Заклинатель.

Художник нажал кнопку плеера, и в конференц-зале снова раздался голос всемирно известного бизнес-гуру.

> У каждого из вас глубоко внутри спрятан ваш собственный гений. Зерно героизма, феноменальной смелости и бесконечного таланта спит в вашем сердце.

Некоторые из вас, возможно, думают: «Ну вот, еще один бродячий проповедник, витающий в облаках и не знающий реалий настоящей жизни». Возможно, я идеалист. Но я горжусь этим! И я знаю жизнь, как никто из вас. Горькая правда заключается в том, что большинство жителей планеты Земля катастрофически недооценивают свои способности. Они не дают себе труда познакомиться с собой, и даже не подозревают, что представляет собой человеческое существо. А человек – это уникальное сочетание талантов, свойств характера, наклонностей, фантазий, желаний и идей. Как можно оценивать такое существо лишь по количеству денег в его кошельке? Знаете, почему так популярны соцсети? Потому что они дают образец того, как, по мнению большинства людей, надо жить. Но образец этот – фальшивый. Случайная нарезка кадров со страниц тех людей, на которых вы подписаны, не может дать вам истинного представления о себе самом. Нельзя измерять свою ценность картинками из чужих жизней. Соцсети – великое зло. Они заставляют людей сравнивать себя с другими и завидовать. Они надевают шоры на глаза души, так что человек становится не в силах увидеть, какие великолепные возможности открывает перед ним жизнь. Этим объясняется, почему большинство тонет в зыбучих песках неуверенности, скуки, зависти и бессилия.

Бродяга протянул руку к плееру и остановил запись.

– Жалейки, – сказал он.

– Что? – не поняла Бизнес-леди.

– Жалейки, – повторил бродяга. – Так я называю людей, подхвативших вирус «victimitis excusitis». Существа с сознанием жертвы. Они только и делают, что жалеют сами себя. Вечно жалуются на то, как у них все плохо и как им не повезло в этой жизни. А сами не хотят оторвать пятую точку от любимого дивана и выйти на улицу – оглядеться, нет ли в ближайших окрестностях чего-нибудь такого, что может улучшить положение дел. Жалейки привыкли брать, а не отдавать. Критиковать, а не созидать. Тревожиться, а не действовать. Это очень опасный вирус! Остерегайтесь стать жалейками. Укрепляйте иммунитет духа, чтобы даже молекула саможалости не смогла проникнуть в ваш разум!

Бизнес-леди и Художник рассмеялись. Бродяга говорил на странном языке, но говорил он правильные вещи. Да, он был чудаком – но и мудрецом одновременно.

Художник выдержал паузу и снова включил плеер. Голос Заклинателя на записи зазвучал с особой страстью:

> Где бы вы ни находились, что бы вы ни делали, как бы вы себя ни чувствовали, жизнь каждый день будет давать вам шанс проявить себя. Возможности рассыпаны повсюду. Разница между победителем и жертвой лишь в том, что первые держат глаза широко раскрытыми. Они видят пути, которые приведут их к вершине. Лидерство – это арена, на которой могут с одинаковым успехом выступить и богач, и бедняк. Потому что лидерство не привязано к

социальному статусу, для него не нужен шикарный офис и банковский счет.

Что нужно, чтобы стать лидером? Самая малость: вступить в ряды бойцов с обыденностью. До конца своей жизни боритесь со всем, что крадет у вас право на счастье. А подлинное счастье заключается в том, чтобы приносить пользу людям. Это доступно каждому. Еще и еще раз говорю вам: начинайте там, где вы есть, с тем, что имеете. Доводите свою работу до совершенства, какой бы скромной она ни была. Можно быть мастером в любой области. Будь вы хоть директор корпорации, хоть скромный подметальщик улиц – делайте все, чтобы раз от раза улучшать результаты своего труда. Мастерство само по себе является непреходящей ценностью. Оно – ваш проводник в мир процветания, богатства и бесконечного счастья.

И еще один урок хочу преподать вам сегодня. Никогда не делайте что-либо только ради денег. Выбирайте любой другой мотив. Влияние, служение, помощь, удовольствие, проповедь или обучение. Пусть в основе вашей работы лежит нравственный, эмоциональный, но никак не материальный мотив. Настоящая магия начинается там, где нет мысли о деньгах. Вы не представляете, какое сильное и необычное существо – человек. Так делайте же все, чтобы открыть в себе эту силу! Развивайте терпение, добивайтесь лучшего результата, на который вы только способны. Не мечтайте о разном – отдайте душу чему-то одному. Даже если за всю свою жизнь вы создадите

один-единственный шедевр, он уже оправдает ваше существование.

Будьте виртуозами. Будьте мастерами. Будьте исключением из обыденных правил, предписывающих гнаться за вещами, славой и богатством. Помните: 5 % людей, которые двигают прогресс вперед, меньше всего озабочены материальными благами. Они увлечены тем, чтобы прыгнуть выше собственной головы и покорить вершины, о которых большинство людей и не подозревает. Именно поэтому им и платят миллионы.

Бездомный закрыл глаза, бросился на пол и стал быстро отжиматься, чередуя руки. Он что-то напевал. Бизнес-леди и Художник старались разобрать слова, но им удалось расслышать лишь слова припева: «Утро на старт! Жизнь на взлет! Встану рано, и мне повезет».

Художник повернулся к девушке и сказал:

– Вы читали Халиля Джебрана? Его «Пророк» – одна из моих самых любимых книг. Я зачитал его до дыр и почти выучил наизусть. Пока я слушал нашего визави, то вспоминал историю Джебрана. Он четыре года носил рукопись с собой и каждый день вносил какие-то правки. Лишь когда он понял, что поэма идеальна и лучше уже не станет, он отдал рукопись издателю. Я был настолько впечатлен этой историей, что прочитал все о Джебране. В его воспоминаниях я нашел одну фразу, которая становится для меня спасением в те дни, когда мне совсем не хочется работать. Знаете, – смущенно произнес он, – прокрастинация – самый настоящий

бич талантливых людей. Возможно, это нескромно, но я считаю себя талантливым живописцем. Единственное, что мне мешает – самосаботаж. Слова Джебрана помогают мне преодолеть это жуткое состояние.

– Так что же это за слова? – громко спросил бездомный, легко вскочив на ноги. По его загорелому грязному лицу текли струйки пота.

– «Я не мог показать свою поэму кому-либо до тех пор, пока не был абсолютно уверен в том, что каждое слово в ней на своем месте».

– Я не удивлен, – отозвался бродяга. – Это слова истинного мастера, а Джебран, безусловно, таковым и был.

Речь на записи прервалась хриплым кашлем. Голос Заклинателя стал слабым: было слышно, что каждое слово дается ему с огромным трудом.

> И я утверждаю, что абсолютно каждый человек может стать лидером не только в своей профессиональной области, но и в сфере человеческих отношений. Лидерство лежит в основе самой природы человека. Чтобы развить это качество, вам нужно всего лишь выполнять то, о чем я только что сказал. Что самое важное – выполнять регулярно, в дни процветания, и особенно – в дни катастроф. И тогда победа вам гарантирована.
>
> На Земле живут миллиарды людей, которые находятся в разных жизненных обстоятельствах. Кто-то богат, кто-то беден. Кто-то здоров, кто-то неизлечимо

болен. Но, невзирая на обстоятельства, нет ни одного человека, который с помощью силы мысли не мог бы улучшить свое положение. У вас может не быть денег или здоровья. Но, как бы то ни было, только вы сами устанавливаете собственный распорядок дня. С помощью такого простого действия, как ранний подъем, каждый человек может войти в круг избранных людей, управляющих своей судьбой самостоятельно.

И это подводит меня к главной мысли всего выступления. Прямо сейчас у вас есть все, что нужно для победы. Потому что прямо сейчас вы можете принять решение начать свой путь к своей личной вершине, к исполнению своей самой заветной мечты. И отправная точка этого пути – клуб «Пяти Утра». В него входят самые успешные лидеры бизнеса, промышленности и политики. Самые плодовитые ученые и гениальные творцы. Не существует никакой избранности. Не существует особой одаренности, которая достается единицам. Есть только выбор. Вы хотите стать лучшим? Нет ничего проще! Сделайте правильный выбор! Прямо сейчас примите решение каждое утро уделять немного времени тому, чтобы чуть-чуть улучшить самого себя. Усовершенствовать свое мастерство. Отточить свои навыки. Углубить свои знания.

Пальцы Бизнес-леди двигались по экрану смартфона с невиданной скоростью: она хотела записать каждое слово Заклинателя. С лица Художника не сходила блаженная улыбка.

То, что он слышал, невероятно волновало и вдохновляло его.

Бродяга громко икнул, затем бросился на пол и встал в планку (любителям фитнеса наверняка знакомо это упражнение, которое помогает укрепить мышцы спины и сделать живот плоским).

Речь на записи снова прекратилась: как раз в этот момент последовал новый приступ кашля. Последовала долгая мучительная пауза.

Следующие слова он произносил уже запинаясь. В дыхании явственно слышался свист. Голос его срывался и «киксовал», как у начинающего коммивояжера в первый день работы.

> Нет более простого и надежного средства сделать свой день идеальным, чем подъем в пять часов, когда солнце еще не взошло. Собственно, это и делает вас членами элитного клуба «Пяти Утра». Почему именно это время? Неужели нельзя поспать подольше и встать позже?
>
> Дело в том, что это время является идеальным для занятий, связанных с личностным ростом и саморазвитием. Начало дня – это начало вашей личной истории, которая складывается из всех прожитых дней. И в пять утра вы начинаете новую страницу своей жизни. Эта страница еще совершенно пуста. Она свободна от любого внешнего влияния. Вы можете написать на ней все, что угодно. Любую мечту. Любую цель. В этот час вы можете создать

любой образ себя. Раскрыть таланты, которые долгое время дремали. Найти новые идеи. Получить озарение. Вырастить уверенность в себе. С первыми лучами физического солнца для вас встает солнце невероятных возможностей. Оно разгоняет тьму невежества, которая царит в этом мире. Ваше высшее «Я» наконец-то выходит наружу и обретает собственный голос. Ваш гений рождается заново.

Если вы спросите меня: что ценится в этом мире больше всего? Я отвечу: Мастерство. В каждой области есть миллионы специалистов, но мастеров – лишь единицы. Так станьте же мастерами в своем деле! Станьте непобедимыми воинам духа и стражами безусловной любви! Посвятите этот утренний час тому, чтобы хотя бы чуть-чуть перерасти себя вчерашнего! Помните: совершенствуя себя, вы совершенствуете мир. Потому что вы – часть мира.

Но, взращивая день за днем свое величие, будьте снисходительны и милосердны. Проявляйте уважение и сочувствие ко всем другим людям, населяющим эту крохотную планету, независимо от их веры, цвета кожи или касты. Помогайте тем, кто находится в бедственном положении. Вдохновляйте тех, кто упал духом. Помогайте другим увидеть чудеса, которыми полон этот мир. И прежде всего, говорите людям, что в этой вселенной главным чудом является сам человек.

Обращайтесь к той подлинной, живой и неиспорченной части души, которая остается неизменной и чистой даже в самом бесчестном

человеке. Найти эту часть – ваша работа как лидера и гражданина планеты Земля. Огромный подвиг – усовершенствовать собственную душу. Но куда больший подвиг – увидеть чужую гениальность и помочь ей раскрыться. Именно это и делает людей настоящими героями.

Профессиональное мастерство крайне важно для достижения благоденствия. Но человеческое мастерство не менее важно. Вы можете не стать гениальным исполнителем в профессиональной сфере. Но прошу вас: будьте гениальным в сфере человеческих отношений. А для этого нужно научиться видеть в каждом человеке неповторимую личность. И самому быть такой личностью. Сделайте это – и жизнь ваша станет похожей на сказку. Многие из вас не верят в волшебство, но я сталкиваюсь с волшебством постоянно. Ведь самая потрясающая магия свершается тогда, когда обычный человек вдруг превращается в удивительное, талантливое и всемогущее существо. И все это – лишь с помощью силы мысли и правильного распорядка!

В конференц-зале воцарилась звенящая тишина. Бизнес-леди глубоко вздохнула. Художник был неподвижен и, не мигая, смотрел на свой плеер, только что вещавший голосом Заклинателя. Бродяга громко всхлипнул. Казалось, он сейчас заплачет. Но вместо этого он вскочил на стул, воздел руки к небу и хорошо поставленным голосом продекламировал:

– В чем подлинная радость жизни! Отдать себя цели, грандиозность которой ты сознаешь; израсходовать все силы прежде, чем тебя выбросят на свалку, стать мощным ураганом, стихийной силой, способной созидать новые миры. Избави Бог меня от того, чтобы вечно ныть и обижаться на мир за то, что он мало радел о моем счастье. Я убежден, что жизнь моя принадлежит обществу, и, пока я жив, для меня честь делать для него все возможное. Я хочу умереть тогда, когда силы мои будут израсходованы до капли. Чем усерднее я работаю, тем больше живу. Я радуюсь жизни ради нее самой. «Жизнь для меня – не тающая свеча. Это что-то вроде чудесного факела, который попал мне в руки на мгновение, и я хочу заставить его пылать как можно ярче, прежде чем передать грядущим поколениям».

– Это Бернард Шоу, – шепнул Художник.

Затем бродяга спрыгнул на пол и упал на колени. Заламывая руки, он трижды поклонился неведомому божеству, поцеловал свои священные бусы и зарыдал в голос.

# Глава 5
# Добро пожаловать в мир под названием «Утро»

*Человек держит свою судьбу в собственных руках, как скульптор глину, из которой затем родится статуя. Жизнь – материал; учитесь же тому, чтобы сделать из нее нечто стоящее!*
***Иоганн Вольфганг Гете***

– Между прочим, – сказал бездомный, закончив плакать и молиться, – есть место, где вы сможете научиться всему тому, о чем говорил этот старик на сцене.

– Вот как? – откликнулся Художник. – Очень любопытно. А что это за место?

– Вилла на берегу океана, – запустив руку в нечесаную бороду, ответил бродяга. – Я живу там большую часть года. Нет лучшего места для того, чтобы встречать рассвет и провожать закат. Если хотите, можем отправиться туда хоть завтра. Я стану вашим личным тренером. Посмотрите, как я живу, попробуете мой утренний распорядок – кто знает, может, и вам суждено стать членами элитного клуба «Пяти Утра»? Это не так легко, как говорил этот респектабельный гуру, но оно того стоит. Хотите изменить свою жизнь? Тогда соглашайтесь без разговоров. То, что с вами произойдет, бу-

дет так же чудесно, как роспись Сикстинской капеллы.

– Это сравнение мне нравится, – кивнул Художник. – Сикстинская капелла действительно прекрасна. Когда я впервые попал туда, то не мог сдержать слез.

– Конечно, – согласился бродяга. – Микеланджело был гений. Хотя и проныра – в хорошем смысле.

Он стал обмахиваться полой своей просторной рваной тоги, обнажая великолепный рельеф живота. Кем бы ни был этот бродяга, он находился в блестящей физической форме. Его фигуре мог бы позавидовать любой атлет.

– Ну-ка, ну-ка, приятель, покажи свой живот! – вскрикнул Художник. – Да ты просто модель для статуи! Как тебе удалось накачать такие «кубики»? Или ты от природы такой стройный?

– Не надейся: не с помощью чудодейственного тренажера из китайского телемагазина, – усмехнулся бездомный. – И природа здесь не при чем. Ежедневные тренировки до седьмого пота: сто раз отжаться, сто раз подтянуться, минут двадцать подержать планку, тысячу раз присесть и пробежать десять километров босиком по пляжу. Вот и весь секрет.

Бродяга сунул руку за пазуху и достал дорогой кожаный бумажник, набитый пластиковыми карточками. Он вынул одну и продемонстрировал рисунок на одном из оборотов.

– Мотивация. Дисциплина. Терпение. Усилия, – пояснил он, не дожидаясь реакции слушателей. – Сегодня эти ценности не в цене, пардон за каламбур. Люди мечтают о волшеб-

ной таблетке, которая решит все их проблемы. Но ни счастье, ни богатство, ни великолепная физическая форма не прольются на вас с небес, как первый весенний дождик. Если вечно перекладывать свою работу на других, не стоит ждать вознаграждения. Лидеры не мечтают о чуде. Они своими руками делают жизнь чудесной.

Большинство людей ведут себя, как избалованные дети. Я знаю, что говорю, потому что много езжу по миру. Да, мне не стыдно обнажить перед вами не только живот, но и любую часть тела. Потому что это действительно красиво, а главное – все это достигнуто в результате упорного труда. Кто не работает, у того ничего не работает. И да, взгляните на это.

Он повернулся спиной и задрал рубашку.

Художник хмыкнул. Бизнес-леди смущенно отвела

взгляд. Но женское любопытство все же пересилило, и она посмотрела на загорелую мускулистую спину бродяги. Там красовалась искусно выполненная татуировка: «Пока жертвы развлекаются, победители работают».

– Так что поехали! На моем волшебном острове давно не было гостей, – сказал он, опустив рубашку.

– И далеко этот ваш волшебный остров? – поинтересовалась Бизнес-леди.

– Не. – Бродяга помотал немытыми патлами. – Пять часов морем от Кейптауна. Вот. – Он протянул ей пластиковую визитку с изображением дельфинов. – Это мои рыбки! – весело сказал он. – Хотите с ними поплавать? Тогда решайтесь. Такой шанс выпадает раз в жизни.

Бизнес-леди и Художник посмотрели на него с сомнением. Бродягу ничуть не смутили эти взгляды.

– Иногда надо довериться случаю! – произнес он с вызовом. – Подумайте сами: где еще вы сможете узнать о том, как проводят свое утро величайшие изобретатели и самые успешные бизнесмены? Я посвящу вас в тайный утренний ритуал и сделаю членами клуба «Пяти Утра». Помогу приобрести самую полезную привычку в мире – привычку рано вставать.

– Чем же она так полезна? – спросил Художник, который в это время обычно только ложился спать.

– Тем, что, пока все остальное человечество видит десятый сон, вы будете становиться легендой. К полудню боль-

шинство людей только раскачиваются – а вы к этому времени будете делать больше, чем остальные за неделю. У вас появится время на отдых, хобби, творчество, путешествия – все то, до чего у вас никогда не доходили руки. Привычка вставать до рассвета – это навык победоносных полководцев, первооткрывателей и революционеров. Благодаря этой привычке я построил одну из крупнейших бизнес-империй и могу сказать без преувеличения, что я в ней – император.

Бизнес-леди подавила улыбку. Уж очень не вязался замызганный вид бродяги с пафосом его слов.

– Хотите создать собственную империю? – спросил он. – Я научу вас этому искусству. Чтобы вы знали: империи бывают не только в бизнесе. Творчество, благотворительность, любовь, личная свобода, духовный рост – все это непознанные территории, на которых можно построить империю. Ребята, я вам предлагаю то, что нельзя купить ни за какие деньги. Знание, которое поможет вам увидеть мир под совершенно другим углом. И, даже если мое учение придется вам не по душе, этот отпуск станет незабываемым. Ведь вас ждут не только чистейший океан и самые прекрасные в мире закаты. Вы будете наслаждаться самой изысканной едой и лучшими пляжами в мире. Я увезу вас на личной яхте туда, где полным-полно дельфинов. Вы будете плавать с ними, гладить их черные спины. Уже одно это стоит того, чтобы согласиться. Господи, я сам не верю, что мне приходится вас уговаривать!

– Все это шутка, да? – вырвалось у Художника. Он смот-

рел во все глаза на бездомного. С одной стороны, отталкивающий вид и развязные манеры этого бродяги заставляли думать, что старик сошел с ума и находится в мире своих фантазий. Но интуиция подсказывала Художнику, что за словами немытого бродяги стоит нечто большее. Художник почувствовал давно забытое волнение, как будто он ухватил за хвост птицу счастья. В этом оборванце было нечто великое, то, чему стоило поверить. И в то же время Художник чувствовал страх. Он боялся снова испытать разочарование. Как все истинно талантливые люди, он был очень чувствителен. Как писал Толстой, «только люди, способные сильно любить, способны на великое страдание». В своей жизни Художник страдал немало – как от критики лжеценителей, так и от непонимания близких людей. Что ж, суфийский поэт Руми писал: «Ты должен все время разбивать себе сердце, пока оно не раскроется». Художник, похоже, воплощал собой эти откровения.

– На моем острове есть одна рыбацкая деревушка, – вновь заговорил бездомный. – С совершенно дивным названием – «Уединение». И уж поверьте, это имечко ей в самый раз! Вам непременно надо там побывать. Знаете, только в тишине и одиночестве можно разглядеть самого себя и понять, кто ты такой. Просто скажите «да» – и приезжайте! Вспомните, что говорил этот гуру на подмостках – «когда видите возможность – используйте ее! Не упускайте шанса, иначе в вашей жизни не будет никакого волшебства». Да и вообще: кто не

рискует, тот не пьет шампанского! Нельзя выиграть миллион, не купив лотерейного билета.

– А как долго мы будем оставаться на этом острове? – робко спросила Бизнес-леди.

– Достаточно долго, – строго ответил бродяга. – Моя наука требует времени. клуб «Пяти Утра» принимает только хорошо подготовленных людей. Кстати, – он посмотрел на Художника, который что-то прикидывал в уме, – все расходы за мой счет. О билетах не беспокойтесь: на остров вас доставит мой личный самолет.

Предпринимательница и художник переглянулись. Вид у них был совершенно растерянный.

– Ничего, если мы с подругой перекинемся парой слов наедине, братец? – после короткой паузы попросил художник.

– Конечно. Сколько угодно. Мне как раз надо позвонить управляющему и дать несколько распоряжений.

Бездомный отошел к стене, оставив молодых людей в одиночестве.

– Он, конечно, странный. – начала Бизнес-леди. – Но все же есть в нем нечто особенное, вы не находите?

– Странный. Стопудово, – согласился Художник. – То ли волшебник, то ли свихнувшийся бомж. И все время говорит о каком-то клубе «Пяти Утра». Если честно, это меня заинтриговало больше всего. Что это, бред больного воображения? Или действительно существует какое-то тайное общество, куда входят все миллиардеры… в том числе и бродя-

чие. – Он усмехнулся. – Старик явно не в себе. Но у него богатый опыт, это чувствуется.

– Ну, так что, поедем? – с надеждой спросила Бизнес-леди.

– Даже не знаю, – Художник запустил руку в копну дредов. – Заманчиво, конечно. Но это может быть опасно. Ведь мы о нем ничего не знаем!

– Вы правы. – Ее красивые глаза погрустнели. – Но дело в том, что мне сейчас необходимо что-то особенное. Смена обстановки. Риск. Приключение. Я нахожусь на грани. Еще вчера я думала о самоубийстве, поэтому мне, по сути, бояться нечего. Собственно, самая страшная катастрофа произошла со мной, когда мне было одиннадцать. Тогда умер мой отец, и я осталась в этом мире совершенно одна. Знаете, что такое взрослеть без отца? – В глазах ее стояли слезы. – Это ужасно. Это толкает на страшные поступки… особенно в личных отношениях.

Она замолчала и зажмурилась, пытаясь подавить слезы.

– Возможно, я была даже более безумной, чем этот оборванец, – снова заговорила она. – Год назад я попала к психотерапевту, и там наконец поняла, почему моя жизнь складывалась именно таким образом. Оказывается, я не одна такая. Все женщины, которые выросли без отца, ищут опору в каждом мужчине, который попадается им на пути. Я ужасно боюсь быть брошенной. Душа моя глубоко ранена, и рана до сих пор кровоточит. Я стала жестокой, циничной, безжа-

лостной. Меня считают стервой. – Она усмехнулась. – А я всего лишь пытаюсь защитить себя. До вчерашнего дня важнее всего в жизни для меня были деньги. Я создала успешную фирму, за несколько лет мы стали лидерами отрасли. Но знали бы вы, чего мне это стоило! Я работала как проклятая, чтобы только заглушить чувство одиночества, которое съедало меня изнутри. Деньги и влияние были моей единственной опорой. Но они не могли исцелить мою душу. Поэтому, когда я сегодня слушала Заклинателя, мне хотелось рыдать во весь голос. Он сказал, что не стоит ничего делать только ради денег! Лишь вдохновение имеет ценность для души. Эти слова были для меня подобны дождю в пустыне. Мне хочется жить так, как он говорил. Но до этого мне далеко, как до луны…

Бизнес-леди глубоко вздохнула.

– Простите, – смущенно сказала она. – Не знаю, зачем я все это вам говорю. Наверное, просто накопилось… К тому же рядом с вами я чувствую себя как-то очень спокойно. Простите, что загрузила вас своими проблемами.

– Не стоит извиняться, – отозвался Художник. Он смотрел на нее с искренним состраданием. Было видно, что ее история его взволновала.

– Одним словом, я хочу сказать, что готова рискнуть, – продолжала она. – Возможно, перед нами сумасшедший. Но ведь может статься, что судьба свела нас с настоящим Учителем! Кто знает, быть может, нам суждено создать свою соб-

ственную империю? Империю духа, творчества, личной эффективности? И кстати, – добавила она, – эти его часы… Бездомные таких не носят.

– Меня он тоже заинтересовал, – признался Художник. – Прежде всего, своим живописным видом. А сколько страсти в его словах! К тому же рассуждает он вполне здраво. И цитирует Бернарда Шоу – вот уж чего совершенно нельзя было ожидать от бродяги! Тем не менее я ему не доверяю. – Он нахмурился. – А что касается часов, может, он их просто-напросто свистнул.

– Да, я вполне понимаю и разделяю ваши опасения, – кивнула Бизнес-леди. – К тому же мы с вами тоже друг друга совсем не знаем. Может быть, совместное путешествие нам не понравится. Простите, – спохватилась она. – Я не хотела вас обидеть. Вы кажетесь мне очень славным и добрым человеком. Скорее, я говорила о себе. Характер у меня – не сахар. А он… он все-таки волшебник. Вот увидите!

Художнику явно понравились ее слова. Он взглянул на бездомного другими глазами. Даже чавканье, с которым тот поглощал фруктовые чипсы, казалось уже не таким противным. Бродяге, впрочем, было все равно: он вытащил допотопный телефон, потыкал в него грязным пальцем и, ужасно коверкая слова, начал с кем-то разговаривать.

– Единственное, что меня волнует, – тихо сказала Бизнес-леди, переводя взгляд на бездомного, – это то, смогу ли я устроить свои дела так, чтобы совет директоров не вспоми-

нал обо мне ближайшие пару недель. Знаю, это сумасшедшая идея, но мне кажется, исчезнуть на время – как раз то, что мне надо. А вдруг он совсем не бродяга, и у него правда есть – пусть не вилла, а хотя бы деревенский дом на побережье? Пусть там не будет изысканных яств, но уж море и дельфины наверняка имеются? В любом случае это будет приключение! Я в предвкушении… хотя это и безумие.

– Насчет безумия совершенно согласен, – усмехнулся Художник. – Но, с другой стороны, почему бы и нет? Человек имеет право хотя бы раз в жизни рискнуть и ввязаться в отчаянную авантюру. Кто знает, может, мы откроем новую вселенную? Лично мне надоела рутина. Думаю, острые ощущения пойдут на пользу моему творчеству. Знаете, как писал Буковски[3]: «Некоторые не сходят с ума никогда. Какая у них, должно быть, скучная жизнь!» Да и Заклинатель – до того, как рухнуть прямо на сцене – советовал время от времени выходить за привычные рамки. К тому же, – он бросил на нее быстрый взгляд, – я не могу отпустить вас одну. Если поедете вы, поеду и я.

– Вы серьезно? – обрадовалась Бизнес-леди. – Если так, то я в игре!

– Я тоже, – решительно заявил Художник.

Они встали и направились к бездомному, который сидел прямо на полу, закатив глаза, и что-то мычал себе под нос.

---

[3] Чарльз Буковски (1920–1994) – американский писатель немецкого происхождения, яркий представитель «грязного реализма». – *Прим. ред.*

Художник потрогал его за плечо.

– Вы очень заняты? – поинтересовалась Бизнес-леди.

– Очень, – бездомный тряхнул всклокоченной головой.

– И чем же, позвольте узнать? – с иронией спросил Художник.

– Создаю новые миры, – на полном серьезе ответил бродяга. – Вам известно, что такое визуализация? Только что я создал идеальный образ сегодняшнего вечера.

Художник и Бизнес-леди недоуменно уставились на него.

– Мой друг, военный летчик, рассказывал, что перед каждым вылетом он закрывает глаза и представляет, как поднимает самолет в воздух, летит, а затем сажает машину, – объяснил бродяга. – Чем-то подобным я сейчас и занимался. Хотите, могу и вас научить. Видите ли, – кряхтя, он поднялся с пола, – мозг – чрезвычайно мощный агрегат. С его помощью можно лепить реальность по тому образу, который вы сами придумываете. Этим я занимаюсь каждую свободную минуту. Но особенно – по утрам, поскольку именно утром наступает тот таинственный час, когда вы можете творить настоящие чудеса.

– Вы говорите загадками! – кокетливо улыбнулась Бизнес-леди.

– Никаких загадок. – Бездомный улыбнулся в ответ, демонстрируя безупречные белые зубы. – Просто одна из СОП.

– СОП? – переспросил Художник.

– Стандартная операционная процедура, – пояснил без-

домный. – Особый алгоритм, позволяющий разбудить спящий ген, который отвечает за талант, успех и личностный рост.

– Впервые слышу о таком, – сказала Бизнес-леди.

– Вам еще много предстоит узнать, ребятки, – отеческим тоном произнес бездомный. – На острове я расскажу вам о потрясающих открытиях в области эпигенетики. Вы познакомитесь с кое-какими методами нейробиологии, позволяющими повысить внимание и концентрацию. Я научу вас техникам управления реальностью – не той, которой масс-медиа кормят весь мир, а настоящей, живой, подлинной. Той, что зовется ЖИЗНЬЮ. Вы откроете источник внутренней энергии, получите силу для того, чтобы справиться со всеми проблемами. Вы узнаете, как великие бизнесмены кирпичик за кирпичиком строят свои империи. Вы войдете в избранный круг людей, которые каждый день строят и улучшают наш мир. Итак, вы едете?

– Да, сэр, – с готовностью откликнулась Бизнес-леди. – Мы принимаем ваше приглашение, спасибо.

– Прокатимся, почему бы и нет? – рассмеялся Художник. – Давненько я никуда не ездил.

– Хоть все это и впрямь больше похоже на сказку, чем на правду, – продолжала Бизнес-леди, – но мне всегда хотелось научиться тем вещам, о которых вы говорите. Мой бизнес переживает не лучшие времена. Я чувствую, мне нужны серьезные перемены… Возможно, даже полная перестрой-

ка жизни и сознания. Это странно, но, слушая вас, я вдруг ощутила вдохновение – а ведь я давно забыла о том, что это такое!

– Да, брат, – подхватил Художник. – Поедем к тебе на остров. Днем будем кататься на дельфинах, а вечером – жечь костер на берегу. Может, и я поймаю тот таинственный утренний час, который поможет мне стать лучшим художником современности? Так, где, ты говоришь, твой самолет? Я готов лететь прямо сейчас! К лучшей жизни, к будущим достижениям!

Все это он говорил полушутя, как бы издеваясь, но при этом было видно, что слова бродяги задели его за живое. Бездомный слушал Художника, пристально глядя ему прямо в глаза.

– Надежда на лучшую жизнь не может быть достаточным основанием для перемен, – неожиданно заявил бродяга. – Трансформация происходит в тот момент, когда человек внутренне готов к ней. Вы не знаете, что ждет вас в ближайшие дни. А я знаю.

– И что же? – спросил Художник.

– Величайшее приключение в вашей жизни! Итак, по рукам? – Он протянул им грязную руку.

– По рукам! – воскликнула Бизнес-леди, и бесстрашно пожала его сухую, потрескавшуюся ладонь. – Не знаю почему, но я вам доверяю. Как бы то ни было, новый опыт мне не повредит.

– Вы очень любезны, – неожиданно вежливо произнес Художник и тоже пожал руку бродяге.

– Вы сделали правильный выбор, дети мои, – сказал бездомный. – Завтра в четыре сорок пять будьте возле входа в конференц-зал. Вылет в пять утра. Много вещей не набирайте: все необходимое вам будет предоставлено по первому требованию. И да – оставьте деньги дома. Все расходы – за мой счет. Спасибо.

– За что вы нас благодарите? – удивилась Бизнес-леди.

Бездомный улыбнулся и поскреб бороду.

– В своей последней проповеди Мартин Лютер Кинг-младший сказал: «Великим может стать каждый. Потому что каждый может служить. Для этого не нужен диплом о высшем образовании. Быть может, вы не знаете грамоты и ставите неправильное ударение в словах. Быть может, вам неизвестны имена Платона и Аристотеля. Быть может, вы никогда не слышали о теории относительности и не решили ни одной задачи по высшей математике. Но если у вас есть сердце, полное благодати, и душа, в которой действует любовь, – значит, у вас есть все, чтобы стать великим».

Бродяга бросил взгляд на свои дорогие часы.

– Ни титул, ни богатство, ни дорогие побрякушки в гроб с собой не возьмешь, понимаете? Я еще не видел, чтобы за катафалком на похоронах ехал грузовик с барахлом, – он усмехнулся. – Хотя это было бы забавно. И поучительно – для тех, кто еще живет.

– Он абсолютно прав, – прошептала Бизнес-леди.

– Стопудово, – признал Художник.

– Ваш сленг здесь вряд ли уместен, – учительским тоном произнесла Бизнес-леди.

Художник опешил.

– Прошу прощения, мэм, – только и сказал он.

– Когда вы будете умирать – а этот день обязательно настанет, – продолжал бездомный, с упреком глядя на Бизнес-леди, – вы поймете, что самым важным было не то, какие слова произносили ваши уста, а тепло, которое излучало ваше сердце.

Молодая женщина опустила глаза.

– Как бы то ни было, я рад, что вы едете. Повеселимся на славу!

– Можно ли взять с собой кисти и краски? – осведомился художник.

– Вообще-то в Раю мало кому хочется работать, – подмигнул бродяга. – Но если тебе это так важно, почему нет?

– Самолет в пять утра? – уточнила Бизнес-леди.

– В пять, – кивнул бездомный. – Тот самый таинственный час. Стартовая площадка для идеальной жизни.

# Глава 6
# Полет к переменам

*Ваше время ограничено, поэтому не тратьте его, живя чужой жизнью. Не попадайтесь в ловушку догмы, которая заставляет жить мыслями других людей. Не позволяйте шуму чужих мнений перебить ваш внутренний голос. И самое главное, имейте храбрость следовать вашему сердцу и интуиции. Они каким-то образом уже знают, кем вы действительно хотите стать.*
***Стив Джобс***

– Господи, как спать хочется, – пробормотала Бизнес-леди, отхлебывая кофе из чашки, в которую вмещалось, должно быть, не меньше полулитра. – Это оказалось тяжелее, чем я думала. Сдается мне, этот «новый мир» будет мне стоить здоровья. Неужели все изменения так невыносимо трудны?

Потухшим взглядом она посмотрела на Художника.

– К тому же я отвратительно спала, – сказала она, подавив зевоту. – Меня терзали предчувствия. Мне кажется, мы с вами ввязались в какую-то опасную авантюру.

– Ох как я вас понимаю. – отозвался Художник. – Я сам еле живой. Никогда не вставал в такую рань! Чувствую, мы с вами здорово сглупили.

Они стояли в полном одиночестве у входа в конфе-

ренц-зал, где они стали свидетелями – в буквальном смысле падения величайшего бизнес-гуру современности.

На часах было 4:49 утра.

– Мне кажется, он нас обманул, – хрипло сказал Художник. Одетый во все черное, он был едва заметен на сумеречной улице. Если бы не ярко-красная бандана, повязанная поверх растрепанных дредов, Бизнес-леди вообще не увидела бы его. Он недовольно нахмурился и скрестил мощные руки, сплошь покрытые татуировками.

Утренний воздух был свеж и прохладен. Несмотря на кофе, Бизнес-леди в своей легкой шелковой блузочке совсем замерзла. К тому же ей было жутко неудобно стоять на высоченных каблуках (она уже ругала себя за то, что надела не кроссовки, а модельные босоножки). Лицо ее было напряжено. Лоб прорезала глубокая вертикальная морщина.

– Может, заключим пари? – произнесла она язвительным тоном. – Ставлю на то, что бездомный не явится.

– Бездомный? – ухмыльнулся Художник. – А как же часы, которые вчера вас так впечатлили?

– Мало ли что часы, – пожала плечами девушка. – Может, он их украл! А вся его философия… Безработные часто философствуют – чем им еще заниматься?

– Почему же вы явились сюда в такую рань? – поинтересовался Художник.

– Он… Он напомнил мне отца, – неожиданно призналась Бизнес-леди. – А теперь я думаю, что он просто решил поиз-

деваться над нами. «Личный самолет»! «Собственный остров»! Все же мы с вами большие дураки, что купились на эти байки. Вероятно, он просто зашел туда погреться и передохнуть.

Художник хотел согласиться с ее выводами, но в это время сумерки озарились мощным светом галогеновых фар. Спутники переглянулись.

Респектабельный черный «роллс-ройс» притормозил у края тротуара. Из него с достоинством вышел высокий мужчина в белоснежной униформе и поклонился так, словно был дворецким у самой королевы.

– Доброе утро, мэм. Доброе утро, сэр, – произнес он с типично лондонским акцентом.

Затем подхватил чемоданы и уложил их в багажник одним отточенным движением.

– А где этот… оборванец? – спросил Художник и тут же сам смутился от своей бестактности.

Ответом ему был тихий вежливый смех.

– Простите, сэр, – с улыбкой сказал водитель. – Я понимаю ваше недоумение. Мистер Райли иногда выбирает костюм, не совсем соответствующий его высокому статусу. Видите ли, это своего рода аскеза, духовная практика. Он принадлежит к числу тех людей, которые могут позволить себе все. И, чтобы не впасть в гордыню, он совершает поступки, которые помогают ему, так сказать, спуститься с небес на землю. Кстати. – Водитель извлек из кармана два небольших кон-

верта. – Мистер Райли просил меня передать вам это.

Бизнес-леди и Художник одновременно распечатали конверты – внутри оказалось одно и то же послание.

> «Привет, котятки! Можно я вас буду так иногда называть? Надеюсь, у вас все окей. Если вы читаете это, значит, моя невинная вчерашняя шутка вас не слишком напугала. Как сказал Эпиктет, „Ни бык, ни благородный муж не становятся теми, кто они есть, в один миг; должно пройти суровую закалку и приготовить себя к битве, а не бросаться очертя голову на передний фланг". Отличного вам полета! И – увидимся в Раю!»

– Внешность бывает обманчива, – продолжал водитель со снисходительной улыбкой. – Самая большая ошибка – судить о человеке по одежде. Костюм – не показатель.

– Как и чисто выбритое лицо, – заметил Художник, трогая пальцем сияющую эмблему «роллс-ройса» на хромированном колесном диске.

– Мистер Райли никогда не сказал бы вам того, что скажу я, – строго произнес водитель. – Он слишком скромен, и к тому же не придает этому никакого значения. Но вы должны знать, что человек, которого вы назвали оборванцем, входит в десятку богатейших людей планеты.

– Вы, должно быть, шутите. – У Бизнес-леди округлились глаза.

– Такими вещами не шутят, леди.

Водитель с вежливой улыбкой открыл дверь и помог ей

сесть.

Салон сиял полированными панелями из красного дерева. Сиденья были обиты мягчайшей бежевой кожей (разумеется, натуральной – ее запах еще чувствовался: автомобиль был совсем новым).

– Как же так получилось, что мистер Райли, с его любовью к обноскам, стал богат? – не без иронии спросил Художник.

Водитель сделал вид, что не заметил язвительного тона.

– Свое состояние мистер Райли сделал много лет назад, – ответил он спокойно и дружелюбно. – Он находил многообещающий проект и вкладывал в него деньги. У него, знаете ли, нюх на талантливых людей. Сегодня мистеру Райли принадлежат акции многих топовых корпораций, но я не уполномочен сообщать их названия.

– Понимаю, – откликнулась Бизнес-леди. – Это коммерческая тайна.

– Да, – кивнул шофер. – И если честно, мне не стоило сообщать вам и того, что я уже сказал. Мистер Райли будет весьма разочарован, если узнает, что я обсуждал с вами его финансовые дела.

– Не волнуйся, брат, – засмеялся Художник. – Мы ему ничего не скажем.

– Благодарю, – сказал водитель. – Через пять минут мы будем на месте.

– А куда мы едем? – поинтересовалась Бизнес-леди.

– Мне приказано доставить вас в ангар 21. Там мистер

Райли держит свой воздушный флот.

– Флот? – переспросила предпринимательница. В ее красивых карих глазах сверкнул огонек любопытства.

– Да, – коротко ответил шофер.

Автомобиль бесшумно катился по утренним улицам. Мотора почти не было слышно. Художник смотрел в окно, с удивлением отмечая, в какие необычные цвета красит рассвет городские здания. Он никогда не вставал так рано и уже не помнил, что такое восход солнца.

– Необыкновенно, – прошептал он. – Как пусто, просторно и прекрасно. Ни души. Ни звука. Полный покой.

Он широко зевнул.

– И хотя мне очень хочется спать, – произнес он уже громче, – но в голове у меня поразительно ясно. Мы едем быстро, но я успеваю подмечать все детали. Как бы я хотел, чтобы мое внимание было всегда таким цепким!

На город упали первые лучи восходящего солнца, и все вокруг стало янтарным. Это привело Художника в совершеннейший восторг. Сонливость мгновенно слетела с него. Он чувствовал себя так, словно только что родился на свет.

Бизнес-леди, казалось, совсем не интересовалась окружающим. Она пристально разглядывала водителя.

– Мне бы хотелось побольше узнать об этом загадочном мистере Райли, – сказала она. – Расскажите еще хоть что-нибудь! Сколько у него миллиардов?

– Думаю, что считать чужие миллиарды – некорректно, –

недовольно откликнулся водитель. – Вам достаточно знать только то, что состояние его поистине огромно. Впрочем, сейчас от всех его денег осталась едва ли половина. Он спонсировал множество благотворительных программ.

– Так он, выходит, не жадина? – включился в разговор Художник.

Водитель поджал губы.

– Мистер Райли – самый щедрый, милосердный и сострадательный человек из всех, кого я знаю, – сказал он, делая ударение на каждом слове. – И одновременно с этим – весьма разумный и расчетливый. В хорошем смысле. Свой бизнес он ведет исключительно честно. Его уважают все, даже конкуренты.

– Тем не менее у него есть свои странности, – с улыбкой произнесла Бизнес-леди.

– Да, – согласился водитель. – Многие считают его чудаком. Но мне сдается, человек с таким состоянием имеет на это право.

– Скажите, – не унималась Бизнес-леди, – что в нем еще такого необычного? Я просто хочу знать, чего от него ожидать.

– Вы все увидите сами, – последовал лаконичный ответ.

Вскоре «роллс-ройс» свернул на территорию частного аэропорта. Машина остановилась у трапа, ведущего в небольшой элегантный самолет цвета слоновой кости. На борту красовалась эмблема: три мандариново-оранжевых

буквы: «К5У».

– Что значит К5У? – озабоченно спросила Бизнес-леди.

– Клуб «Пяти Утра», – ответил водитель, помогая ей выбраться из салона. – Мистер Райли называет утро «взлетной полосой жизни». А теперь, к моему сожалению, здесь я должен с вами распроститься. Оревуар! Счастливого полета!

Водитель щелкнул каблуками и начал вытаскивать чемоданы из багажника.

Возле трапа их встретили статная стюардесса с русой косой и рослый помощник пилота, сероглазый красавец-блондин. Стюардесса проводила их в салон, где были только два кресла – одно напротив другого. Изысканная отделка и исключительное удобство интерьера говорили о том, что владелец самолета принадлежит к богатейшим людям планеты.

VIP-пассажирам подали полотенца, смоченные в горячей воде, и кофе на серебряном подносе. Капитан по громкой связи приветствовал их на двух языках: английском и русском.

– Было приятно познакомиться с вами. – Водитель, уже убравший чемоданы в багажный отсек, протянул Художнику руку. – Передавайте мои наилучшие пожелания мистеру Райли. Не сомневаюсь, что вы будете в восторге от Маврикия.

– Как от Маврикия? – хором воскликнули Бизнес-леди и Художник. Водитель только улыбнулся и, приложив руку к козырьку, исчез в дверном проеме.

– Это невероятно! – задыхаясь от восторга, говорил Художник. – Маврикий! Сказочный остров, о котором я не мог даже мечтать! Экзотика с французским акцентом. Неземные красоты. Говорят, люди там не знают печали.

– Я потрясена не меньше вашего, – улыбнулась Бизнес-леди. Она с любопытством наблюдала за работой пилотов, колдовавших над приборной панелью. – Я тоже наслышана о Маврикии. Говорят, это настоящий рай.

Капитан объявил взлет, и гости пристегнулись. Когда лайнер взмыл в облака и набрал крейсерскую скорость, им подали шампанское в ведерке со льдом, икру, устрицы, клубнику и манго.

Бизнес-леди испытала почти блаженство.

Почти – потому что где-то в глубине души ей не давала покоя мысль об инвесторах. Она подумала, что сейчас не самое удачное время для отпуска. Но загадочный мистер Райли с его не менее загадочным «Клубом Пяти Утра» волновал ее куда больше, чем проблемы в бизнесе. А вдруг этот тот единственный шанс, благодаря которому она не только справится со всеми трудностями, но и получит мощный импульс для того, чтобы полностью изменить свою жизнь? Как бы то ни было, а на Маврикии инвесторам будет намного сложнее достать ее. К тому же ей действительно хотелось узнать, как начинают свой день самые богатые и успешные люди этого мира.

Отпив еще шампанского, Бизнес-леди надела наушники

и включила один из двух телевизоров – тот, что находился над головой Художника. Из списка фильмов она выбрала французскую мелодраму и незаметно уснула под романтичную музыку.

Художник читал книгу «Микеланджело Фьорентино и Рафаэль Урбино: мастера искусств в Ватикане». Время от времени он отвлекался и с любопытством смотрел в иллюминатор. Там, внизу, проплывали моря, горы, поля, города. Пролетая через разные часовые пояса, самолет миновал ночь, встретил рассвет и в три часа пополудни приземлился на Маврикии. Бизнес-леди открыла глаза, только когда капитан объявил по громкой связи:

– Дамы и господа, наш полет завершен. Добро пожаловать на Маврикий, в международный аэропорт имени сэра Сивусагура Рамгулама. Благодарим за оказанную честь. Надеемся, что полет был для вас приятным.

Русская стюардесса проводила VIP-пассажиров к выходу. У трапа их уже ожидал черный кроссовер премиум-класса.

– Ваши чемоданы доставят особым рейсом, – сообщил водитель, приветствуя их. – Они прибудут в имение мистера Райли раньше вас.

Бизнес-леди не удержалась и сделала селфи на фоне сверкающего внедорожника. При этом она сделала губки «уточкой», как самая настоящая инста-герл. Художник ухмыльнулся и в последний момент влез к ней в кадр, высунув язык, подражая Эйнштейну.

Кроссовер легко покатил по гладкому, как шелк, шоссе мимо плантаций сахарного тростника.

– Скажите, дом мистера Райли находится на побережье или в середине острова? – спросил Художник.

Водитель не ответил, только выпрямил плечи и как-то напрягся. Весь его вид говорил о том, что он «при исполнении». Серая униформа напоминала военный мундир. Да и сам он, видимо, был из бывших военных – судя по тому, с какой тщательностью он соблюдал правила. Несмотря на то что шоссе было пустынно, он неизменно подавал сигнал поворота; а там, где знак предписывал сбросить скорость, – мгновенно тормозил и ехал не быстрее того, что было указано.

Они проехали несколько крохотных деревушек, где время, казалось, замерло. Дома тонули в зарослях бугенвиллии. Огромные собаки спали прямо посреди дороги. Заслышав автомобильный гудок, они лениво вставали с места и отодвигались на каких-нибудь полметра. На зеленых лужайках резвились дети. Смуглые старики в истрепанных шляпах сидели на видавших виды деревянных стульях. Время от времени издалека доносился петушиный крик, и, куда ни глянь, порхали разноцветные бабочки.

В одной из таких деревень им навстречу попался худенький парнишка на огромном (явно отцовском) велосипеде с высоченной рамой и древним кожаным седлом. Еще через несколько километров они встретили группу девочек-подростков в одинаковых коротких топиках и серферских шор-

тах. Они куда-то шли за мужчиной в плотных камуфляжных шортах и футболке с надписью «Жареный цыпленок номер один» на спине.

Время текло здесь так медленно, что остров, казалось, находится совсем в другой Вселенной – там, где нет ни деловых забот, ни житейских печалей. Люди выглядели веселыми и беспечными. Их лица были приветливы и жизнерадостны. Художник смотрел на них и думал, что здесь, на этом райском острове, просто нельзя не любить жизнь. Эти пустынные пляжи, эти великолепные сады, совсем как на полотнах Гогена. Эти горы, которые, казалось, были высечены лучшими флорентийскими скульпторами.

– Посмотрите налево, – неожиданно произнес водитель, указывая на один из пиков. – Местные зовут эту гору Питер Бот. По высоте она – вторая на Маврикии.

– Напоминает человеческую голову, – отозвался Художник.

– Верно! – Водитель встретился с ним взглядом в зеркале заднего вида. – А знаете почему?

– Было бы любопытно узнать, – сказала Бизнес-леди.

– В начальной школе, – продолжал шофер, – нам рассказывали историю о человеке, который заснул у подножия этой горы. Проснулся он от странных звуков и увидел эльфов, танцующих под небесную музыку. Эти существа велели человеку никогда никому не рассказывать о своем видении, иначе они превратят его в камень. Он страшно перепугал-

ся и, конечно, пообещал хранить молчание. Но так как по природе своей был слишком болтлив, то не сумел удержать язык за зубами. Разгневанные эльфы превратили его в камень. А голова его раздулась так, что поднялась на вершину этой величественной горы, на которую вы оба сейчас смотрите. Урок всем невежам: обещания надо выполнять! И дорожить своим словом.

Кроссовер полз по извилистым горным тропкам. Проезжая мимо очередной деревни, они услышали громкую музыку, доносившуюся из допотопного магнитофона, стоявшего в открытом окне одного из домишек. Видимо, здесь была вечеринка или какой-то праздник. Двор был полон молодежи, некоторые девушки пританцовывали.

Бизнес-леди с интересом наблюдала за всем, что творилось вокруг. Ее густые каштановые волосы развевались на ветру. Вертикальная морщинка на лбу – признак всегдашней озабоченности – почти пропала. На душе у нее было удивительно спокойно. Вдруг она заметила, что ее рука на сиденье почти касается руки Художника. Ее это немного смутило, и она отдернула свою изящную кисть от покрытых татуировками пальцев Художника.

– Марк Твен писал: «Сначала был создан Маврикий и только потом небеса; и небеса были скопированы с Маврикия», – поделился водитель.

– Да, здесь необыкновенно красиво, – признал Художник. Глубокий покой, царивший вокруг, проник и в его одинокую

душу. – Я бы остался здесь на этюды, мне уже хочется нарисовать и эти горы, и этих людей.

Бизнес-леди пристально взглянула на него. Тон, с которым были произнесены эти слова, вызвал в ней какое-то незнакомое чувство. Затем она отвернулась и продолжала смотреть на море. Едва заметная улыбка тронула ее губы.

На приборной панели что-то щелкнуло. Водитель взял микрофон и негромко сказал:

– Будем через пять минут.

Затем он протянул пассажирам золотую пластину с замысловатой чеканкой:

– Думаю, вам будет интересно взглянуть на это.

Бизнес-леди и Художник стали изучать драгоценный предмет.

Автомобиль сбросил скорость и медленно поехал вдоль берега, мимо небольших рыбацких домиков, которые из-за одинакового белого цвета были похожи друг на друга, как близнецы. Перед одним из таких домиков стоял старый мини-грузовик, во дворе другого сушились рыбацкие снасти. У самого моря бегали дети. Они были так поглощены игрой, что не обратили внимания на проехавший совсем рядом шикарный автомобиль.

Правило № 1

Рассеянность – бандит, убивающий всякое творчество; вор, крадущий энергию. Создатели империй и вершители истории отводят себе час перед

рассветом, чтобы из глубин своей души почерпнуть силы для свершений грядущего дня.

Правило № 2

Отговорки – для посредственностей. Если вы чего-то не делали прежде, это не значит, что вы не можете начать делать это прямо сейчас. Так что оставьте все сомнения и помните: небольшие ежедневные усилия приносят великие плоды.

Правило № 3

Все изменения поначалу трудны, непонятны в середине и великолепны в конце. То, что мастер делает легко и блестяще, ученику кажется невероятно сложным. Вставайте вместе с солнцем каждое утро. И в конце концов то, что давалось с таким трудом, станет привычкой.

Правило № 4

Реальность такова, что выдающихся результатов достигают лишь 5 % людей. Как попасть в эту великолепную пятерку? – Делать то, что не желают делать остальные 95 %. Но приготовьтесь к тому, что большинство сочтет вас безумцами. Клеймо чудака – цена всякого подлинного величия.

Правило № 5

Когда вам захочется сдаться, стисните зубы и удвойте усилия. Победа любит упорных.

Бизнес-леди во все глаза смотрела на океан, который так давно мечтала увидеть. Он был необыкновенно глубокого цвета, с переливами от индиго до бирюзы. Белые шапки волн лениво катились к песчаному берегу. Ветер доносил запахи моря, водорослей и, как ни странно, корицы. Машина притормозила у причала, где на выбеленных досках ловил рыбу худощавый босой мужчина в закатанных до колен армейских штанах и с бородой, как у Санта-Клауса.

Солнце висело над океаном, почти касаясь горизонта. Казалось, что где-то вдали, на том краю океана, в небе плывет огромный воздушный шар, наполненный жаром. Горизонт пылал красным. Эта восхитительная картина совершенно заворожила молодую женщину.

Автомобиль проехал еще несколько метров и остановился у металлической ограды с ажурными воротами. Шофер нажал кнопочку звонка. В динамике интеркома послышался шорох.

– Гости прибыли, – громко сказал шофер, и в тот же миг кованые ворота стали медленно разъезжаться.

Кроссовер покатился по извилистой дороге, обсаженной бугенвиллиями, гибискусом, тропическим жасмином и бульдорелями – символом Маврикия. Водитель открыл свое окно, и по салону прокатилась волна ароматов. Садовники, услышав шум колес, оборачивались и приветливо махали гостям. Двое даже поздоровались: один крикнул «Bonjour!», а другой – «Bonzour!», и этот ломаный французский неверо-

ятно насмешил Бизнес-леди. Неожиданно из-под колес выпорхнула стайка серых голубей. Девушка вскрикнула, но шофер и бровью не повел: машина ехала медленно и не представляла никакой опасности для птиц.

Вилла миллиардера оказалась на удивление скромной. Нечто среднее между классическим английским загородным домом и норвежской фермой. Единственной данью современности были огромные, от цоколя до крыши, окна. Тем не менее в этой странной архитектуре чувствовался вкус.

С обширной террасы открывался великолепный вид на океан. У стены стоял видавший виды горный велосипед. В конце подъездной дорожки валялась доска для серфинга.

На террасе гостей ждал маленький столик с изысканными закусками и свежим имбирным чаем. Стол был сервирован на три персоны, но хозяина нигде не было видно. Не зная, что делать дальше, гости стали недоуменно озираться. На одном из дальних причалов Бизнес-леди заметила человеческую фигуру, неподвижно стоящую у самой воды.

Мужчина отличался необычайно высоким ростом и прекрасно сложенной фигурой. Бронзовый загар говорил о том, что он проводит много времени под солнцем. Из одежды на нем были лишь свободные серферские шорты камуфляжной расцветки да канареечно-желтые сандалии. Лицо было разглядеть трудно – из-за невероятно больших солнечных очков. Он стоял лицом к океану и напряженно вглядывался в безбрежную даль, словно ждал своего корабля.

– Это он! – воскликнула Бизнес-леди. – Наш хозяин, великолепный и странный мистер Райли!

Она сбежала по деревянным ступеням и быстро зашагала к морю.

– Нет, вы только подумайте! – говорила она на ходу. – Он даже не думал нас встречать! Стоит себе, загорает, как будто у него нет ни дел, ни забот. Может, он забыл про нас?

Она бежала так быстро, что Художник едва поспевал за ней.

– И все же я ужасно рада, что согласилась на это безумное предложение! – тараторила девушка. – Ну что вы копаетесь? Шевелитесь, мне не терпится его обнять!

Но Художник вдруг встал как вкопанный: он едва не наступил на крохотного геккончика, который как раз пересекал дорожку, ведущую к морю.

– Ух ты! – рассмеялась Бизнес-леди. – И как вы его только заметили?

От быстрой ходьбы Художнику стало жарко. Он расстегнул черную рубашку, под которой обнаружился внушительных размеров живот.

– Хочу такой же загар, – смущенно проговорил он, ускоряя шаг.

Бизнес-леди была охвачена волнением и восторгом и не обратила внимания на то, что по дороге к океану им не попалось ни одного дома. Художника же это удивило. О том, что здесь живут люди, можно было догадаться только по

нескольким рыбацким лодкам, привязанным к вешкам на мелководье.

Приблизившись, гости заметили, что мужчина как раз заканчивает сурья намаскар – йогический комплекс «поклонения солнцу».

– Мистер Райли! – окликнул его Художник. От бега и отдышки голос его срывался и звучал как-то по-женски.

Мужчина как ни в чем не бывало продолжил свои занятия.

– Мистер Райли! – звонко крикнула Бизнес-леди.

Но и на этот раз не последовало никакой реакции. Закончив упражнения, высокий мужчина уселся в позу для медитации и стал смотреть на грузовые суда, уходящие за горизонт.

Художник решительно подошел к нему и похлопал по загорелому плечу. Тот снял очки и медленно, с достоинством обернулся.

– Ой… – выдохнул Художник и отпрянул назад. При этом он зацепился ногой за какую-то деревяшку и, не удержавшись, рухнул на песок.

Бизнес-леди выглядела крайне смущенной. Вместо Стоуна Райли перед ними сидел Заклинатель.

# Глава 7
# Чудеса начинаются в Раю

*В чудеса способны верить дети, гении и сумасшедшие. Мы же с тобой только сомневаемся, внимая своему большому мозгу и маленькому сердцу.*
***Стивен Прессфилд***

– Ого! – вырвалось у Бизнес-леди. Сконфузившись, она попыталась улыбнуться, но не могла сдержать восторг и удивление, отчего улыбка вышла несколько кривой. – Простите… Мы думали, это мистер Райли.

Мужчина поднялся на ноги и, сложив руки на груди, с любопытством оглядывал подошедших.

– Вы нас не знаете, конечно… – заговорила молодая женщина, оправившись от шока. – Мы были на вашем выступлении. Оно было потрясающим! Я приехала на конференцию, чтобы поправить дела в бизнесе. Дело в том, что я руковожу быстрорастущей IT-компанией, передовой в нашей сфере… по крайней мере, так было до недавнего времени…

Она вдруг запнулась и отвернулась от Заклинателя. Бросив мимолетный взгляд на своего спутника, она опустила глаза и машинально теребила браслеты на своем запястье. Вертикальная морщина снова разделила ее красивый лоб, и выражение лица приобрело оттенок тревоги, так не вязав-

шейся с царившей вокруг безмятежностью.

Заклинатель как будто не слышал ее. Он молча изучал лицо нежданной гостьи. Бизнес-леди почувствовала себя неуютно и с мольбой взглянула на Художника.

– И что же случилось? – неожиданно подал голос Заклинатель. – С вашим бизнесом?

– Инвесторы, которые помогали мне на начальном этапе, решили, что я имею слишком много… Жадность… Они объединились, чтобы отобрать у меня компанию. Шантажировали команду моих директоров, подкупили лучших сотрудников и делают все, чтобы убрать меня из фирмы. Они угрожают мне… Но это вся моя жизнь! – От волнения у нее перехватило дыхание.

По мелководью вдоль песчаной кромки плыл косяк разноцветных тропических рыбок.

– А вы что? – спокойно спросил Заклинатель.

– А я… Я не собираюсь отступать. Я вложила в этот бизнес все свои силы… – голос ее дрожал. – Для меня потеря фирмы – это смерть… Я даже хотела покончить с собой, – призналась она. – Но у меня было приглашение на вашу конференцию – и теперь я думаю, что сама судьба привела меня к вам. Вы подарили мне надежду. Ваши слова заставили меня найти в себе силы жить. Не знаю почему, но, когда я слушала вас, я чувствовала, как мое сердце наполняется верой, надеждой и могучим желанием победить. Я так благодарна вам! – страстно воскликнула она. – Позвольте я обниму вас!

Она бросилась на шею Заклинателю и крепко сжала его в объятиях. Он был явно смущен и озадачен этой эмоциональной выходкой. Мягко освободившись из ее рук, он отступил на пару шагов назад.

– Мне, безусловно, приятно это слышать, – улыбнулся Заклинатель. Сейчас он выглядел куда лучше, чем тогда, на конференции. Легкий загар подчеркивал здоровый цвет лица, великолепная осанка и легкие движения говорили о том, что он чувствует себя превосходно. Казалось, он даже прибавил немного в весе.

– Тем не менее, – продолжал он, – моей заслуги тут нет. Правда заключается в том, что вы сами приняли решение изменить что-то в своей жизни – вы вняли моим словам и стали действовать. А ведь у большинства дело до этого так и не доходит. Они направо и налево кричат о своих желаниях, невероятных планах, лопаясь от переизбытка пустых амбиций, но ничего не делают. Я не осуждаю их – это личный выбор каждого человека, и не мне решать, каким он будет. Людям свойственно бояться перемен. Они держатся за то, что у них есть, не делая никаких попыток создать будущее, о котором мечтают. Потому что шаг вперед – это неизвестность. А ведь это хорошие люди. Но они так сильно напуганы, что отказываются принять невероятные возможности, которыми окружает их жизнь. Они предпочитают делать вид, что мастерство, достоинство, смелость – не для них, ищут легких путей, но не идут даже по ним. И они остаются такими на

всю жизнь.

Но вы – уже другая. У вас хватило мудрости заглушить внутреннее сопротивление и услышать то, что я говорил на своей конференции. Из моего выступления вы узнали немного, но услышанного вам хватило, чтобы начать менять свою жизнь. Я знаю, что это непросто, очень непросто. Но, чтобы появилась бабочка, гусеница должна закончить цикл своего существования, и так во всем – это закон природы. Старое «Я» должно умереть в вас, чтобы новое смогло проявить себя. И вам хватило решимости не дожидаться идеальных условий, а строить новую жизнь из того, что у вас есть сейчас. Это верный путь, и он приведет вас к желанному результату. В этом и состоит секрет успеха: начинать там, где вы находитесь сейчас, использовать то, что есть, делать то, что можете. Даже если вам чего-то не хватает, Вселенная в ответ на ваши усилия предоставит все необходимое. Через несколько лет вы будете удивлены теми потрясающими изменениями, которые с вами произойдут. И вы неоднократно поблагодарите себя за то, что не побоялись начать сегодня.

– Ваши слова так вдохновляют! – воскликнула Бизнес-леди. – Здесь, сейчас, рядом с вами у меня нет никаких сомнений в том, что я сделала правильный выбор, прилетев на Маврикий.

– У меня был один ученик, – доверительным тоном сообщил Заклинатель, – который мечтал стать спортсменом. Но сначала, говорил он, надо похудеть. Вы можете себе предста-

вить? Похудеть, чтобы начать заниматься спортом! А ведь этот человек в своем заблуждении далеко не одинок. Есть целая армия несостоявшихся писателей, которые не написали ни строчки, потому что у них «нет вдохновения»! А сколько неудавшихся карьеристов так и остались на нижних позициях, потому что ждали, что высокая должность свалится на них с неба! Сколько стартапов так и остались на бумаге, потому что у них не было финансирования. Успех требует действия! Тот, кто бесконечно ждет и колеблется, не приблизится к своей мечте ни на сантиметр. Вы же не стали ждать. Вы сделали огромный шаг к своей личной вершине. Тому, кто так энергично начал свой путь, идти будет легче, хотя и непросто. Как бы то ни было, я тронут тем, что мое скромное выступление стало для вас стимулом. Правда, впечатление было подпорчено… – Он слегка смутился.

– Мы думали, вы умерли прямо на сцене! – выпалила Бизнес-леди. – Хвала небесам, все обошлось.

– Что мне станется! – рассмеялся Заклинатель. – Тем не менее благодарю за внимание к моему здоровью.

– Скажите, – подал голос Художник, – все те, кто присутствовал на конференции – ваши последователи?

– О нет, – ответил Заклинатель. – Лишь малая часть. Большинство людей приходит посмотреть на знаменитого гуру. Им льстит, что я консультирую олигархов. Видите ли, вся современная культура настраивает человека гоняться за титулами, аплодисментами и признанием. Человеческая цен-

ность в обществе определяется не тем, что он думает и чувствует, а его внешним «фасадом» – деньгами, положением, властью, известностью. Я не хочу сказать, что все известные и богатые люди внутри абсолютные пустышки. Роскошь, влияние и слава – вещи временные. Они могут быть, а могут и не быть. Не каждый мастер получал признание при жизни. Но разве от этого его мастерство уменьшалось? Нет! Подлинный успех не равен признанию.

Очень низко над ними пролетел альбатрос. Тень от его огромных крыльев напугала стайку маленьких рыбок, резвившихся на мелководье.

– Истинную силу невозможно получить извне, – проникновенно сказал Заклинатель. – Это лишь кажется, что сила у того, кто ворочает миллионами и управляет бизнес-империями. Я открою вам большой секрет. – Он прищурился. – На самом деле те, кого весь мир считает богачами, вовсе не так богаты.

Бизнес-леди приподняла изящную бровь.

– Вы серьезно?

– Абсолютно, – кивнул старый наставник. – Материальное богатство – очень ненадежная штука. Его можно потерять в одночасье. Настоящее богатство – то, что невозможно отнять. Оно находится внутри вас, как и подлинная сила. Хорошая новость в том, что обрести эту силу может любой человек.

– И что для этого нужно сделать? – спросил Художник.

Он снял сандалии и стоял босиком у самой кромки воды.

– Войти в контакт со своим истинным «Я», – ответил Заклинатель. – Погрузиться в свою собственную глубину и отыскать сокровища, которыми вас одарил Создатель. Это непростой путь, но он доступен каждому. Вам понадобятся мужество, решительность и самодисциплина. Вам придется противостоять человеческому стаду, которое послушно следует по пути потребления, неосознанности и поверхностного отношения к жизни, но становится крайне агрессивным, когда кто-то дерзает вступить на свой собственный путь. Потребление – главный враг планеты, оно уничтожает ее, как раковая опухоль. Люди подхватили эту заразу, потому что не понимают, что такое настоящее богатство. Все великие лидеры, мудрецы и герои были избавлены от болезни потребления. Они довольствовались самым необходимым, потому что знали истинную ценность жизни. Известно ли вам, что после смерти Махатмы Ганди от него остались лишь сандалии, очки и миска для еды? Мать Тереза, которая осыпала миллионы людей щедрыми дарами своего сердца, умерла в каморке, где не было ничего, кроме простой деревянной кровати. Она много путешествовала по миру, но никогда не брала с собой чемоданов. Все ее пожитки умещались в обычную полотняную сумку.

– Но почему все эти люди отказывали себе в вещах, которые могли бы существенно облегчить им жизнь? – спросил Художник.

– Видите ли друг мой, – Заклинатель положил руку ему на плечо, – и Махатма Ганди, и мать Тереза были по-настоящему зрелыми людьми. Это значит, что они обладали видением и мудростью и прекрасно понимали, что материальные блага – вовсе не та цель, на которую стоит тратить время и силы. Почему люди гонятся за богатством? Потому что пусты внутри. Они стремятся заполнить эту душевную пустоту деньгами, домами, путешествиями, развлечениями и роскошью. Мудрый человек стремится прежде всего познать самого себя, открыть в себе источник внутренних богатств, таких, как вдохновение, благодать, радость и творчество. Он знает: сокровища, таящиеся на дне каждой человеческой души, сияют, как тысячи солнц. Рядом с ними все богатства мира выглядят кучкой бесполезного мусора. Вершители Истории знают, что потребление – прямой путь к погибели. Природу нельзя использовать, с ней нужно сотрудничать. Улучшая этот мир, мы обогащаем себя. Помните последние слова, которые я произнес на конференции?

Бизнес-леди и Художник смущенно потупились.

– Я сказал: подлинный лидер – не тот, кто управляет, а тот, кто служит. Мистик Руми[4] писал об этом более образно: «Откажись от капли, стань океаном».

– Спасибо за ваши откровения, – сердечно произнесла Бизнес-леди. – А мы и правда сильно испугались за вас. Она

[4] Джалаладдин Руми (1207–1273) – персидский поэт-суфий, философ, также известный под именем Мевлана. – *Прим. ред.*

села на песок рядом с Художником.

– Да, здорово, что вам стало лучше, – подхватил Художник. Он снял сандалии и слегка развалился на песке, так что был похож на кота, нежащегося на солнце. – Кстати, что же с вами произошло тогда, на сцене?

– Ничего серьезного, – смущенно улыбнулся Заклинатель. – Обычное переутомление. Слишком много городов, встреч и семинаров. Каюсь, я возомнил себя всемогущим и решил, что могу работать без отдыха. Я стремился помочь всем страждущим, но позабыл о том, что у моего организма есть свои потребности.

Он снял темные очки и сощурился от яркого солнца.

– Знаете, я счастлив, что судьба свела нас вместе, – сказал он и обнял своих новых учеников.

– Я тоже рад, – отозвался Художник. – Признаться, выступление на конференции меня здорово вдохновило. У меня непростые времена сейчас, а то, что вы сказали, позволило мне взглянуть на жизнь под другим углом.

Вдали пронесся катамаран, набитый празднично разодетыми туристами. Совсем близко к берегу подплыл косяк рыб, которых местные жители называли «капитанскими». Проводив их взглядом, Заклинатель широко улыбнулся.

– Вы, должно быть, гадаете, что я здесь делаю.

– Верно, – рассмеялась Бизнес-леди. Она тоже сняла туфли и с наслаждением погрузила затекшие ноги в мягкий белый песок.

– Я – личный тренер мистера Райли. Всякому лидеру нужен опытный наставник – что в большом бизнесе, что в спорте высоких достижений. Мы познакомились со Стоуном, когда ему было тридцать три года. И с тех пор я веду его по пути роста. Наставляю, поддерживаю и слежу за тем, как растут его профессиональное мастерство и духовные качества. Я называю это методикой «два на три»: хочешь удвоить свои богатства – утрой усилие, с которым ты работаешь над собой. Я говорю о духовном и профессиональном самосовершенствовании.

– Интересно, – заметил Художник. Он вовсю старался втянуть заплывший жирком живот: в присутствии Бизнес-леди ему хотелось выглядеть более подтянутым.

– К счастью для мистера Райли, он довольно рано понял, что, если хочешь стать мастером, нужно у мастера и учиться. Конечно, наши отношения уже давно вышли за рамки наставничества. Мы друзья – в самом глубоком смысле этого слова. Сколько всего нам довелось пережить вместе – от катастроф до триумфов! А теперь мы просто проводим время вместе, отдыхаем, купаемся, едим печеных креветок, запивая их лучшим французским вином. Теперь мы понимаем друг друга без слов…

Заклинатель воздел руки к небу и прикрыл глаза.

– Нам достались и радости, и горести, – продолжил он после своей безмолвной молитвы. – Когда ему исполнилось пятьдесят, ему диагностировали рак в довольно запущенной

стадии. Он уже был успешен, богат, у него было все, о чем только можно мечтать. Но в мире есть и то, что нельзя купить за деньги. Ни он, ни я не знали, удастся ли ему выкарабкаться. Он осознал тогда, что никакие личные достижения, никакие покоренные финансовые вершины не имеют смысла для того, кто одной ногой стоит в могиле. Знаете поговорку «венец на голове здорового человека видим лишь больному»? В юности, когда мы полны сил и энергии, кажется, что самое важное на свете – деньги. Ради них мы готовы жертвовать здоровьем. Но когда подходит старость, а вместе с ней – немощи и болезни, мы готовы отдать последние деньги за то, чтобы чувствовать себя хоть немного лучше. Знаете, никому не хочется быть самым богатым человеком на кладбище.

– К счастью, рак отступил, – добавил Заклинатель, глядя на большой катамаран с пестрой группой туристов. – Болезнь очень часто дается человеку в качестве духовного опыта. Именно это и произошло со Стоуном.

Заклинатель поднял с песка белый камушек, сполоснул его от песка и положил в карман.

– Я рад, что вы приехали, – сказал он, широко улыбнувшись. – Стоун говорил о том, что пригласил на Маврикий двух потрясающих людей, с которым он хочет поделиться Знанием. В какой-то момент человек, идущий по пути Мастерства, сам становится наставником. Я уже предвкушаю все те невероятные прозрения, которые предстоят вам в ближайшие недели. Тайный клуб «Пяти Утра» – это не про-

сто метод для повышения личной эффективности и решения проблем. Это настоящая революция в сознании.

– Вы тоже будете нас наставлять? – спросила Бизнес-леди.

– О нет. – Заклинатель замахал руками. – Я приезжаю сюда не работать, а отдыхать. Если мы и будем видеться, то очень редко и издалека. Вы будете учиться, а я – нырять с аквалангом, ходить под парусом и ловить марлинов. Рыбалка – моя самая большая страсть, и здесь, на Маврикии, я отдаюсь ей полностью. Рыба, пойманная своими руками, испеченная на костре, который развел сам, имеет совершенно особый вкус, с которым не сравнится ни одно блюдо ни в одном, даже самом лучшем ресторане. Эти простые занятия возвращают меня к реальности, которая бесконечно далека от мира, раздираемого войнами, человеческой жадностью и культом потребления. Там я нахожусь в крайне агрессивной среде, которая так и грозит уничтожить мое творческое начало. Здесь же я возрождаюсь и получаю столько силы, сколько требуется на то, чтобы выдержать весь тот натиск, которому подвергает меня нездоровый мир. Кроме того, вдохновение питается изоляцией от непрекращающегося цифрового поклонения и бессмысленного чрезмерного общения, которым большинство людей уделяют почти все свое время. Отдых – самое важное для того, кто хочет обрести свое истинное «Я». Я объяснял этот принцип своим ученикам много лет, но сам забыл о нем. Приступ, который сразил меня на конференции, – расплата за это. Вы были свидете-

лями тому, что случается, когда человек пренебрегает отдыхом. Так что я надеюсь, вы хорошо усвоили урок. Для свершений нужна энергия, и человеку необходимо ее восстанавливать, заряжаться ей. Помните об этом. Найдите то, что вас восстанавливает, исцеляет и радует и обращайтесь к этому чаще. Радость – колыбель гения. Лучшие идеи приходят к нам, когда мы счастливы и веселы.

Восторженным взглядом он окинул синюю гладь океана, изумрудные зонтики пальм, белоснежный песок и, не в силах сдерживать эмоций, восхищенно всплеснул руками.

– Для меня это маленькое пятнышко на карте Индийского океана – настоящее место силы, – возбужденно заговорил он. – Здесь пробуждается все лучшее, что есть во мне. Это настоящий островок покоя и поразительной красоты – не только природной, но и красоты человеческой души. Более открытых людей, чем маврикийцы, я не встречал нигде. Большинство из них все еще умеют ценить простые радости жизни. Что нужно им для полного счастья? Порыбачить с друзьями, а потом поужинать в кругу семьи жареной курицей, купленной в ближайшем супермаркете, запивая ее баночкой холодного «Феникса».

– «Феникса»? – не понял Художник.

– Так называется местное пиво, – пояснил Заклинатель. – Между прочим, весьма и весьма неплохое. Всякий раз я покидаю остров, будучи в сто раз сильнее, быстрее, сосредоточеннее и энергичнее. Маврикий – мое спасение от тяже-

лой ноши, которую я взвалил на себя. Не хочу показаться хвастуном, но я тружусь изо всех сил, чтобы избавить мир от жадности, ненависти и зависти. В моей повседневной работе я сталкиваюсь с худшими проявлениями человеческой натуры, а это само по себе очень изматывает. Только здесь я обретаю себя – восстанавливаю связь со своим подлинным «Я», обращаюсь к источнику бесконечной Силы. Мне необходима ее энергия, чтобы, вернувшись во внешний мир, я продолжал трудиться над его улучшением. Вы не представляете, как я благодарен вам за то, что вы пришли на мою конференцию. За вашу теплоту и искренность. Это значит для меня больше, чем все деньги мира. Я слышу много критики в свой адрес, но знаю, что она исходит от людей, которые боятся лидерства. Истинный лидер не критикует. Он во всем находит сильные стороны и стремится их развить. Когда я беру нового ученика, то в первую очередь стараюсь донести до него эту истину.

Он отряхнул шорты от мокрого песка, собираясь покинуть собеседников.

– Я хочу, чтобы вы кое-что для меня сделали, – тихо сказал он.

– Что же? – спросила Бизнес-леди.

– Приходите на пляж. Завтра. Вам пора становиться членами нашего тайного клуба.

– Интригует, – с улыбкой заметила Бизнес-леди. – В котором часу мы должны быть здесь?

– Ровно в пять утра, – последовал ответ. – Утро – взлетная полоса жизни. Каково утро – таковы и шансы на «взлет».

# Глава 8
# Тайный клуб «Пяти Утра». Утренний распорядок Вершителей Истории

*Хорошо вставать до рассвета, ибо такие привычки способствуют здоровью богатству и мудрости.*
***Аристотель***

– Приветствую вас, друзья мои! – раздался громкий окрик с террасы. – Добро пожаловать в тайный клуб «Пяти Утра»! – Миллиардер стремительно сбежал с деревянной лестницы одноэтажной виллы и вприпрыжку побежал к ним.

– Бонзур, мадам! – Он учтиво поклонился Бизнес-леди и коротко кивнул Художнику. – Нет, я не коверкаю французский. Так звучит «доброе утро» на креольском. Что ж, друзья мои, позвольте похвалить вас за точность! Она, как известно, «вежливость королей». Вы уже начали свой день по-королевски! Но давайте же познакомимся! Меня зовут Стоун Райли. – Он протянул руку для рукопожатия.

Бизнес-леди и Художник с удивлением смотрели на этого крепкого, моложавого мужчину, которого впервые увидели в образе престарелого бомжа. Теперь вместо лохмотьев на нем были дорогие белые шорты из хлопка высочайшего качества, сидящие ровно по фигуре, и белоснежная футболка

с надписью «Идея работает, пока над ней работают». Человек, назвавший себя Стоуном Райли, был чисто выбрит, отменно подстрижен и отличался исключительно ухоженным видом. На голове у него была бейсболка, повернутая козырьком назад. Все это, в сочетании с великолепным загаром, делало его явно моложе своего возраста. Бизнес-леди подумала, что ему намного меньше лет, чем ей показалось тогда, на конференции. Его зеленые глаза были ясными, а улыбка, казалось, сияла, когда он обнажал свои крепкие белоснежные зубы. В нем действительно было нечто особенное – то, что Бизнес-леди и Художник еще вчера заметили в «мудром бродяге», но не смогли дать этому определение.

В воздухе послышался легкий шорох: прямо над головой миллиардера пронесся белый голубь.

– Обнимемся? – И, не дожидаясь ответа, он сгреб в охапку Бизнес-леди и Художника. – А вы не робкого десятка! – произнес он чрезвычайно довольным тоном. – Поверить зачуханному бродяге, нищему старику, который ко всему прочему явно «с приветом»!

Бизнес-леди и Художник смутились, не зная, что и ответить.

– Молчите, молчите, я знаю, какое впечатление произвожу на людей в… хмм… скажем так, особые моменты моей жизни, – рассмеялся он. – Да, мне захотелось примерить на себя такой образ. Ну и что? Мне нравится играть. В конце концов, если у меня много денег, это совсем не значит, что я

должен быть все время при параде. Как говорится, «деньги не меняют человека – они просто показывают, кто он есть на самом деле».

Миллиардер, щурясь, стал вглядываться в океан, над которым медленно вставало огромное красное солнце. Первые лучи рассвета осветили его фигуру. Рельефный пресс проступал через ткань футболки и невольно притягивал взгляды обоих гостей. Райли оторвался от созерцания, полез в карман и извлек оттуда экзотический цветок. Ни Бизнес-леди, ни Художник никогда не видели подобного растения. Удивительным было и то, что цветок, только что лежавший в кармане, нисколько не был помят.

– Цветы! – с какой-то особой нежностью произнес Райли. – Вот настоящая магия! Живите так, чтобы ваша жизнь напоминала этот цветок: была такой же прекрасной и благоухающей. Кстати, – он повернулся. – Мой отец был фермером. И все детство я провел в деревне, мы перебрались в Южную Калифорнию много позже. Мы жили просто: думали просто, говорили просто, ели просто. В сущности, я так и остался тем простым деревенским парнишкой, да и вилла моя чем-то напоминает наш деревенский дом. Хоть и с видом на океан. – Он не отрывал взгляд от водной глади.

– Великолепная вилла с великолепным видом, – улыбнувшись, вставила Бизнес-леди.

– Великолепным? – воскликнул Художник. – Да это самое прекрасное место на земле! Я нигде не видел природы кра-

сивее, чем здесь. Она какая-то… сказочная!

– И верно, сказка, – кивнул миллиардер. – Я мечтал об этом всю жизнь, и как же мне повезло, что мечта моя осуществилась! Рад, что вам здесь нравится, котятки.

– Скажите, Райли, вам так легко подниматься до рассвета, потому что вы выросли на ферме? – спросил Художник.

Они брели вдоль кромки воды и наблюдали за крохотными крабами, которые рылись в песке в поисках добычи. Откуда-то появились три яркие бабочки и стали виться над головой миллиардера. Подражая их движениям, Райли принялся кружиться на месте, воздев руки, как танцующий дервиш.

– Я! Велю! Вам! – громко выкрикивал он, делая после каждого слова внушительную паузу. – Написать! На стене! Вашей спальни! – Он остановился и произнес абсолютно спокойным, серьезным голосом: – «Тот, кто поздно встает, ничего не добьется».

– И что это было? – удивленно спросила Бизнес-леди.

– Всего лишь слова Уильяма Питта, графа Четэмского. Он был британским премьер-министром двести лет назад, – пояснил миллиардер. – А на ваш вопрос отвечу так: и да, и нет. Конечно же, фермеры должны рано вставать. Наша семья не была исключением. Мой отец вставал спозаранку каждый день до конца своей жизни. Он привык к этому с детства и не мыслил, что можно жить как-то по-другому. Но я, как и всякий ребенок, был довольно ленив и любил поспать по-

дольше. Меня заставляли вставать, а я выдумывал причины, чтобы остаться в постели.

– Но вас все равно заставляли вставать и идти работать, не так ли? – спросила Бизнес-леди.

– Отнюдь, – ухмыльнулся Райли. – Вместо того чтобы воевать со мной, отец просто позволил мне делать то, что я хотел. И я спал порой до полудня.

– Ух ты! – восхищенно присвистнул Художник. – Вот это классный батя!

– Он действительно был очень хорошим и любящим отцом, – произнес миллиардер с ноткой грусти. – Но вставать в пять утра меня приучил совсем другой человек.

– Заклинатель? – догадалась Бизнес-леди.

Райли молча кивнул. Они шли по рассветному пляжу, слушая плеск волн и крик попугаев, приветствующих новый день.

– Мне повезло: я познакомился с Заклинателем в довольно молодом возрасте. Он и рассказал мне о клубе «Пяти Утра», – продолжал Райли. – Думаю, сама судьба свела меня с ним. Я был еще зелен, крайне амбициозен, только что открыл свое дело и понятия не имел, как вести бизнес. Заклинатель взял меня под свое крыло. Он был для меня как хороший тренер для боксера. Подзадоривал, когда нужно, или же, наоборот, удерживал от непродуманных поступков. Я много слышал о нем, прежде чем мы встретились вживую. В ученики он брал далеко не каждого: его «лист ожидания»

был расписан на три года вперед. Но я был упорным и наглым. Я стал звонить ему каждый день. И звонил до тех пор, пока он не согласился стать моим наставником. Тогда он сам еще был довольно молод, но его философия поражала меня глубиной и мудростью, я считал его гением.

– Это он приучил вас рано вставать? – вклинился Художник. – И как, помогло?

Миллиардер улыбнулся и остановился.

– «Помогло»… Да – если вам больше нравится это слово, можем сказать и так. – Он хитро посмотрел на Художника. – Но я считаю, что эта практика перевернула всю мою жизнь. Знаете, у современных ученых, есть такой термин – «ключевой стереотип». Это тип поведения, который встраивается в глубины подсознания, как программа в компьютер. Так вот: встреча с Заклинателем кардинально изменила все мои ключевые стереотипы, все программы моего мозга. Это было мучительно, не скрою. Мне потребовалось все мое упорство, чтобы вытерпеть все неудобства, связанные с искоренением одних привычек и приобретением других. Не скрою, и у меня были моменты, когда мне хотелось все бросить, закрыть глаза, чтобы не видеть, что уже 5 утра, и просто спать. Но я понимал, что, несмотря на то что мне было крайне тяжело, все стороны моей жизни становились лучше и лучше. В конце концов, я пережил такую трансформацию, которая в буквальном смысле спасла мне жизнь.

– Как это? – удивленно охнула Бизнес-леди и чуть пода-

лась вперед. В этом порыве она коснулась руки Художника, но не отстранилась, а так и осталась стоять – очень близко, почти прижимаясь к этому крепкому мужчине с длинными дредами.

Миллиардер бросил на них короткий пристальный взгляд и едва заметно улыбнулся.

– Мы живем в очень стремительное время, – вновь заговорил он. – Каждый жалуется на то, что ничего не успевает. Время как будто сжимается. При этом задач все больше, а их размах – грандиознее. Подъем в пять утра, о котором говорит Заклинатель, – это противоядие от того безумия, в которое погружается мир. Следуйте этому распорядку, и вы навсегда забудете о том, что такое спешка. Только представьте себе, как изменится качество вашей жизни, когда вы перестанете куда-то торопиться и бояться, что ничего не успеете! А ведь секрет прост: нужно всего лишь начинать день в благодатной тишине, которую дарит вам утро. Когда я стал практиковать эту формулу, я очень скоро заметил, насколько более свободным, гибким и сосредоточенным стал мой разум. А концентрация внимания, сосредоточенность – это фундамент, на котором строится замок величия. Спортсмены мирового уровня, топ-менеджеры богатейших компаний, гениальные архитекторы, виртуозные музыканты – все они начинали с того, что учились сосредоточивать внимание на своих сильнейших сторонах. Да, у каждого из тех, кого мы зовем Мастерами с большой буквы, ушло на

это немало времени. Но они не гнались за быстрым успехом. Они стремились к профессионализму высочайшего класса, а этого невозможно добиться с помощью волшебной таблетки. Рассеянное внимание – первейший враг мастерства. Говоря «нет» концентрации, вы говорите «да» посредственной жизни, полной разочарований, уныния и самобичевания.

– Подпишусь под каждым вашим словом, – кивнул Художник. – Я давно заметил, что люди очень мало времени посвящают оттачиванию мастерства. Заклинатель попал в самую точку, когда назвал современных людей «поколением киберзомби». Так и есть. Они больше похожи на роботов, чем на живых людей. Да и я не исключение. Когда я держу в руках смартфон, я оторван от реальности, я не здесь. В такие моменты я вообще не живу в этом мире, потому что мое сознание находится в другом месте.

– Так и есть, – ответил Райли. – Если вы хотите стать настоящим человеком и настоящим мастером, нужно учиться быть здесь и сейчас, сосредоточивать свое внимание на том, что вы делаете в данную минуту. Концентрация нужна не только для того, чтобы не убивать драгоценное время на виртуальную реальность. В состоянии концентрации мозг достигает пика своей активности. Обостряется восприятие, открывается доступ к глубинам подсознания, человека посещают озарения и оригинальные идеи. Он входит в так называемый «поток», когда творческая энергия буквально переполняет. Пробуждение в пять утра – лучшая практика для

того, чтобы стимулировать этот поток. Только представьте: мир еще спит, а вы уже летите на крыльях вдохновения и заряжаетесь энергией для того, чтобы провести день как можно более полноценно и продуктивно.

– Просто не верится, – выдохнула Бизнес-леди. Она была заметно взволнована. – Неужели одна простая практика способна на такое? Вы рассказываете о каких-то чудесах, которых не бывает в жизни.

– И тем не менее это правда, – мягко, но настойчиво сказал миллиардер. – Прошу учесть на будущее: я всегда говорю правду. Только благодаря честности я сумел сколотить свое состояние и благодаря ей же я приумножаю его, поддерживая и развивая свой бизнес. Я предпочитаю засыпать с чистой совестью и спокойной душой. Я усвоил это правило еще в детстве, будучи обычным деревенским мальчишкой.

Раздался мелодичный короткий трезвон. Бизнес-леди потянулась за телефоном.

– Нет, ну что за бестолочи эти подчиненные! – недовольно пробурчала она. – Каждого предупредила персонально: не дергать меня в ближайшие две недели, все проблемы решать самим. Что у них там стряслось?

Она провела пальцем по экрану и тихо охнула, прочитав СМС. Там было написано:

> Выбирай: компания или жизнь.
> Времени не осталось.

Она мелко задрожала, словно ей стало холодно. Она без-

вольно уронила руки, телефон скользнул на песок.

– Что случилось? – забеспокоился Художник.

Он приобнял Бизнес-леди, и вовремя: она едва не упала в обморок. Ее загорелое узкое лицо вмиг побледнело, в глазах застыли слезы.

– Что с тобой? – снова спросил Художник. – Какая-то катастрофа?

Райли выглядел озабоченным, но вмиг оценил обстановку.

– Воды! – коротко приказал он.

В тот же миг явился слуга с запотевшим графином и бокалом. Бизнес-леди сделала несколько глотков. Ей стало немного лучше.

– Мне угрожают… – Голос ее был взволнован и слаб. – Это инвесторы… Они давно положили глаз на мою фирму, и вот уже несколько месяцев стремятся отобрать у меня контрольный пакет акций… И теперь они в открытую говорят, что, если я не отдам им компанию, они убьют меня.

Услышав это, миллиардер сделал странный жест: он снял темные очки, поймал в них луч солнца и направил солнечный зайчик в сторону пальмовых зарослей. Тут же из кустов выскочили два крепких охранника и мгновенно оказались перед миллиардером.

– Да, босс? – спросил один из них.

– Проверьте, кто прислал вот это. – Миллиардер протянул телефон Бизнес-леди тому, что повыше. Тот нажал пару

раз на экран, тронул гарнитуру у себя в ушах и продиктовал невидимому собеседнику несколько цифр.

– Сделаем, – кивнул он.

– Я решу вашу проблему, – сказал Райли, возвращая телефон девушке. – Если вы не против, разумеется.

– Спасибо, но стоит ли так беспокоиться… – выдавила из себя Бизнес-леди. Она выглядела чуть лучше, но голос ее все еще дрожал, а на лбу проступили капельки пота.

Миллиардер прикрыл глаза и стал шевелить губами, словно творил неслышную молитву. В небе появилась стайка белых голубей – уже привычное знамение. Затем Райли открыл глаза и посмотрел на Бизнес-леди прямым и решительным взглядом.

– Стоит, – сказал он уверенно и властно. – Не волнуйтесь, мои люди займутся вашим вопросом. Поверьте, они лучшие в этом деле.

– Спасибо, спасибо огромное! – выдохнула Бизнес-леди. Видно было, что ей стало легче. Она уже могла самостоятельно держаться на ногах, но Художник не размыкал объятий.

– А теперь, с вашего позволения, я продолжу, – сменил тему миллиардер. Он прищурился: солнце поднималось все выше. Над пляжем разгорался еще один великолепный день. Райли хлопнул в ладоши, и из хижины, выкрашенной ярко-зеленой краской, вышел одетый с иголочки камердинер. В руках у него был поднос с кофейником и тремя чашками.

Миллиардер собственноручно разлил ароматный напи-

ток. Отхлебнув, Бизнес-леди восхищенно причмокнула: ничего подобного ей еще не доводилось пробовать. Художник согласился с ней (хотя его вкус, разумеется, не был столь изыскан).

– Между прочим, кофе просто фантастическим образом влияет на мозг, – заметил миллиардер. – Главное, чтобы кофейные зерна были правильно обжарены: тогда в них сохраняются антиоксиданты и другие полезные вещества. Кое-кто из ученых даже считает, что кофе способен сохранить молодость. Впрочем, – он улыбнулся, – только если пить его не больше одной чашки в день. Однако на чем мы остановились? Если мне не изменяет память, я рассказывал вам о дарах, которые рассыпала передо мной Вселенная, когда я стал последователем Заклинателя и вступил в тайный клуб «Пяти Утра». Есть важная методика, по которой действуют члены нашего клуба и которой вы будете обучаться. Заклинатель называет ее формулой «20/20/20».

Последние слова он произнес громко и отчетливо, словно хотел подчеркнуть их важность и значимость.

– И поверьте, друзья мои, – продолжил миллиардер после небольшой паузы, – когда вы овладеете этой методикой, то не узнаете себя. Вы войдете в поток неиссякаемого вдохновения. Ваша производительность и креативность вырастут многократно. На своем пути к успеху я испробовал множество способов повысить собственную продуктивность, но ни один из них не дал мне и десятой части того эффекта, какой

производит совершение этого простого ритуала.

– Заклинатель рассказывал о вашей головокружительной карьере, – кокетливо заметила Бизнес-леди. Она уже успокоилась и даже чуть-чуть развеселилась.

– Я бы не хотел много говорить о своей персоне, – смутился миллиардер. – Всегда считал хвастливость серьезным недостатком. Чем больше у человека богатства, власти и влияния, тем сдержанней он должен быть.

– О да, – сказал Художник с некоторой издевкой. – Костюм, в котором вы явились на конференцию, буквально кричал о вашей невероятной скромности!

– Видите ли, друг мой, – с мягкой улыбкой произнес Райли. – Когда вы станете полноценным членом клуба «Пяти Утра», а значит, переживете ту же трансформацию, что и я когда-то, вам станет абсолютно все равно, что на вас надето. Вставать до рассвета и проводить час наедине с собой – очень мощная личностная практика. Она открывает бесконечное пространство внутри вашей души. В этом пространстве выстраивается ваш собственный мир, в котором вы устанавливаете свои законы. Я начал с самодисциплины – и обрел здоровье, затем богатство, влияние, связи… Я вышел на тот уровень жизни, который и позволяет мне вести себя так, как я считаю нужным. Но главное – я стал настоящим человеком. Даже когда меня постигла внезапная болезнь (а это ни много ни мало был рак), личная дисциплина помогла мне выстоять. Позже, на одном из наших заня-

тий, я подробно расскажу вам о формуле «20/20/20» – вы узнаете, что нужно делать сразу после пробуждения. Сейчас вы просто не в состоянии оценить, какой силой обладает эта формула. Я вам даже немного завидую: ведь вы находитесь на пороге Рая. Итак, добро пожаловать в первый день вашей новой, волшебной, невероятно наполненной жизни!

* * *

Это была первая ночь за долгие годы, когда Бизнес-леди наконец-то смогла крепко уснуть. Тревоги, связанные с угрозами инвесторов, отступили. Быть может, свою роль здесь сыграл свежий океанский воздух? Или наставления этого странного мудреца с миллиардным состоянием? Или явная симпатия со стороны Художника? Так или иначе, в эту ночь молодая женщина заново открыла для себя давно забытое состояние душевного покоя.

Она спала как дитя ровно до половины четвертого, пока ее не разбудил какой-то грохот в прихожей. Она запомнила это время, потому что после резкого пробуждения сразу же взглянула на будильник, стоявший на стильном деревянном столике. Поначалу она решила, что это ломится к ней Художник, которого, должно быть, мучила бессонница после чересчур обильного ужина. И потому ее не насторожил громкий и настойчивый звук. Не спрашивая кто, она открыла дверь. Но за дверью никого не оказалось.

– Ау? – спросила она, будто обращаясь к бесчисленным звездам, рассеянным по ночному небу. Ответом ей был только шум прибоя и волна теплого ветра, смешанного с ароматами роз и сандала. – Есть тут кто?

Тишина.

Бизнес-леди плотно прикрыла дверь и на всякий случай повернула в замке ключ. Но стоило ей прилечь и накрыться простыней из нежнейшего египетского хлопка, как дверь снова содрогнулась под могучими ударами.

– Кто там? – испуганно вскрикнула она.

– Ваш утренний кофе, мэм, – пробасил неизвестный голос.

От страха внутри у нее все сжалось, и сердце бешено заколотилось. В одночасье вернулась прежняя тревога. Тот, кто стоял за дверью, был незнаком и опасен.

– Какой кофе ночью? Я ничего не заказывала! – молодая женщина была на грани истерики.

Несмотря на страх, она все же вышла в прихожую и отперла замок. За дверью стоял подозрительного вида тип, крепкий, приземистый, с абсолютно лысой головой и косым взглядом. На его груди висел бейдж с фотографией, как у охранника или участника конференции.

Бизнес-леди стала всматриваться в этот бейдж, пытаясь прочитать, кто к ней пожаловал в столь неурочный час. Каково же было ее удивление, когда на фото она увидела лицо человека, которого когда-то так сильно любила и который

так рано покинул этот мир. На фотографии был ее покойный отец.

– Кто вы? – стуча зубами от страха, выкрикнула Бизнес-леди. – Где вы достали эту фотографию? Что все это значит?

– Приветствую вас от имени ваших деловых партнеров, – ухмыляясь, прохрипел тип. – Как видите, несмотря на ваше внезапное бегство, нам удалось разыскать вас. Наши люди взломали все ваши файлы. Мы знаем о вас все. Скрыться вам не удастся.

Она открыла рот, чтобы закричать, но тут перед ее лицом блеснуло тонкое лезвие ножа.

– Лучше бы вам помолчать, – пригрозил тип. – Впрочем, звать на помощь бесполезно. Здесь повсюду мои ребята. Будьте умницей – и останетесь живы. Вам пришлют документы. Подпишите их и забудьте о фирме.

– А если я откажусь? – холодея от страха, прошептала Бизнес-леди.

– Тогда я всажу этот нож в вашу нежную шейку, – расхохотался лысый. – И никто вам не поможет. Ни этот денежный мешок, у которого вы прохлаждаетесь, ни тем более ваш толстый ухажер.

Внезапно тип перестал смеяться, лицо его вмиг стало серьезным, отчего он сам вдруг показался Бизнес-леди даже больше учтивым, чем грозным. Он быстро убрал нож и подчеркнуто вежливо произнес:

– Спокойной ночи, леди. Приятно было познакомиться. Надеюсь, это не последняя наша встреча.

Он слегка наклонил голову, повернулся спиной и растворился в темноте ночи.

Дрожащими руками Бизнес-леди быстро захлопнула дверь и тут же рухнула на пол. По щекам ее полились слезы.

– Господи, Господи, Господи, – быстро шептала она. – Что мне делать?.. Я не хочу умирать… Я боюсь… Помоги мне, Господи!

И тут в дверь снова постучали. Но на этот раз куда деликатнее. Бизнес-леди села на постели. Она быстро поняла, что все только что пережитое было всего лишь кошмаром, и в недоумении стала всматриваться в темноту.

Стук в дверь продолжался.

– Эй, это я, – послышался негромкий голос Художника. – С тобой все в порядке? Можешь мне открыть?

Бизнес-леди вскочила с постели и подбежала к двери.

– Мне только что приснился кошмар, – сказала она, впуская Художника. – Будто сюда проник бандит с фотографией моего отца на шее. Он угрожал перерезать мне горло, если я не продам фирму инвесторам за бесценок. Все было таким реальным!

– Как ты себя чувствуешь сейчас? – участливо спросил Художник.

– Неважно, – слабо улыбнулась Бизнес-леди, – но это быстро пройдет.

– Я бы не стал тебя беспокоить, но мне тоже приснился необычный сон, – сказал Художник. – Я так разволновался, что уже не мог заснуть. Этот сон заставил меня посмотреть на свое творчество с другой стороны. Я задумался о глубине своих поисков. О тысячах отговорок, которые всегда находятся, когда не хочется работать. О цинизме и презрении. О самосаботаже и прокрастинации. До меня вдруг дошло, что жизнь не бесконечна. Мне нужно научиться выстраивать свои дни как-то по-другому, иначе, чем я делал это всегда. Ой, прости, я разболтался… – спохватился он. – С тобой точно все в порядке?

– Абсолютно. Когда ты вошел, мне сразу стало легче.

– Уверена?

– Да. – Она снова улыбнулась.

– Я долго лежал без сна и понял, что мне обязательно нужно поделиться с тобой, – как бы извиняясь, сказал Художник. – Можно я расскажу тебе свой сон?

– Конечно, – ласково произнесла Бизнес-леди. – Сегодня ночь необычных снов.

– Чтобы ты поняла, о чем этот сон, я расскажу тебе о своем детстве, – начал Художник. – В первом классе я был совсем маленьким, меньше всех, и боялся каждого, кто крупнее и выше меня. Справиться с этим страхом мне помогала игра: я представлял себя очень большим, почти великаном. И при этом злым и дерзким, как пират. Я всем об этом рассказывал – учителям, родителям… Взрослые, конечно, надо

мной потешались. Учителя, когда им надоедали мои игры, говорили, что мне пора возвращаться с небес на землю, а то я так и останусь жить в своих фантазиях.

– А что же родители? – участливо спросила Бизнес-леди. – Надеюсь, хотя бы они относились с пониманием к твоим играм?

Она сидела на диване в позе лотоса, и Художник невольно залюбовался этой молодой, слегка заспанной женщиной, столько в ней было в этот момент изящества.

– Нет, к сожалению. – Он покачал головой. – Вслед за учителями они твердили мне, что это лишь выдумки, а я никакой не великан и тем более не пират. «Ты, – говорили они, – всего лишь маленький мальчик, и, если ты не перестанешь врать, нам придется тебя наказывать». «Врать»! Так они называли то, что рождалось в моем воображении. По сути, взрослые считали ложью мое творческое начало.

– И что же произошло потом?

– Конечно же, я, маленький мальчик со своими детскими страхами, не смог противостоять взрослым. Мой образ сердитого и храброго великана-пирата постепенно стал сдуваться, как воздушный шар. В то время как другие дети развивались и росли, я пытался быть как можно меньше и незаметнее. Я запретил себе мечтать. С мечтами умерли и надежды на лучшее будущее. Я так старался соответствовать тому образу, который упорно навязывал мне взрослый мир, что почти полностью растерял свой дар… Только теперь я начинаю

понимать, что все это было дурным наваждением, каким-то гипнозом. Мне словно завязали глаза, чтобы я не смог встретиться со своей великолепной индивидуальностью. Мне промыли мозги, устранив из головы любые мысли о том, что во мне дремлет гений. Заклинатель и Райли были глубоко правы, когда говорили о том, что все человечество живет под действием этого гипноза.

– Но как связано то, что ты мне рассказываешь, с твоим сном? – спросила Бизнес-леди.

– Прошу, имей терпение. – Художник сложил руки в молитвенном жесте. – Итак, я начал подстраиваться под общие рамки. Я больше не верил, что могу быть гигантским пиратом, могучим и бесстрашным. Я стал маленькой овечкой в общечеловеческом стаде и покорно плелся туда, куда укажут авторитетные лица (а таковыми для меня тогда были все, кто имел хоть каплю уверенности в том, что я ничего не стою). Неудивительно, что, повзрослев, я стал человеком, который тратит еще не заработанные деньги, чтобы купить ненужные, но престижные вещи. С помощью этих вещей я надеялся произвести впечатление на людей, которые мне были абсолютно неинтересны. Иными словами, я влачил унылое существование, полное тревог, сомнений и подавленных чувств.

– Вся молодежь через это проходит, – заметила Бизнес-леди. – Я тоже вела себя подобным образом. Надо сказать, я очень много узнаю о себе благодаря этому путешествию. Я начинаю осознавать, насколько была поверхностна и эгои-

стична. И мне стыдно за это. Моя жизнь полна чудес, а я принимала их как должное. Раньше я даже не задумывалась о том, что для огромного числа людей то, что имею я, – невероятная, фантастическая роскошь. Но извини, я тебя перебила.

– Ничего, – кивнул Художник. – Мне очень близко все то, что ты говоришь. Итак, сон. – Он на секунду умолк. – Мне приснилась моя альтернативная судьба. То, что случилось бы со мной, если бы я продолжал влачить то жалкое существование, которое было мне назначено моим окружением. Во сне я стал финансистом. Женился, завел семью. Жил в таунхаусе, ездил за рулем дорогого автомобиля. В целом, у меня была довольно обеспеченная и неплохая жизнь. Друзья, с которыми мы играли в гольф. Хорошая работа в банке. Заработок, позволявший выплачивать ипотеку и километровые счета, которые приходили каждый месяц. Миллионы людей о такой жизни могут лишь мечтать. Если бы не одно «но». Мой сон был абсолютно лишен красок. Серые люди, серая жизнь. Скука вместо радости. Рутина вместо полета. Во сне я прожил несколько десятков лет. Дети разъехались, я постарел. Жена скончалась от какой-то болезни. Да и у меня самого оставалось все меньше и меньше жизненных сил. Я стал туг на ухо и носил очки. Память все чаще изменяла мне. Да и помнить было особо нечего, ведь каждый новый день был похож на предыдущий.

– Звучит очень грустно, – вздохнула Бизнес-леди.

– Во сне я дожил до того момента, – продолжал Художник, – что впал в беспамятство. Я не помнил, где живу и как меня зовут. И когда связь с реальностью окончательно разорвалась, я вдруг вспомнил, кем был на самом деле!

– Дай угадаю, – сказала Бизнес-леди. – Ты был великаном. И пиратом, верно?

– Именно так! – воскликнул художник радостно. – Потеряв память о скучной, серой жизни, я наконец-то стал самим собой! Как ты можешь догадаться, как только я обрел себя истинного, мой сон заиграл самыми яркими красками! И тут я проснулся… Я долго лежал в темноте, обдумывая то, что мне приснилось. И я понял: нельзя откладывать жизнь на потом! Нужно делать то, что хочется, то, к чему лежит душа! У нас не будет другой жизни, другого тела, другой души. Другой… любви.

Он с нежностью посмотрел на нее.

– Да, – едва слышно уронила Бизнес-леди.

– Да, – громко сказал Художник и, наклонившись, поцеловал ее в лоб.

# Глава 9
# Краеугольный камень величия

*Великие люди живут существенным, не соглашаясь на поверхностное; придерживаются реального, не останавливаясь на иллюзорном; шелуху отбрасывают, зерно сохраняют.*
***Лао Цзы***

– Салют ранним пташкам! – Громкий голос миллиардера прорвал утреннюю тишину. – Вы, как обычно, минута в минуту!

Было пять утра; тускнеющий контур луны еще висел в небе, но лучи нового рассвета уже скользили по лицам трех людей, пришедших в столь ранний час на этот пустынный пляж. Бриз доносил запах красного гибискуса, гвоздики и туберозы. Маврикийский сокол, редчайшая птица в мире, пролетел так низко, что едва не задел крылом Бизнес-леди. Розовый голубь – диковина для приезжих – перепархивал с одной изумрудной пальмы на другую. По пляжному песку деловито прошествовала семейка гекконов, а по склону, поросшему густой травой, ползла гигантская сейшельская черепаха. Природа жила полной жизнью, и эта полнота наполняла радостной энергией каждого из пришедших.

Миллиардер повернулся к океану и начал как-то странно водить рукой в воздухе, словно пытаясь привлечь к себе

кого-то или что-то. Его спутники взглянули на воду. В прибрежных волнах дрейфовала запечатанная бутылка, внутри которой белел едва различимый предмет. Бутылка двигалась зигзагами – то влево, то вправо. Бизнес-леди и Художнику показалось, что сосуд повинуется руке миллиардера. И их догадка подтвердилась, когда магнат нарисовал в воздухе фигуру и бутылка в воде повторила ее. Затем он медленно поднял ладонь; бутылка сначала встала стоймя, затем оторвалась от водной глади и зависла в воздухе. Оба его спутника застыли, не понимая, сон это или все же явь. Миллионер сделал рывок – и бутылку выбросило на мокрый песок. Теперь было ясно видно, что внутри сосуда лежит свиток, судя по всему, из ткани.

– Послание из глубин океана! – радостно объявил миллиардер и хлопнул в ладоши. У него был абсолютно счастливый и какой-то наивный вид – точь-в-точь как у ребенка, получившего желанную игрушку.

«Без сомнения, этот мистер Райли – либо чудак, либо волшебник», – подумал Художник.

– Ну что ж, – заговорщицки произнес миллиардер. – Нужная атмосфера создана, так что начнем занятие.

Он вышиб пробку, достал свиток и развернул его. Все трое с интересом начали изучать замысловатую вышивку, которая напоминала своеобразную диаграмму.

– Итак, разрешите представить самую простую, но в то же время и самую грандиозную модель обучения. – В голосе мистера Райли слышались торжество и волнение. – Эту модель открыл мне Заклинатель, когда я только-только стал его учеником. Это фундамент всего нашего обучения. Поэтому я прошу вас отнестись к этой модели очень внимательно. Вы должны изучить ее досконально. Возможно, на первый взгляд она кажется довольно простой. Но чем больше вы будете проникаться ею, тем более глубокий смысл будет вам открываться.

Тут мистер Райли прикрыл глаза, заткнул уши пальцами

и нараспев произнес:

– Преображение начинается, когда растет восприятие. Чем больше видение, тем грандиознее воплощение. Познавая себя, обретаешь способность достичь величия. Гении этой Вселенной, творцы волшебных симфоний, прекрасных скульптур, потрясающих научных теорий и дивных изобретений – все они начинали с того, что заново открывали себя. Сделав это, они попадали в сердце Вселенной, куда закрыт доступ для большинства. И, находясь там, в сердцевине мира, они управляли своей судьбой, делая наилучший выбор и получая наилучшие результаты. Их единицы, но в их число попасть способен каждый.

Магнат широко раскрыл глаза и коснулся пальцами губ. Он смотрел на вышитый шелк, но взгляд его был устремлен куда-то внутрь. Казалось, прямо в эту минуту он получает какое-то восхитительное откровение.

Глядя немигающим взглядом на свиток, он продолжал:

– Герои, гении, титаны и идолы человечества обладают одним качеством, которого никогда не достичь, находясь на среднем уровне.

– И что же это за качество? – спросил Художник. В купальном костюме и накинутой на плечи рубашке он выглядел несколько нелепо.

– Это качество – глубина, – тихо ответил миллиардер. – Лучшим и редчайшим людям этого мира свойственна глубина. Большинство барахтается на поверхности. Им не хвата-

ет веса погрузиться на глубину. Пустые мысли, пустые привычки. Все словно понарошку. Люди ленятся думать, а просчитывать свои действия наперед – и подавно. Знаете ли вы, что 95 % так называемых специалистов не делают свое дело хотя бы наполовину, не говоря уже о том, чтобы вникать во все подробности. Лишь подлинный мастер уделяет внимание деталям и прорисовывает все штрихи. Большинство идет по пути наименьшего сопротивления. Работать как можно меньше, а получать как можно больше – вот девиз сегодняшнего времени. Стоит ли удивляться, что вокруг так много неудачников? Ведь победители исповедуют совершенно другой принцип.

– И что же это за принцип? – Бизнес-леди была явно заинтригована.

– Я называю это принципом гранулярности, или детализации. Вместо того чтобы делать что-то «вообще», настоящие лидеры стараются вникнуть в каждую подробность, уделить внимание каждой детали. Их главная жизненная ценность – глубина восприятия и стремление к профессиональному совершенству. Можно сказать, что совершенство – их основная потребность, их жгучее желание, источник, из которого они черпают силы. Их притягивает магия исключительности, и они – настоящие жрецы этого культа. При этом они могут быть кем угодно: каменщиками, пекарями, бизнесменами, финансистами или животноводами, астронавтами или кассирами… Род занятий неважен – важно то, как чело-

век относится к своему делу. В любой деятельности есть единицы, которые устанавливают высший образец того, как она должна вестись. Такие профессионалы встречаются крайне редко. Но именно эти люди и дают миру возможность развиваться и идти вперед.

Миллиардер потер бутылку. Затем поднял ее и посмотрел сквозь стекло на силуэт луны, исчезающий в лучах рассвета.

– Имена этих людей у всех на слуху, – продолжил мистер Райли. – Но слава и признание для них не самоцель. Источник их мотивации – в гораздо более глубоких вещах. Видите ли, они считают, что качество их работы – это вопрос самоуважения. Эти люди осознают уровень своих возможностей и просто не позволяют себе предлагать миру нечто среднестатистическое. Завистники нередко обвиняют их в завышенной самооценке. Возможно, так и есть. Но я считаю, что лучше тратить усилия на то, чтобы соответствовать своей высокой самооценке, чем изображать из себя жертву и тем самым оправдывать свое безделье.

Он сделал несколько шагов туда-обратно по песку, шумно вдыхая свежий морской воздух.

– Так что, если вы хотите стать номером один в своей области, ныряйте в самую глубину. В глубину своей профессии. В глубину своей личности. Осознайте тот факт, что вы представляете собой нечто удивительное, необычное, великое. Ищите в себе это величие! Не уподобляйтесь мелочным душам, которые барахтаются на поверхности и довольству-

ются тем мусором, что прибой жизни вынес на берег их судьбы. Живите своей собственной, неподражаемой, великолепной жизнью. Сами добывайте свои сокровища.

– В самую глубину! – воскликнул художник. В возбуждении он скинул с плеч рубашку, подхватил ее и подбросил вверх.

– Да, – кивнул миллиардер. – Победители не гонятся за быстрым успехом. Они знают, что это всего лишь пена на прибрежных волнах. Мастера работают неспешно и вдумчиво. Чтобы достичь совершенства, нужно тщательно прорабатывать все штрихи. Если вы бывали в Риме, то не могли пройти мимо Фонтана Четырех рек. Этот шедевр создал Жан-Лоренцо Бернини. Каждый раз, посещая это место, я поражаюсь тому, как идеально вылеплены все детали. Это настоящий гимн безупречности и вдохновению. Я понимаю, что пытаюсь вам открыть глаза на очевидное, но истинный мастер стремится к идеальному результату.

– В прошлом жизнь не была столь стремительна, – возразила Бизнес-леди. – В семнадцатом веке можно было позволить себе никуда не торопиться. Но в наши дни найти время для оттачивания своего мастерства практически невозможно. Ежедневно мне на почту приходят сотни писем. Если я буду отвечать на каждое, то не смогу делать больше ничего. У меня безумно плотный график. Я едва успеваю с одной встречи на другую. Переговоры, предложения, контракты… Порой меня настигает чувство отчаяния оттого, что я не мо-

гу быть в нескольких местах одновременно. А вы говорите, чтобы я вникала в каждую деталь!

– Я понимаю вас, как никто другой, – ответил Райли. – Но может быть, вам приходилось слышать старую поговорку «тише едешь – дальше будешь»? Ваша ошибка в том, что вы на самом деле пытаетесь быть в нескольких местах одновременно. Вам кажется, что вы поступаете правильно, но в конечном итоге это ведет к проигрышу. Мастер знает: лучше создать один шедевр, чем тысячу заурядных картин. Спросите любого коллекционера – да хоть меня, – зачем он окружает себя всеми этими полотнами и скульптурами, вышедшими из-под руки великих мастеров? Дело не в предметах искусства и не в их стоимости. Когда вы смотрите на совершенное творение, вам передается дух мастера, его вдохновение, его творческая сила. Это похоже на магию, но это работает! Глядя на произведение подлинного искусства, я словно попадаю в другой мир. Это иная вселенная, в которой обитают Мастера, Победители, Виртуозы.

В этот миг крупная бабочка экзотической расцветки мягко опустилась на левое плечо Стоуна Райли.

Он слегка склонил голову и с улыбкой произнес:

– А, старый знакомый, привет-привет. Рад тебя видеть! – продолжая улыбаться, Райли указал рукой на свиток. – Диплом престижного колледжа ничего не значит. Если вы не занимаетесь самообразованием, не приобретаете новые навыки, не усваиваете необычные идеи, ни о каком личност-

ном или карьерном росте не может быть и речи. Амбиции нуждаются в инициативах! Чтобы воплотить мечту в реальность, нужно постоянно работать над собой. И тогда вы получите все: доход, влияние, путешествия, предметы роскоши и утонченного искусства.

Магнат постучал пальцем по третьему элементу диаграммы, вышитой на свитке.

– Когда вы согласились пройти обучение у меня, то сделали, пожалуй, самый важный шаг в своей жизни. Это был мудрый выбор. И результат не заставит себя ждать!

Миллиардер сделал глубокий вдох, и кубики мышц на его поджаром животе стали еще рельефнее.

– Мастера видят мир совершенно в другом свете, нежели обычные люди. Такое видение открывается постепенно, когда человек начинает вникать в тончайшие подробности своего ремесла. Настоящих творцов часто называют сумасшедшими. Но не потому, что у них есть какие-то психические отклонения. Эти люди ведут себя настолько необычно, что окружающие просто не в силах их понять! Почитайте биографию любого из великих мастеров прошлого. Как их только ни называли! Отщепенцы, идиоты, сумасброды, чудаки – вот самые мягкие эпитеты, которыми поверхностный мир награждает людей, отважившихся нырнуть на глубину. Но лично я считаю, что желание стать номером один гораздо более нормально для человека, чем стремление прожить всю жизнь в узких рамках навязанных представлений о спо-

койствии и комфорте. Развитие, движение вперед, вверх, погружение в глубину – вот что по-настоящему естественно! Гении всех веков не жалели времени на то, чтобы довести свою работу до ума, отточить каждый штрих, достичь идеала. Да, порой им было одиноко, страшно, печально. Точно так же, как и любой другой человек, они уставали, впадали в уныние, отчаивались… Но продолжали свой труд – несмотря на насмешки, нападки и даже угрозы. Что помогало им сносить все эти тяготы? Особое видение, чутье гения, внутренний компас, который неумолимо указывал на желанную цель. Они не могли успокоиться, пока образ, который рисовало им воображение, не воплощался в реальность. Я бесконечно восхищаюсь этими великими мастерами.

– «Чем дальше общество отдаляется от правды, тем больше оно ненавидит тех, кто ее говорит», – грустно сказал Художник.

Бизнес-леди взглянула на него с непониманием. Видимо, ее что-то тревожило: она беспрестанно крутила браслет на своем запястье.

– Это слова Джорджа Оруэлла[5], – пояснил он. – И вот еще: «Всякий раз, создавая красоту вокруг себя, восстанавливаешь собственную душу». Это сказала Элис Уокер[6].

---

[5] Джордж Оруэлл (1903–1950), настоящее имя Эрик Артур Блэр – британский писатель, публицист. – *Прим. ред.*

[6] Элис Уокер (1944 г. р.) – афроамериканская писательница, феминистка. – *Прим. ред.*

– О мастерах часто говорят, что у них маниакальная страсть к работе, – продолжил миллиардер. – Но это всего лишь цена совершенства. То, что 95 % посредственных работников называют манией или даже вредной прихотью, которая только тормозит процесс, для творцов – необходимое условие работы. Чтобы достичь высшего уровня, нельзя упускать ни одной детали. Важна любая мелочь, ведь целое складывается из мелочей. Я предлагаю вам еще раз хорошенько вглядеться в эту модель.

Магнат провел рукой по свитку.

– Большинство жителей планеты Земля сами заманили себя в эту ловушку поверхностного отношения к жизни, – уверенно сказал он. – Они во всем видят лишь верхушку айсберга – касается ли это их душевных сил или творческого потенциала; карьерных амбиций или жизненных приоритетов. Люди застряли в приблизительности. Их мысли подобны желе: так же неточны и неопределенны. Стоит ли удивляться, что так же неточны и неопределенны все их дела? Выйдите на улицу, остановите первого встречного и спросите, к чему он стремится и чего хочет от этого мира. Вы поразитесь, насколько несвязным и путанным будет ответ (если он вообще будет). Между приблизительным мышлением и приблизительной жизнью стоит вечный знак равенства.

Миллиардер подобрал с песка обломок палки, вынесенный на берег прибоем, и небрежно ткнул им в слово «гранулярность».

– Возьмите любое выдающееся достижение, – продолжил он. – За ним стоят профессионалы высочайшего класса! Любители никогда не добиваются результатов, которые могли бы потрясти воображение или повернуть ход истории. Хотите пример? Я большой поклонник «Формулы-1» и знаю почти всех топовых гонщиков. Недавно я был на тренировке своей любимой команды (мне интересны не только гонки, но и подготовка к ним). Знаете, что меня поразило больше всего? Колоссальное внимание к деталям, которое сквозило в каждом движении каждого члена команды! Так ведут себя только те, кто поставил перед собой цель достичь совершенства в своей профессии. Все – от пилота до механика – демонстрировали готовность сделать все возможное, чтобы их команда стала чемпионом. Это было вдохновляющее зрелище, даже более захватывающее, чем сама гонка. Этим и отличаются великие люди от обычных. Такое внимание к самым незначительным деталям большинству живущих покажется странным, даже смешным. А экипаж «Формулы-1» относится к этому с глубочайшей серьезностью. Перед тренировкой я заглянул в гараж, где готовят автомобили к гонкам. Вы бы видели, с каким пристрастием механики калибруют каждую гайку в автомобиле! А яма под машиной! Это самое грязное место в любом гараже, но только не здесь: вся грязь тщательно убирается с помощью промышленного пылесоса, так что даже в яме царит идеальная чистота. Вот почему только 5 % людей достигает вершин. Остальным суждено всегда оста-

ваться внизу – из-за поверхностного мышления и бесцельного существования. Это мое глубокое убеждение, которое подтверждается всем моим опытом.

– Они действительно моют ремонтную яму дочиста? – удивился художник. – Каждый раз после осмотра автомобиля?

– Да, – кивнул миллиардер. – Они подмели, пропылесосили и отмыли каждый сантиметр. И в этом есть очень важный практический смысл. Когда я спросил механиков, зачем так стараться, они ответили, что одна молекула грязи, попавшая в двигатель, может стоить им победы. Мало того, это может привести к гибели пилота. Ведь речь идет об очень высоких скоростях и столь же высоких ставках. Это экстремальный вид спорта, который требует ювелирной точности. Малейшая небрежность со стороны одного единственного человека может привести к трагедии. Неплотно завернутый винт может стать причиной катастрофы. А стоит пилоту замешкаться на долю секунды – и вот уже на пьедестале не он, а соперник.

– Что ж, я согласен с тем, что такой подход действительно жизненно важен, – сказала Бизнес-леди, – в таких областях, как спорт высоких достижений или наука. Но что касается бизнеса, то подобным образом ведут себя очень немногие… Мне кажется, раньше люди относились к делу, которое они выполняют, с большей тщательностью. Сейчас же повсюду царят непрофессионализм и халатность. Я бы хотела, что-

бы к людям вернулось осознание того, насколько важно быть точным. Мне нравится ваша идея гранулярности. Это именно то, что противостоит поверхностности и некомпетентности. Чтобы оказаться на вершине, нужно смотреть шире и глубже.

– Должен признаться, что идея гранулярности принадлежит не мне, – скромно заметил миллиардер. – Это термин Заклинателя, именно он открыл мне эту теорию. Впрочем, авторство здесь неважно. Мелочи – вот что имеет значение. Особенно когда ставка – человеческая жизнь. Я помню день, когда упал «Челленджер»[7]. Эта катастрофа разбила столько сердец и погрузила в скорбь целую нацию. Но что было причиной? Некачественная резиновая прокладка на уплотнительном кольце. Деталь, стоимость которой эксперты оценили в семьдесят центов! Только вдумайтесь в этот факт. Сам по себе он столь же ужасен, как и трагедия, унесшая жизни экипажа.

– Слушая вас, я вдруг вспомнил о Вермеере[8], – задумчиво произнес художник. – Этот голландский гений прославился исключительной детализацией своих картин. Он неустанно пробовал новые техники, добиваясь такого света на своих картинах, который в буквальном смысле оживлял их. Его

---

[7] «Челленджер» – транспортный космический шаттл НАСА. В 1986 году при взлете потерпел крушение, в результате которого погиб весь экипаж. – *Прим. ред.*

[8] Ян Вермеер, или Вермеер Дельфтский (1632–1675) – нидерландский художник, мастер бытовой живописи и жанрового портрета. – *Прим. ред.*

полотна выглядят трехмерными, кажется, что в них можно войти, как в комнату! Такой глубины и объемности не смог добиться никто ни до, ни после него. Вот что значит – внимательность к каждому штриху. Ведь что такое среднестатистический художник? Это человек с поверхностным, нетерпеливым подходом к творчеству. Он хочет быстрых результатов, хочет славы и денег. Куда ему думать о деталях, о точности мазка, об изяществе линии! Вот почему так мало гениев, но так много бездарностей – которые на самом деле страдают не отсутствием дара, а отсутствием внимательности. Легендами становятся лишь те, кто не жалеет времени на оттачивание техник и стремится к подлинному мастерству, а не к легкой славе. Ваша модель гранулярности и проста, и одновременно гениальна.

– Я глубоко почитаю Вермеера, – склонил голову миллиардер. – Особенно люблю его «Девушку, читающую письмо» и, конечно же, «Девушку с жемчужной сережкой». Это поистине великое искусство.

– То, что вы говорите, так прекрасно, – с жаром выпалила Бизнес-леди и схватила Художника за руку. Глаза ее светились, лицо зарделось румянцем.

Мистер Райли понимающе улыбнулся. Искра, пробежавшая между этими двумя несколько дней назад, разгоралась в пламя.

– Я знал, что все к этому идет, – пробормотал он куда-то в сторону и бросил взгляд на плечо, где все еще сидела бабоч-

ка. Она взмахнула своими причудливыми крыльями, Райли вздохнул и негромко продекламировал Руми:

*Ставь на кон всё ради Любви, коль настоящий человек*[9],
*А коли нет, нас не гневи и убирайся прочь навек!*
*Знай, полуверием нельзя достичь величия предел…*

Бизнес-леди удивленно уставилась на эксцентричного магната.

– Могу я задать вам вопрос, мистер Райли?

– Разумеется, леди, – ответил миллиардер.

– Что касается отношений между мужчиной и женщиной… – Она замялась. – В них тоже нужна ваша теория гранулярности?

– Должен сказать вам честно, это именно та область, где лучше не присматриваться к деталям, – ответил магнат. – Это темная сторона гения. Ведь у каждой идеи, у каждого дара есть обратная сторона. Умение, которое в одном деле помогает вам взлететь, в другом опускает на самое дно. Совершенное владение профессией не гарантирует личного счастья. Реальность такова, что многие из тех, чье виртуозное мастерство вызывает восхищение, в семейной жизни были глубоко несчастливы. Их бесконечные придирки, несправедливая критика и абсурдные претензии отравляли жизнь

[9] «Настоящий человек» (суфийский термин) – адепт, осознавший собственную сущность. – *Прим. ред.*

всем, кто жил рядом с ними. Видите ли, внимание к мелочам полезно в работе и творчестве, но отношениям оно может только повредить. Когда дело касается любви или дружбы, нужно слушать свое сердце. Но никак не разум и волю. О гениях часто говорят, что у них невыносимый характер. Все потому, что люди, добившиеся совершенства в своем искусстве, хотят построить столь же совершенные отношения. А это невозможно.

Миллиардер вдруг упал на песок и несколько раз быстро отжался. Закончив, он в том же темпе сделал несколько приседаний. Взглянув на белого голубя, прогуливающегося по крыше его виллы, мистер Райли продолжил:

– Многие их тех, кто открывал новые пути, искал совершенства и достигал высочайших вершин в своем творчестве и мастерстве, в вопросах взаимоотношений были абсолютно неграмотны. Они слыли чудаками, индивидуалистами и фанатиками. Такова цена, которую человек платит за гениальность! То, что делает вас легендой в профессиональной сфере, не оставит камня на камне от вашей личной жизни. Звучит жестоко, но это правда. – Он сделал глоток из бутылки, на которой проступала едва заметная надпись. – Вот кстати, – сказал он, повернув бутылку к слушателям. – Знаете, что здесь написано?

> «Я, Филипп Македонский, стоя у границ Спарты, предупреждаю в последний раз: народ спартанский, покорись. Если мое войско ступит на вашу землю, я

разорю ваши дома, убью людей и до основания разрушу город».

«Если…» – ответили спартанцы.

Воцарилась тишина. Все обдумывали услышанное. Тишину прервал энергичный голос мистера Райли.

– Да, у каждого дара есть своя обратная сторона… Но разве это причина не пользоваться им? – Он пытливо взглянул на собеседников. – Никакой талант не должен быть зарыт в землю! Но вы должны знать, что талант – это оружие. И, как всякое оружие, требует осторожности. Прежде чем пускать его в ход, вам нужно узнать о ловушках и опасностях, которые оно скрывает. Вы должны учиться владеть своим даром с таким совершенством, чтобы предупреждать ситуации, представляющие опасность для взаимоотношений.

Все это возвращает нас к той модели, о которой мы узнали сегодня. Усвоив эту модель, вы создадите надежный фундамент для философии клуба «Пяти Утра».

Магнат вновь подобрал обломок палки, и указал на свиток.

– Я прошу вас никогда не забывать о главном принципе: чем глубже вы познаете свой дар, тем увереннее сможете им пользоваться. Перед вами откроется поле бесконечных возможностей, и всякий раз вы будете делать наилучший выбор. А значит, и получать наилучшие результаты. Это Заклинатель и называет Трехшаговой Формулой Успеха. Вы обретете способность достигать целей, малых или великих. Важ-

но, чтобы метод Пяти Утра стал неотъемлемой частью вашей натуры, въевшейся привычкой. Когда это произойдет, ваша личная продуктивность возрастет многократно. Вы станете выдающимся человеком – вы будете разительно отличаться от большинства людей, застрявших в поверхностной жизни. Вы станете частью элиты, частью тех, кто исповедует философию гранулярности. Вам не нужно будет метаться между множеством вариантов и всякий раз совершать ошибочный выбор, как это делает поверхностный человек. Вы достигнете такого уровня осознания, что будете принимать оптимальные решения, не затрачивая особых сил. Естественно, что, всякий раз делая правильный выбор, вы будете становиться ближе к лидерству, ваше влияние на людей и ситуации будет расти. Вы выйдете на другой уровень достижений. Потому что ваши результаты определяются вашими решениями. Лучшее решение – лучший результат.

Миллиардер отбросил палку и подставил лицо ветру.

– Я вспоминаю одну из наших тренерских сессий, – продолжил он после короткой паузы. – Это было в Швейцарии, в Люцерне. Это прекрасный город, поражающий своей красотой. Чистейшее озеро в обрамлении величественных озер… Сказочное место. Да. Как-то утром мы сидели с Заклинателем в его номере, он заказал чайник кипятка и тонко нарезанный лимон…

– Это должно быть интересно… – задумчиво вставил Художник, почесывая руку в том месте, где красовалась тату-

ировка с цитатой Энди Уорхола[10]: «Я думаю, что люди не умирают. Они просто пропадают на шопинге в торговом центре».

Миллиардер никак не отреагировал на слова художника.

– Когда портье поставил поднос на стол, – продолжил он как ни в чем не бывало, – я поразился тому, как идеально все было сервировано. Серебро зеркальной чистоты. Изысканный фарфор. Даже в том, как были сложены салфетки, чувствовался самый высокий класс, который только можно представить. Но вершиной всего этого великолепия были лимонные дольки. Из них даже удалили семечки! Вне всякого сомнения, их нарезал мастер – человек, который уделяет внимание каждой мелочи в своем деле. Ведь правила сервировки не предусматривают таких тонкостей. Разве это не удивительно?

Миллиардер вдруг сорвался с места и сделал несколько манерных па, в которых угадывался тот же танец, который он исполнял в конференц-зале. Бизнес-леди и Художник переглянулись.

– Да, в этом отеле действительно очень заботятся о гостях, – произнесла Бизнес-леди, сделав вид, что ее нисколько не смущают подобные выходки магната. – И еще более удивительно, что обслуживающий персонал обычно не особо печется о мелочах.

---

[10] Энди Уорхол (1928–1987) – американский художник, основатель направления «поп-арт» в современном искусстве. – *Прим. ред.*

– О, это касается не только обслуги, – улыбнулся миллиардер. – Поверхностное отношение проникло во все сферы, включая коммерцию и производство. Заклинатель называет это депрофессионализацией бизнеса. Люди, которые должны выполнять свою работу так, чтобы их клиенты возвращались к ним вновь и вновь, кажется, всеми силами стараются избавиться от заказчика. Те, кто обязан повышать свой профессионализм от одного заказа к другому, напротив, ухудшают качество обслуживания. Специалисты, чей карьерный рост и финансовый успех зависят от их индивидуальных усилий, делают все, чтобы избежать этого успеха.

Что делают все эти люди на работе? Они зависают в телефонах, смотрят бессмысленные видео, покупают в интернете какие-то ненужные вещи, ведут пустопорожние разговоры в чатах… Я не припомню времени, чтобы работники вели себя на службе столь расслабленно, и в то же время так уставали от работы. И я не припомню времени, когда специалисты допускали такое количество ошибок.

Миллиардер вновь схватился за обломок и указал на Трехшаговую Формулу Успеха.

– Лимонная долька, на мой взгляд, может стать прекрасной метафорой теории гранулярности. Высочайший профессионализм проявляется в пристальном внимании к мелочам. С них-то и надо начинать. Нужно делать все по-настоящему, что в профессии, что в личной жизни. Необходимо достичь глубины во всем – в ваших делах, мыслях и поступках. Я

за здоровый перфекционизм. Я приветствую непреклонное стремление к тому, чтобы шаг за шагом двигаться к улучшению самого себя. Человек должен быть тем, кем способен стать – наилучшей, наисовершеннейшей версией себя. И это именно то, что я сейчас предлагаю двум хорошим людям, случайно оказавшимся со мной здесь, на пляже.

Если каждое утро вы будете просыпаться с мыслью, что сегодня сможете совершить что-то, что приблизит вас к вашему подлинному «Я», то обретете качество, которое Заклинатель называет «ГКП» – Гигантское Конкурентное Преимущество. Мы живем в удивительное время. Сейчас практически нет конкуренции. Никогда лидерство не давалось так легко, как сегодня – что в спорте, что в бизнесе, что в искусстве. Оглянитесь вокруг. Вы будете поражены тому, как мало тех, кто старается добиться совершенства в своей работе. Мастерство, которое раньше было нормой, нынче встречается нечасто. А виртуозное мастерство – огромная редкость. Каждый из вас может занять в своей сфере первое место, и никто не подвинет вас на пьедестале. Перед вами лежит безграничное поле возможностей! Чтобы выйти на это поле, вам нужно лишь осознать, что конкуренция существует только на поверхности. В глубине конкуренции практически нет! Сейчас бизнесом, наукой и искусством занимаются сплошь одни профаны. Никто не проявляет подлинного интереса к своему делу. Ценности размыты, а вера в себя утрачена. И перед человеком, который чуть больше остальных

уделяет внимание тому, чем занимается, открываются поистине грандиозные перспективы!

Вспомните, когда в последний раз в магазине или ресторане вас обслуживали на высочайшем уровне? Посчастливилось ли вам вообще когда-нибудь встретить официанта или продавца, который, разговаривая с вами, не отвлекался ни на что другое? Того, кто досконально знал бы меню или ассортимент, был заинтересован в том, чтобы вы сделали наилучший выбор, неустанно показывал бы вам модель за моделью или подробно рассказывал о каждом блюде? Того, кто относился бы к своему делу творчески, профессионально и изобретательно? Можете не отвечать. Я и так знаю: вы никогда или почти никогда не встречали такого человека.

– Боюсь, мне пришлось бы посетить тысячи ресторанов и обойти тысячи магазинов, чтобы встретить такое сокровище, – грустно улыбнулась Бизнес-леди.

– Вы только что открыли для себя целую сферу деятельности, где у вас может быть ГКП! – воскликнул миллиардер. – Представьте, что будет, если персонал вышколить подобным образом. Вы тут же станете неоспоримым лидером отрасли. И так во всем. Нужно брать на себя обязательства. Нужно повышать стандарты. Нужно установить такую планку, ниже которой нельзя опускаться ни при каких обстоятельствах. И что действительно важно, так это то, что вы должны следить за этим постоянно. Ежедневный прогресс. Неустанное повышение качества. Последовательность в сво-

их планах и действиях. Вот из чего состоит ДНК подлинного мастерства. При этом не нужно гнаться за быстрыми результатами. Изменения должны быть небольшими, но ежедневными. Сегодня улучшите один аспект. Завтра – другой, послезавтра – третий. Двигайтесь маленькими шажками, и в один прекрасный день вы поймете, что добились ошеломляющих результатов. Помните, что огромные корпорации и великие люди не появляются в одночасье. Они набирают обороты постепенно, почти незаметно. Крошечные ежедневные победы выглядят скромно на фоне громких достижений-однодневок. Но в долгосрочной перспективе именно эти незаметные шаги дадут вам колоссальное превосходство. Правда, здесь есть одна ловушка. Порой процесс длится так долго, что люди просто теряют терпение и выходят из игры. Это огромная ошибка. Да, прогресс нелегко заметить, особенно когда делаешь одно и то же изо дня в день. Но нужно понимать, что это долгая игра. Легендами становятся только те, кто не сбрасывает карты до конца партии.

– Вы говорите фантастически глубокие вещи, – сказал Художник, натягивая рубашку. – Я по-настоящему благодарен вам за эти слова. Тот, кто исповедует настоящее искусство, применяет именно этот подход.

– Я рад, что мы с вами на одной волне, – улыбнулся миллиардер. – Я знаю, что вам приходится усваивать тонны информации. Мы движемся очень интенсивно, ваш мозг работает на пределе. Ранний подъем – новый и довольно труд-

ный навык, который у вас еще не вошел в привычку. Организм должен перестроиться на новый ритм, и одновременно вам нужно вникать в сложные интеллектуальные модели. Все, что вы услышали о гранулярности, величии, о поверхностности и глубине, об отказе от банального и стремлении к неординарному, – все это, возможно, поначалу действует несколько подавляюще. Но вам не нужно излишне шевелить извилинами. Просто дышите. Просто расслабляйтесь. Все, что нужно, будет усвоено в срок. Исключительность – это долгое путешествие. Рим тоже построили не за один день.

– И то верно, – рассмеялся Художник.

– Я прекрасно понимаю, – продолжал магнат, – что выход на новый уровень сознания требует напряжения всех духовных и умственных сил. Это неудобный, а иногда и страшный процесс. Я сам проходил через это, и знаю, какой дискомфорт испытывает каждый, кто только-только начинает применять метод Пяти Утра. Но вас ждет грандиозная награда. Вы получите столько денег, славы и влияния, сколько захотите. И наш сегодняшний урок – это ступень к тому, чтобы вы овладели великим искусством пробуждения до рассвета и продолжили свой путь к процветанию. Помните, что вы уже стали частью элиты, – поскольку бодрствуете в тот час, когда большинство еще спит. С каждым рассветом мы будем все больше и больше погружаться в этот метод, и одновременно каждый из вас станет подниматься на ступеньку выше. Личностный рост – очень тяжелый труд. Но это самая лучшая,

самая благородная и самая высокооплачиваемая работа на земле. Просто помните, что, если ваше сердце сильно бьется, это означает, что вы живы. Когда вы чувствуете страх, вы пробуждаетесь.

– Значит, мы должны все время продолжать двигаться вперед? – спросила Бизнес-леди. Океанский бриз развевал ее густые каштановые волосы. В этот момент она была удивительно прекрасна.

– Именно, – кивнул магнат. – Помните, что любая тьма отступает под горячими лучами настойчивости. И прежде, чем я вас отпущу, котятки, расскажу вам еще одну притчу, вернее, один забавный случай… Ничего особенного, простая житейская ситуация, но в ней, как в капле воды, отразилась вся теория гранулярности и то, что происходит, когда у человека есть Гигантское Конкурентное Преимущество. Выслушайте эту историю – и делайте что хотите. Купайтесь, загорайте, болтайте ни о чем. И да – не опаздывайте на ланч. Мой шеф-повар подготовил для вас сюрприз. Я же отправляюсь в Порт-Луис, у меня там встреча. А вы чувствуйте себя как дома.

Мистер Райли сделал четыре низких поклона, бормоча нечто вроде мантры: «Сегодня славный день, день совершенства и энтузиазма, день безграничной честности и полноты жизни, день абсолютной любви и зоркого сердца». С последним поклоном он коснулся руками пальцев ног, встряхнулся и продолжил:

– В одном бизнес-журнале я как-то прочитал интервью с владельцем знаменитого модного дома Монклер. Его спросили, какое блюдо ему нравится больше всего. «Спагетти с томатным соусом», – ответил кутюрье. Корреспондент заметил, что его вкусы довольно непритязательны. «Действительно, на первый взгляд это блюдо кажется простым, – согласился директор Монклер. – Берете спагетти, свежие помидоры, оливковое масло, базилик – и все! Но далеко не каждый сможет приготовить это правильно. Это блюдо требует особой калибровки. Определенные пропорции масла и овощей. Точное время варки. Нужен очень большой опыт, чтобы вкус получился настоящим».

Мистер Райли посмотрел в глаза каждому из своих спутников.

– Калибровка! – отчеканил он. – Вот ключевое слово сегодняшнего дня! Именно этим мы занимаемся, когда оттачиваем свое мастерство и повышаем собственную ценность. Калибровка – это наш вклад в совершенство этого мира. Это пристальное внимание к мельчайшим деталям. Это скрупулезное постижение всех тонкостей профессии. Это выход на орбиту нашего врожденного гения. Это великая судьба, которая ждет каждого, кто откажется от поверхностности и нырнет в глубину.

Эксцентричный магнат небрежно свернул свиток, сунул в карман своих шорт, и, напевая, бодро зашагал прочь.

# Глава 10
# Четыре секрета Вершителей Истории

*Жизнь человека коротка, но слава может быть вечной.*
***Цицерон***

Восходящее солнце било прямо в глаза. Держась за руки, словно дети, Бизнес-леди и Художник шли по кромке воды, чтобы в назначенный час снова встретиться с миллиардером и получить новый урок величия.

Придя к месту встречи, они нашли мистера Райли сидящим на песке в позе лотоса. На нем были только камуфляжные шорты. Рядом валялись ласты для дайвинга – очень смешной расцветки: яркие смайлики на желтом фоне.

Миллиардер вскинул руку вверх, и тут же к нему подбежал человек с черной кожаной папкой. Отточенным жестом он достал три листа бумаги и подал их магнату. Все это без единого слова. Райли лишь слегка поклонился в знак признательности.

Часы пробили пять утра.

Миллиардер положил листы на песок, прижав сверху белым камушком, чтобы их не унес утренний бриз, и неспешно встал. Затем магнат подобрал какую-то раковину и начал ее рассматривать. Он был явно сосредоточен на каких-то се-

рьезных мыслях. Сегодня его было не узнать: ни шуток, ни эксцентричных выходок, ни даже радостного приветствия.

– С вами все в порядке? – Бизнес-леди положила ему на плечо руку с массивным браслетом, на котором были выгравированы слова: «Бодрствуй и действуй. Вникай и оттачивай. Если уснешь – умрешь».

Магнат приложил палец к губам, призывая к молчанию.

– Кто заплачет, когда ты умрешь? – едва слышно произнес он.

– Что? – спросил Художник.

– Что скажут о тебе знавшие тебя? – голосом заправского трагика вопросил миллиардер. – Ты ведешь себя так, будто собираешься жить вечно. Ты не думаешь о своей немощи, которая сведет тебя в могилу. Ты не обращаешь внимания на время – а ведь его уже почти не осталось. Ты полагаешь, будто дням твоим не будет предела, а ведь сегодняшний закат может стать последним для тебя.

– Жизнеутверждающе. Ничего не скажешь. – Художник покачал головой. – Поведаете нам, отчего вам в голову пришли такие мысли?

Мистер Райли смутился.

– Это не мои мысли, – сказал он. – Я процитировал Сенеку[11], его трактат о скоротечности жизни.

– Но почему вы вспомнили о смерти именно сегодня, ко-

[11] Луций Анней Сенека (4 до н. э. – 65 н. э.) – римский философ, государственный деятель, поэт. Воспитатель Нерона. – *Прим. ред.*

гда так ярко светит солнце? – спросила Бизнес-леди. – По-моему, нас ждет чудесный день.

– Потому что именно в такие дни большинство людей склонны полагать, что у них больше времени, чем есть на самом деле. А когда человек так думает, он тратит время впустую. Размышления о смерти – не признак депрессии. Они помогают сфокусировать внимание на том, что действительно важно. Если время от времени думать о том, как коротки наши дни, то исчезает потребность отвлекаться на все эти кибер-диверсии в виде занятных роликов в интернете или переписки в соцсетях. Мы отвлекаемся «на минуту», чтобы заглянуть в смартфон, но эти минуты складываются в часы, а часы – в года. А ведь это время предназначено для даров и благословений, которые в итоге проходят мимо. Вы никогда не вернете эти минуты, часы и годы. Все это потеряно безвозвратно.

Голос миллиардера был приветлив, но слова эти тяжелым эхом отзывались в сердцах его учеников.

– Вчера, после встречи в Порт-Луисе, я перечитал «В погоне за ускользающим светом». Это подлинная история Юджина О'Келли, владельца крупной корпорации. Книга начинается с того, что врачи обнаруживают у него три опухоли в мозге и он узнает, что ему осталось жить всего три месяца.

– И как он отреагировал на эту новость? – спросил Художник.

– Совершенно по-деловому, – сказал миллиардер. – Он

распланировал свои последние дни до минуты. О'Келли побывал на школьных концертах своих детей, чего никогда не делал раньше; сходил на матчи любимых команд; встретился с друзьями, которых он не видел много лет. В одной из глав он описывает пикник со своим школьным товарищем: «Мы бродили по лесу, наслаждались природой и разговаривали так, словно были самыми близкими на свете людьми. Все это происходило не только в последний, но и в первый раз».

– Звучит очень грустно, – тихо сказала Бизнес-леди. Ей было не по себе. Не зная, куда деть руки, она то снимала, то вновь надевала свой браслет.

– А вчера вечером, – продолжил миллиардер, – я пересмотрел один их моих любимейших фильмов. «Скафандр и бабочка». Он тоже основан на реальных событиях. Главный герой – издатель французского журнала «Элль», Жан-Доминик Боби. Много лет он шел к тому, чтобы оказаться в числе самых влиятельных людей в издательском бизнесе. И вот, когда он достиг пика своей карьеры, его сразил инсульт. Ему было суждено оставаться прикованным к постели до конца своих дней. Все мышцы его были парализованы, за исключением левого века. Это состояние называется «синдром замкнутости». Трагедия в том, что его сознание было практически не повреждено. Он прекрасно понимал, кто он, и что с ним произошло.

– Грустно слышать о таком, – отозвался Художник в тон своей спутнице.

– Это лишь завязка истории, – пояснил мистер Райли. – Его лечащий врач понял, что сознание Боби так же ясно, как и прежде. И он обучил Боби методу общения, который называется «тихий алфавит». Это практически азбука Морзе, только в качестве сигнала используется моргание. Жан-Доминик научился с помощью моргания показывать буквы и складывать их в слова. Так, моргая, он написал целую книгу о своей жизни. Ему потребовалось моргнуть двести тысяч раз!

– Есть о чем задуматься, – покачала головой Бизнес-леди.

– Вскоре после выхода книги в свет Боби скончался, – добавил мистер Райли. – Но знаете, я думаю, что ему очень повезло. Ведь человеческая жизнь невероятно хрупка. Только подумайте, сколько людей, которые через пару часов проснутся, примут душ, выпьют кофе с сэндвичем, выйдут из дома – и найдут свою смерть в автокатастрофе по дороге в офис… У них не будет возможности обдумать свою жизнь, как у Боби. В каждую секунду с вами может случиться все, что угодно. Итак, друзья, вот вам мой совет на сегодня: не откладывайте жизнь! Делайте все возможное, чтобы обнаружить и воплотить свой природный гений. Живите, обращая внимание на маленькие чудеса, которые вам приносит каждый новый день.

– Я начинаю понимать, – сказал Художник, подоткнув дреды под панаму.

– И я, – мрачно согласилась Бизнес-леди.

– «Наслаждайся каждым бутербродом», – пропел Художник.

– Очень мудрая мысль, – отметил Райли.

– Это не моя, – засмеялся Художник. – Это из песни Уоррена Зивона[12]. Он написал ее, когда узнал, что смертельно болен. – Дальше там есть слова: «Скажи „спасибо“ каждому мгновенью и, не робея, воплощая заветную мечту; позволь себе безумные поступки, согрей весь свет огнем своей души»…

Все трое замолчали, глядя на океан. Несколько гагар спикировали на воду и застыли, покачиваясь на волнах.

– Прекрасное зрелище. – Миллиардер первым нарушил молчание. – И оно прекрасно подводит нас к тому, о чем я хотел поговорить с вами этим утром.

Он подошел к тому месту, где лежали три листа бумаги, прижатые белым камушком, поднял их и дал своим спутникам по листу. На них была изображена еще одна диаграмма. Бизнес-леди и Художник стали изучать ее с любопытством.

[12] Уоррен Зивон (1947–2003) – американский рок-музыкант, знаменитый своим саркастичным отношением к жизни, отраженным в его песнях. – *Прим. ред.*

**Первый секрет Вершителей Истории.**
**Используй свой потенциал**

– Эта модель обучения основана на концепции капитализации интеллекта, разработанной выдающимся психологом Джеймсом Флинном. – говорил Райли, указывая на диаграмму. Суть в том, что те, кого мы называем гениями, вовсе

не родились с каким-то исключительным набором способностей, которых не было у всех прочих. Флинн утверждает, что важен не столько талант, сколько то, что человек с этим талантом делает. Чем активнее человек использует свой природный дар, тем больших результатов он добивается. Талант – это семя, из которого нужно вырастить дерево. Известно ли вам, что спортсмены, которые становятся чемпионами, изначально ничего особенного собой не представляли? Очень часто именно их соперников считали более одаренными и перспективными. Но почти в 100 % случаев получается так, что в конечном итоге первые места занимают те, кто начинал с более низкого уровня. Почему так происходит? Секрет – в исключительной преданности своему делу, невероятная целеустремленность и желание развить свои сильные стороны до предела.

Миллиардер сделал несколько движений, разминая точеные мышцы, которым позавидовал бы любой атлет.

– Помните старую поговорку: «Покупая бойцовского пса, выбирай не самого крупного, а самого боевого»? – сказал Райли, надевая очки для серфинга. – Я стал учеником Заклинателя, потому что он рассказал мне о том «окне возможностей», которое открывается перед каждым, кто присоединяется к клубу «Пяти Утра». Утро – это время, когда семя способностей дает всходы. Каждое утро росток моих талантов прибавляет в росте. Каждое утро приносит в мою сокровищницу небольшую жемчужину. Успешные люди встают до

рассвета, потому что ранний подъем – это маленькая победа и великолепное начало дня.

– Мне вечно не хватает времени, – раздраженно сказала Бизнес-леди. – У меня такой плотный график, что нет возможности даже поесть как следует, не говоря уже о личностном росте. Мне кажется, я вообще не отдыхаю. Мне жизненно необходимы часы, когда я смогу «зарядить батарейки». Теперь я понимаю, что именно утро – то самое время, которое я могу потратить на себя.

– Вы абсолютно правы, – ласково произнес миллиардер. – Большинство подвергает себя настоящему голоданию в том смысле, что не дают никакой пищи своей душе. Они закопались в делах, забыв о главном. Первые шестьдесят минут после пробуждения – самое ценное для жизни время. Их необходимо провести наедине с собой. Восстановить гармонию. Зарядиться энергией для дел, которые предстоит совершить сегодня. Чтобы стать не только успешным, но и счастливым человеком, нужно приучить себя вставать в пять утра. А чтобы дела вас не изматывали, пользуйтесь формулой «20/20/20». Ее мы уже упоминали. Все это даст вам потрясающую фору. Вы почувствуете, что наконец-то сами управляете своей жизнью, в то время как большинство людей просто плывут по течению. Вы откроете в себе силу, о которой даже не подозревали. Вам станет доступна чистая радость без примеси тревоги, озабоченности и уныния. Вы обретете подлинную свободу, которая даст вам мощные кры-

лья – вы научитесь летать.

Мистер Райли резко развернулся, демонстрируя ученикам крепкую спину, на которой выделялась татуировка с цитатой Камю[13].

> Единственный способ вырваться из плена условностей, в которые заключил вас мир, – стать настолько свободным, чтобы вся ваша жизнь была актом неповиновения общим правилам.

Под этими словами был расположен рисунок – феникс, восставший из пепла.

[13] Альбер Камю (1913–1960) – французский писатель, философ, получивший при жизни нарицательное имя «Совесть Запада». – *Прим. ред.*

Райли повернулся к спутникам.

– Время для себя мне нужно как воздух. – сказала Бизнес-леди. – Я твердо знаю: если я буду проводить наедине с собой хотя бы час, то моя жизнь улучшится во всех отношениях. Я стану более спокойной и благодарной, стану чувствовать удовлетворение от работы.

– Лично мне эта идея тоже кажется очень привлекательной, – согласился Художник. – Час для себя каждое утро… Да, это то, что могло бы полностью изменить мою жизнь. И мое искусство, – добавил он.

– С первых уроков Заклинатель внушал мне, что шестьдесят минут для саморазвития – это фундамент той жизни, к которой я стремлюсь, – полноценной, гармоничной, счастливой. Он называл это «часом победителя». И теперь, когда эта многолетняя практика принесла свои плоды, я подписываюсь под каждым его словом. Все, что обещал мне Заклинатель, сбылось. Посвящая час самому себе каждое утро, я получил Гигантское Конкурентное Преимущество. Я смог исполнить свою давнюю мечту – совместить творчество и зарабатывание денег. Но «час победителя» дал мне и нечто большее: я увидел, что могу приносить реальную пользу человечеству, могу сделать счастливой не только свою собственную жизнь, но жизнь тех, с кем сводит меня судьба.

Он посмотрел на свой лист.

– Давайте вернемся к концепции капитализации, – сказал Райли после незначительной паузы. – Итак, важны не столь-

ко ваши таланты, сколько то, что вы с ними делаете. Человечество с первых дней истории пребывает в иллюзии, полагая, что величие – удел тех, кто скроен из какой-то другой материи или имеет особое благословение от богов. Но это ложь! Это похоже на какой-то коллективный гипноз, – в его глазах загорелся хитрый огонек. – Правда в том, что побеждает не талант, а самоотверженность и дисциплина. Одаренность сама по себе не приводит к выигрышу. Напротив, талант, ярко выраженный с самых ранних лет, может сыграть с человеком злую шутку. Чем больше дар, тем более требовательным к себе должен быть человек. В жизни же часто получается ровно наоборот. Тому, кто одарен больше других, кажется, что он не должен ничего делать – его талант сделает все за него. Это гибельный путь. У талантливого человека множество искушений, но нужно уметь им сопротивляться. Нужно избегать легких путей и выполнять самую трудную часть работы. Каждый раз, когда вы преодолеваете себя, вы одерживаете маленькую победу. Во Всемирный Зал Славы вступают только те, кто делает не то, что легко, а то, что правильно.

Миллиардер присел на корточки и стал наблюдать за гигантской чайкой, пытавшейся разбить клювом раковину какого-то моллюска. Когда ей это в конце концов удалось, она с азартом начала поглощать скользкое содержимое раковины. Покончив с завтраком, чайка улетела. Миллиардер издал утробный звук, какой бывает после насыщения.

– Упс. – Он смущенно улыбнулся. – Прошу прощения.

Резким прыжком мистер Райли поднялся на ноги.

– Я уже рассказывал вам о последних исследованиях, касающихся успешных людей. – продолжил он. – И статистические данные говорят о том, что успех определяется не данными, которые есть у человека изначально, а тем, как он их использует.

– Вы не могли бы пояснить эту мысль? – попросила Бизнес-леди, оторвавшись от смартфона (ей понадобилось ответить на срочное сообщение). Она взглянула на миллиардера и увидела, что за те секунды, пока она отвлекалась на телефон, он успел натянуть футболку с надписью: «У нищих большие телевизоры. У богатых – большие библиотеки».

– Конечно, – охотно откликнулся Райли. – У большинства людей в голове играет одна и та же пластинка. Гипнотический внутренний голос вещает днем и ночью: «У тебя нет никаких способностей к лидерству. Тебе никогда не стать выдающимся человеком. Не пытайся – все равно ничего не получится». Повинуясь этому голосу, люди даже не мечтают о том, чтобы пережить великое приключение под названием «Жизнь». Видите ли, успех – это не стартовые данные и не потрясающие результаты. Это процесс – такой же, как сама жизнь. Но люди находятся в плену стереотипов, говорящих что «обычный человек не может стать великим», «гениями рождаются, а не становятся»… Все это ложь! И, чтобы развеять ее, нужен всего лишь один утренний час, которые вы проведете наедине с собой. В этот час я советую вам пого-

ворить со своей душой. Спросите себя: чего вы на самом деле хотите? О чем вы мечтаете? К чему стремится ваше сердце? И далее, выполняя свои ежедневные дела, расставляйте приоритеты таким образом, чтобы на первом месте было то, что находится в гармонии с вашими душевными устремлениями. Какой смысл вкладывать труд, энергию и время, идти на какие-то жертвы ради того, что вам на самом деле не нравится? Претендуйте на самое лучшее, самое желанное! И забудьте все слова о том, что только исключительные личности имеют право жить полной жизнью. Сломайте эту старую и вредную пластинку, которая до сих пор звучит в вашей голове и говорит о том, что вы неспособны на победу. Побеждает тот, кто сам решает, какая музыка будет звучать в его жизни. Человеку никогда не вырваться за рамки своей личной истории. Но хорошая новость в том, что, когда вы входите в контакт с самим собой, вы получаете власть над своей судьбой. Вы сами сможете программировать свою жизнь и писать свою историю.

Он посмотрел в океанскую даль, туда, где рыбаки ставили сети. С берега их лодка казалась совсем крохотной. Но и отсюда можно было разглядеть человека в красной рубашке, который ставил вешки прямо посреди кораллового рифа. Не отрывая взгляда от лодки, миллиардер начал что-то бормотать себе под нос. Бизнес-леди и Художник могли едва расслышать:

– Я благодарен вам за все. И я за все прощаю вас. Я от-

даю вам все, что имею. О, жизнь, прекрасная, удивительная, творческая, процветающая и волшебная. – Его слова снова звучали как мантра.

Внезапно бормотание прекратилось, и Райли снова повернулся к спутникам.

– В позитивной психологии есть понятие «самосбывающееся пророчество». Это значит, что сначала человек выстраивает в своем уме определенный образ себя и своей жизни, а потом начинает вести себя так, чтобы этому образу соответствовать. К сожалению, это происходит подсознательно и начинается с самых первых младенческих дней. Человек воспринимает картину мира тех людей, от которых напрямую зависит его жизнь. То есть его родителей. Затем эту картину мира дополняют другие значимые взрослые: родственники, учителя, старшие друзья. То, что человек считает своей личной историей, на самом деле есть не что иное, как отражение того, что думают о нем другие люди. Представьте себе, какой колоссальный обман происходит повсеместно, в каждой семье, с каждым человеком. Неудивительно, что большинство людей получают от жизни не то, чего они на самом деле хотят, а то, что их заставили хотеть.

– Получается, если мы начнем думать, что способны достичь всего, о чем мечтаем, то наши мечты в один прекрасный день исполнятся? Если наша личная история – всего лишь результат привычных мыслей, значит, ее можно переписать, думая о себе как о победителе? – взволнованно спро-

сил Художник. От волнения ли, или от чего другого, но на этот раз в его речи не было и намека на привычный чешский акцент.

– Пожалуй, лучше и не скажешь! – миллиардер хлопнул в ладоши. – Мне нравится эта идея – думать о себе как о победителе. Вы должны обязательно рассказать об этом Заклинателю. Он сегодня ловит марлинов, а это значит, что около полудня появится на пляже. – Он снял темные очки и оглядел своих спутников. В его взгляде промелькнуло нечто плутовское.

– Я много говорю о величии, – сказал магнат, водрузив очки обратно. – Но не ради красного словца. Лично я считаю величие своего рода врожденным инстинктом. Каждый человек рождается с жаждой героизма и стремлением к полету. Так уж мы устроены!

Проблема в том, что по мере взросления эта жажда уменьшается, а потом и вовсе сходит на нет. Многие люди даже не могут вспомнить, о чем они мечтали в детстве. И это неудивительно. Как только человеческое существо появляется на свет, на бедного детеныша обрушиваются тонны ментального яда. Ничего не подозревающий ребенок поглощает этот яд с молоком матери. Все больше и больше отравляясь токсинами посредственности, трусости и ограниченности, он уже не может вырасти свободной творческой личностью (какой и задумал его Бог).

Нет, он превращается в человека, осужденного на пожиз-

ненное заключение в тюрьму собственного ограниченного ума. Он мыслит навязанными ему шаблонами, а при столкновении с нестандартной ситуацией или великим явлением – либо прячется, либо нападает. Никто не подвергается такой беспощадной критике, как лидеры и герои. Их обвиняют во всех грехах – только за то, что они посмели выйти за рамки, в которых заключены все остальные. Но истинный лидер никогда не будет отвечать на обвинения. Он знает, как устроена жизнь, а потому имеет силы для того, чтобы утверждать свои собственные стандарты. Он знает: как бы высоко он ни взлетел, у него всегда есть возможность взлететь еще выше.

Настоящий герой каждую секунду ощущает тесную связь со своей неповторимой природой и руководствуется ею в каждом своем выборе. Герой способен сражаться в одиночку, а трус проиграет, даже если в его распоряжении будут все армии мира. Мне вспоминаются слова Александра Македонского: «Я не боюсь львиного войска во главе с овцой; я боюсь войска овец во главе со львом».

Миллиардер сделал три глубоких шумных вдоха. Большой мотылек, порхавший вокруг него все это время, с испугом отлетел назад. Райли опустил голову и улыбнулся, словно увидел что-то интересное. Художник и Бизнес-леди не сговариваясь посмотрели вниз. У самой полосы прибоя, оставляя в мокром песке цепочку крохотных следов, по песку ковылял пестрый краб.

– Мы здесь для того, чтобы вы наконец вспомнили о сво-

ем призвании к свободе и подлинному лидерству, – продолжил он. – Но вы должны отчетливо понимать, что под лидерством я подразумеваю вовсе не богатство и влиятельное положение. Богатство и власть – это временные вещи, которые приходят и уходят. То, о чем я говорю, гораздо более весомо и возвышенно. Это неиссякаемый источник вечной Силы, который спрятан глубоко внутри вас. Этот источник пока что дремлет, но он есть, не сомневайтесь! Вы обладаете Силой, которая поможет вам осуществлять самые грандиозные проекты, создавать такие вещи и утверждать такие ценности, о которых никто из живущих не может и помыслить. Стоит вам открыть эту Силу, как она перенесет вас в мир, где нет самого понятия конкуренции.

Он сделал большой вдох, словно готовился сказать что-то важное.

– Но я должен вас предупредить. – Голос Райли звучал приглушенно, как дальнее эхо. – Эта Сила имеет власть не только созидать. Открыв ее в себе, вы получите доступ к самому разрушительному оружию в мире. Так вот. Будьте благородны. Будьте достойны этой Силы. Не используйте ее во зло, потому что человек с такими возможностями способен уничтожать целые отрасли, не говоря уже об отдельных судьбах… Когда вы обретете эту Силу, у вас появится реальный шанс стать Вершителями Истории. Для этого вам не нужно будет достигать каких-то карьерных высот. Для Силы не имеет никакого значения, кто вы: владелец корпора-

ции или же простой уборщик. Миллиардеры и землекопы, студенты и кинозвезды – все имеют одинаковый потенциал. Знаю, знаю: вам трудно в это поверить, и вы считаете меня чудаком. Вам мешает та самая умственная тюрьма… Покуда не покинете ее стен, вам не увидеть реальность во всей ее полноте. Я не прошу вас резко менять свое восприятие (да это и невозможно, потому что перемены не случаются в одночасье). Я прошу вас просто принять ту мысль, что реальность гораздо больше того, что вы о ней думаете. Сейчас вы смотрите на мир сквозь небольшое окошечко в тюремной стене. Но когда вы покинете свою тюрьму, то поймете, что видели лишь крохотную часть огромного и бесконечно разнообразного мира. Если не доверяете мне, может быть, вас убедят слова Шопенгауэра: «Большинство людей принимают свою ограниченность. Лишь единицы выходят за рамки – и мне с ними по пути».

– Хотите сказать, что наше восприятие реальности на самом деле ложно? – спросила Бизнес-леди, приподняв бровь. – И мы смотрим на жизнь через некую призму ментальных установок и наших личных предубеждений, которые не дают нам увидеть истинное положение вещей? Но коль скоро так поступает большинство, я делаю вывод, что кому-то это выгодно. И все мировые масс-медиа, транслирующие нам определенную картину мира, только укрепляют нас в нашей иллюзии? – Она нахмурилась, отчего ее хорошенькое лицо стало сердитым. – Но тогда выходит… что нас

всех попросту обвели вокруг пальца? Но зачем?

Женщина стала нервно крутить браслет на запястье. Глаза ее горели. Давний протест, зревший в ней долгое время, наконец вырвался наружу.

– Меня буквально разрывает изнутри, – почти кричала она. – Я уже ничего не знаю! Почему я занялась своим бизнесом? Почему меня так волнует социальный статус? Зачем мне непременно нужно жить в престижном районе, водить шикарную машину и обедать в самых дорогих ресторанах? Я ехала сюда с одной целью – узнать, как я могу занять место генерального директора, но сейчас я действительно не понимаю, зачем мне это нужно… Карьера была моей страстью, я без устали шла от одного достижения к другому, но теперь… Теперь я понимаю, что никогда не жила по-настоящему. Я как тот гонщик, который мчит по шоссе, выжимая из автомобиля максимум, но при этом совершенно не замечает того, что находится на обочине. У меня не было ни одной остановки. И сейчас мне кажется, это не я мчусь, а жизнь мчится мимо меня.

В крайнем возбуждении Бизнес-леди ходила из стороны в сторону. Слова лились из нее сплошным потоком. Миллиардер и Художник молчали, понимая, что ей нужно высказаться.

– Вчера вы учили нас Трехшаговой формуле. – Ее голос дрожал от волнения. – Вы говорили: чем больше внимания мы уделяем сами себе, тем лучший выбор мы делаем

и тем лучшие результаты получаем. Но что такое «Я»? Чему я должна уделять внимание? Ведь на самом деле я понятия не имею, что я собой представляю, каковы мои подлинные ценности, что для меня важно! Я даже не знаю, что делает меня счастливой! Что останется от меня, когда я покину этот свет? Знаете, когда вы рассказывали те истории, про владельца корпорации с опухолью и издателя с инсультом, я почувствовала острую боль в сердце… Жизнь так хрупка и мимолетна. И что я делаю с этим кратким мигом своего существования? Я гоняюсь за призраками! Богатство, статус, влияние – не об этом будут помнить люди, когда я умру. Я утонула в грохоте ложных истин и не слышу голоса своей истинной личности. Я с ужасом смотрю на ушедшие годы… Страшно произнести, но до нашей с вами встречи я даже не знала, что такое восход солнца. Такое ощущение, что я никогда и не жила! У меня никогда не было времени на дружбу; не было страсти, которая давала бы мне крылья; не было настоящей любви…

Последние слова она произнесла совсем тихо. Глаза ее наполнились слезами. Художник подошел к ней и взял за руку.

– Только в видимой Вселенной есть триллионы миров, – сказал он проникновенно. – На одной нашей планете живут миллиарды людей. Вероятность того, что мы встретимся, равнялась почти нулю… И тем не менее я стою с тобой рядом. И я счастлив.

Лицо Бизнес-леди зарумянилось.

– Мне кажется, я только что нашла себя, – всхлипнув, сказала она. – И я не хочу потерять себя снова.

– Не требуйте от жизни слишком многого, дорогая, – подал голос миллиардер. – Мы все на пути к себе; путь этот долгий, но его необходимо пройти. Каждый из нас находится именно там, где ему следует быть. Чтобы вырасти, мы должны выучить определенные уроки. Проблема – это не препятствие, а возможность приобрести новый опыт. У людей есть трагическая привычка вспоминать то, что нужно забыть, как страшный сон. А то, о чем следует помнить, люди как раз забывают. Вы не представляете, дорогая, как я понимаю вас. Я прошел через те же самые терзания. Просто доверьтесь мне. Вы открыли свою лучшую часть, свое истинное Я. И теперь оно ведет вас. Жизнь не промчится мимо, потому что вы оказались в самой ее сердцевине.

А что касается роскошных домов и дорогих машин… Лично я не вижу в этом ничего плохого, если только это не становится единственной и последней целью. Только радость может быть достойной целью. Мы – духовные существа, но имеем физическое тело, которое требует физических наслаждений. Это тоже имеет отношение к радости. Природа изобильна, и материальное богатство – часть этого изобилия. На земле нет недостатка в цветах или фруктовых деревьях. Небо не обделено звездами и планетами. Не нужно поклоняться деньгам, но не нужно и отказываться от них. Деньги – это часть Силы, которая поможет вам творить ве-

ликие дела, как для себя, так и для других людей.

Послышался приближающийся рев катера. По бирюзовой глади неслась легкомоторная лодка, за которой столь же стремительно летел спортсмен на водных лыжах. Сквозь шум мотора было слышно, как он смеется от восторга.

Миллиардер с минуту любовался этой захватывающей гонкой, а затем вернулся к наставлениям.

– Если уж зашла речь о деньгах, – продолжал он, – то позвольте мне открыть вам маленький секрет. Сейчас мое состояние не так огромно, как несколько лет назад. Больше половины его я отдал на развитие проектов – от благотворительности до разного рода исследований. Да, у меня есть самолет, квартира в Цюрихе и вот эта полоска океанского берега. Плюс пакет акций, стоимость которых приближается к миллиарду. Но я давно не вхожу в десятку богатейших людей планеты. Мне это не нужно. Я могу расстаться со всем своим состоянием, поскольку не привязан ни к каким материальным благам.

Художник негромко рассмеялся. Райли взглянул на него с удивлением.

– О, простите, – сказал тот. – Я просто вспомнил одну историю – вам она наверняка понравится. – Как-то Курт Воннегут[14] и Джозеф Хеллер, автор нашумевшей книги «Поправка-22», встретились на богемной тусовке в богатом доме на Лонг-Айленде. Дом принадлежал одному финансисту

[14] Курт Воннегут (1922–2007) – американский писатель-сатирик. – *Прим. ред.*

с Уолл-Стрит. Воннегут спросил Хеллера, как он чувствует себя, зная, что хозяин дома за минувший день заработал больше, чем тот за всю писательскую карьеру. Хеллер ответил: «Денег у него больше, чем у меня. Но у меня есть то, что нельзя купить ни за какие деньги». Когда Воннегут спросил, что же это, Хеллер сказал: «Мудрость – ее у меня предостаточно».

Миллиардер расплылся в улыбке.

– Улетная история! Обожаю такие! Дай пять! – крикнул он и резко выбросил перед собой руку с раскрытой ладонью. Раздался звонкий хлопок. Художник захохотал.

Затем Райли исполнил свой причудливый танец, который означал, что миллиардер находится в состоянии экзальтации и абсолютного счастья. Бизнес-леди улыбалась. Ей были по душе эти странности.

– Когда вы говорите о капитализации своих талантов, о самореализации и истинном Я, внутри меня все трепещет, – сказал Художник, когда миллиардер остановился. – Всю жизнь я искал подтверждения своему таланту у кого-то другого. Но сейчас для меня совершенно ясно, что если я не поверю в собственное величие, то не смогу убедить в этом и других. Кстати, о великих. Пикассо как-то сказал одну вещь…

Он замолк и бросил короткий взгляд на Бизнес-леди, словно сомневался, стоит ли говорить эту вещь в ее присутствии.

– Пожалуйста! – взмолилась она. – Я хочу знать!

– Так вот, Пикассо сказал: «Моя мать говорила мне: если ты пойдешь в армию, то станешь генералом. Если уйдешь в монастырь, то дослужишься до Папы Римского. Но я предпочел стать Пикассо».

– Крепкий орешек! – улыбаясь, сказал Райли. – Вот это и есть вера в свое истинное «Я».

Он провел рукой по идеально выбритому подбородку, будто приглаживая воображаемую бороду.

– Родители закладывают в своих детей жизненные программы, основанные на весьма скудном и ограниченном опыте прошлых поколений. Трагедия в том, что люди, которые интуитивно чувствуют, в чем заключено их истинное призвание, тратят лучшее время своей жизни на то, чтобы избавиться от этих программ. Не только родители – все взрослые, которые окружают ребенка, – с самых первых дней пытаются внушить ему, что «особенная» судьба бывает лишь у «особенных» детей. «Надо родиться гением», – говорят они. «Обычные люди должны хотеть того, что достижимо, а не витать в облаках», – вторит им общество. Эту пагубную мысль на все лады повторяют масс-медиа. Таким образом, человек, едва родившись, попадает в мощное гипнотическое поле, которое призвано увести его от его подлинной природы. В каждом человеческом существе есть искра гения. Но окружение делает все, чтобы погасить этот животворный огонь. Голос души, столь явно слышимый в детстве, с годами

становится все тише и тише. В результате человек начинает считать свои способности скромными. Он выбирает жизнь, которая ему под силу – хотя на самом деле он совершенно не знает своих истинных сил! – Он тяжело вздохнул. – Обиднее всего то, что все это происходит совершенно незаметно и никак не осознается людьми. Я бы назвал это геноцидом талантов.

– Но это ужасно! – воскликнула Бизнес-леди. – За такое промывание мозгов надо судить!

– Да, – кивнул Райли. – Но те, кто промывает мозги, сами пострадали от вирусной программы, которую заложили в них в детстве.

– Но куда же пропадает весь этот потенциал, все эти прирожденные таланты? – спросил Художник. – Неужели они исчезают раз и навсегда?

– Любой нереализованный талант или несбывшаяся мечта превращается в душевную боль, – ответил миллиардер. – Эту боль люди носят в себе годами.

– О какой боли вы говорите? – Художник вздрогнул.

– Каждое человеческое существо создано для того, чтобы сотворить свой собственный мир, – сказал Райли. – Вы не представляете себе, какие удивительные подвиги вам под силу, какие вершины вы можете покорить. Человек призван потрясать этот мир, менять его, обеспечивать бесконечное движение и развитие всей Вселенной! Почему же вы боитесь

удивлять? Кстати, знаете ли вы, что слово «удивлять»[15] происходит от латинского extonare, что значит «потрясать основы». Мы должны потрясать эти основы! Именно этого ждет от нас мир, поскольку только это и может гарантировать вечное обновление жизни.

Каждый гений – это революционер. Не совершив революции, невозможно подняться на новую ступень. Гениальность свойственна не только творческим людям – художникам, музыкантам, поэтам – гениальным может быть руководитель корпорации или школьный учитель. Повар в придорожном кафе способен стать гением, точно так же, как и программист, колдующий над новой компьютерной программой. Неважно, кем и где вы работаете. Вы можете поднять свое умение до уровня величайшего мастерства. Подняв себя, вы поднимете все человечество. Но повсюду царят апатия и уныние. Люди просто не понимают, кем они являются на самом деле. И потому проводят свою жизнь в анабиозе. Большинство из ныне живущих умрет, так и не встретившись с собой.

– Это по-настоящему трагично, – с грустью произнес Художник. – Я чувствую, что потрясения мне необходимы, как воздух. Я устал от той жизни, которую вынужден вести, чтобы как-то заработать на хлеб. В юности у меня были мечты и творческие порывы. Но я давно забыл о творчестве, все, что мне осталось – мертвое ремесло. И сейчас мне страшно от

[15] Англ. astound. – *Прим. пер.*

одной мысли о том, что я – особенный.

– Но так оно и есть, – сказала Бизнес-леди с пронзительной нежностью. – Ты – особенный.

– Меня всю жизнь волновало то, что скажут обо мне другие. – Художник вздохнул. – Многие люди, называющие себя моими друзьями, просто смеялись над моими картинами! Я знаю, что меня считают человеком со странностями, если не сказать «сумасшедшим». Меня никто не понимает, и я боюсь остаться непонятым до конца своих дней.

– Это прекрасный признак, – улыбнулся миллиардер. – Знаете ли, друг мой, что многие великие художники при жизни были не поняты и не оценены? Я назову вам сотню имен тех людей, кого признали гениями лишь спустя десятилетия после их смерти.

Райли похлопал Художника по плечу.

– А что касается друзей, которые смеялись над твоими картинами, то я бы не стал называть таких людей друзьями, – наставительно добавил магнат. – Возможно, пришло время становиться собой и забыть о тех, кто смеется над твоим талантом. Курт Кобейн[16] как-то сказал: «Я устал притворяться кем-то другим только для того, чтобы люди со мной здоровались».

Художник хмыкнул.

– Если кто-то не хочет принимать тебя целостным, со

[16] Курт Дональд Кобейн (1967–1994) – американский исполнитель, наиболее известный как гитарист и вокалист рок-группы «Nirvana». – *Прим. ред.*

всеми твоими талантами, достоинствами и недостатками, это его личное дело. – В голосе миллиардера чувствовалась непреклонность. – Тот, кто подстраивается под мнение других людей, никогда не будет счастлив. Его всегда будет преследовать та самая боль от нереализованных талантов и несбывшихся грез. Эта боль разъедает душу, и внутри образуется огромная черная дыра. Она наполняется кошмарами и ненавистью, прежде всего, по отношению к себе самому. В этом адском океане можно сгинуть навсегда – и большинство людей заканчивают свою жизнь именно с таким чувством. Мы не отдаем себе отчета в том, сколько миллионов погибло в этом бездонном колодце – потому что эта гибель незаметна для внешнего мира. Предательство себя – самое страшное преступление, и оно карается смертью души.

– Что вы имеете в виду, когда говорите о предательстве себя? – спросила Бизнес-леди. – Отрицание собственного таланта?

– Да, и не только это, – кивнул миллиардер. – Любой уход от своего истинного «Я». Например, наркомания, алкоголизм или интернет-зависимость. Вы уже заметили, что люди сейчас не расстаются со смартфоном ни на минуту. Каждые двадцать секунд они проверяют почту или смотрят, сколько лайков собрала их новая фотография в Инстаграм. А телевизор, этот пожиратель душ! Сотни каналов, по которым идут десятки тысяч шоу, сериалов, фильмов на любой вкус. Человек может провести у телевизора десятилетия и не заметить,

как кончилась жизнь. Не лучше и трудоголизм: многие люди нагружают себя всевозможными делами, лишь бы не думать о том, что творится у них на душе. Но быть загруженным вовсе не означает быть эффективным.

Бизнес-леди нахмурилась. Было видно, что последние слова Райли задели ее за живое.

– Истинные лидеры, гении, настоящие строители мира высоко ценят свое время. Они не растрачивают свои силы и внимание на то, что этого не стоит. Они не общаются с пустыми людьми, не смотрят телевизор. А интернетом и телефоном пользуются исключительно для дела. Они сосредоточены на том, что действительно приносит результаты. Именно поэтому они в сотни раз более продуктивны, чем те, кто хватается за все подряд и нагружает себя множеством бесполезных дел.

Райли помолчал.

– Но все это – лишь симптомы, – вынес он свой приговор. – Настоящая причина зависимостей кроется в той боли, которую приносят нереализованные мечты. Чтобы заглушить эту боль, люди уходят в интернет, покупают массу ненужных вещей, слишком много пьют, едят, работают, спят, болтают – и вечно жалуются на свою несчастную жизнь.

Магнат взял бутылку и сделал глоток. С рыбацкой лодки, проплывшей в нескольких метрах от берега, послышался приветственный оклик. Женщина, сидевшая на руле, махала

рукой миллиардеру. Он расплылся в улыбке и почтительно поклонился в ответ.

– Заклинатель называет таких людей «жертвами системы», – продолжил он, снова обратившись у своим ученикам. – Пока люди молоды и не закоснели в заблуждениях социума, они еще задумываются о самореализации. Но беда в том, что окружающая среда заставляет их стремиться к ложным ценностям. Поэтому, становясь старше, они забывают о прежних порывах, предпочитают идти проторенными путями и боятся выходить за рамки. Они становятся жертвами системы и начинают вести себя как жертвы. Люди находят тысячи оправданий своему бездействию и в конце концов убеждают сами себя в том, что ни на что не способны. Тем самым они отказываются от источника бесконечной Силы, который таится у них внутри. Так совершается самопредательство. Человек становится циничным и сварливым, теряет любопытство, удивление, сострадание и чистоту. На смену им приходят апатия, критика, трусость и уныние. Так потенциальный гений превращается в посредственность. Оглянитесь вокруг – вы увидите сотни, тысячи, миллионы таких посредственностей, миллионы жертв системы. Но это можно исправить, если углубиться в свою личную историю и увидеть, где и как произошел сбой программы.

– То есть ключ именно в этом? – Бизнес-леди была взволнована. – Мы должны переписать свою личную историю?

– Именно так, – подтвердил Райли. – Но начинать надо с

того, чтобы научиться замечать, когда у вас включается «режим жертвы». Как только вы это заметили и осознали – делайте все, чтобы выйти из этого состояния.

– Но как? – удивился Художник.

– Очень просто, – сказал миллиардер. – Делайте самый смелый выбор, принимайте самое рискованное решение! Каждый раз, когда вы переступаете через страх и сомнения, вы переписываете свою личную историю – к вам возвращается самоуважение и растет уверенность в себе. Поступайте так, как велит вам ваше истинное «Я». Тем самым вы будете все больше раздувать искру своего гения. А ложное «Я» будет сдуваться, как воздушный шарик, и в конце концов сойдет на нет. Главное – делать это настойчиво и последовательно, не сдаваться перед лицом страхов и любых обстоятельств. Попробуйте – и вы поразитесь тем способностям, которые откроются в вас. Мечты станут реальностью! Это и называется капитализация таланта или интеллекта. А теперь, – миллиардер сделал приглашающий жест, – берите свои листы с моделью капитализации и прошу на террасу. Настало время вернуться к урокам Вершителей Истории.

**Второй секрет Вершителей Истории.**
**Как прекратить отвлекаться**

Миллиардер повернул свой лист так, чтобы ученики хорошо видели диаграмму, и ткнул мизинцем в написанное.

– В голове у каждого успешного человека золотыми бук-

вами выбиты слова: «Отвлечение – смертельная ловушка для любой творческой идеи», – суровым тоном произнес он. – Запомните эту мудрость, потому что именно ей будет посвящен сегодняшний урок. Мы живем в ужасное время. Тотальная посредственность вышла на тропу войны с творческим началом. Человек теряет контакт со своим истинным «Я», потому что его на каждом шагу ждут информационные диверсии и кибернетические засады. Это чрезвычайно серьезная проблема. Новые технологии, изначально призванные облегчить жизнь человеку, теперь разрушают его личность. Доступ к любым развлечениям – опасное оружие, которое убивает в нас самые важные человеческие черты. Спросите себя: сколько времени вы посвящаете живому общению? Можете не отвечать: я и так знаю – очень мало. Мы увязли в гаджетах и устройствах, мы общаемся с помощью знаков и цифр и забыли звук человеческого голоса. Социальные сети увеличивают количество наших связей, но лишают подлинных взаимоотношений.

– Это так, – тихо отозвалась Бизнес-леди. – Только здесь, на этом острове, я поняла, что у меня никогда в жизни не было настоящих, живых отношений.

– Большинство людей заполняют драгоценные часы своей единственной жизни занятиями, которые не несут ни пользы, ни смысла, ни удовольствия, – продолжал миллиардер. – Пустое времяпрепровождение превратилось в настоящий наркотик. – При этом рассудочной частью ума каждый

человек знает, что не нужно тратить время на бесполезную деятельность. Но их влечет туда, где они могут отключиться от мира, и прежде всего от самого себя. С этим искушением бороться почти невозможно, как наркоману невозможно соскочить с иглы. Это всеобщее безумие, и оно обходится миру очень дорого. Компании теряют производительность. Качество продукции постоянно падает. Люди относятся к своей работе небрежно, совершают массу глупых и недопустимых ошибок. И все потому, что они не присутствуют здесь и сейчас, не видят и не осознают, что делают в данный момент. Из-за рассеянного внимания они день за днем, секунда за секундой упускают уникальный шанс сделать свою жизнь великолепной.

Миллиардер умолк. На его загорелом лбу выступила капелька пота. Воздух все еще был по-утреннему свеж, но дневная жара уже вступала в свои права. Он окинул взглядом террасу, цветущие кусты, аккуратно высаженные вокруг дома, и стал всматриваться в силуэты грузовых кораблей, видневшихся на горизонте и как будто застывших в голубой дымке.

– Только поймите меня правильно, котятки, – сказал он наконец. – Я люблю современный мир со всеми его достижениями. Я очень ценю технологии как произведение человеческого гения. Без связи и интернета, без самолетов и скоростных машин наша жизнь была бы намного сложнее. И мой бизнес стал успешным благодаря технологиям. Хотя,

возможно, я скоро оставлю все это… и вы меня больше не увидите…

В этот миг одинокий дельфин высоко подпрыгнул над волнами и, сделав сальто, плюхнулся обратно, подняв высокий столб брызг. Он повторил этот кульбит четыре раза, что вызвало бурный восторг у Бизнес-леди. Но Художник, казалось, не заметил необычного зрелища. Он выглядел озабоченным.

– Почему вы сказали, что мы вас больше не увидим? – спросил он.

Вместо ответа Райли что-то забормотал себе под нос. До Бизнес-леди и Художника доносились лишь обрывки то ли песни, то ли стиха: «Я научу их, как стать магнитом для чудес… и эти добрые люди станут счастливы так же, как счастлив я».

– Когда-то я был сильно болен, – как ни в чем не бывало и будто не услышав вопроса художника, бодро произнес он. – И именно благодаря современной медицине мне удалось справиться с болезнью. Технологии – великая вещь! Они могут спасать жизни – и тем обиднее, что эти же самые технологии используются так глупо! К сожалению, все достижения медицины не способны справиться с одной-единственной болезнью, которую Заклинатель называет «синдромом нарушенного фокуса».

Он пристально посмотрел на них.

– Возьмем, к примеру, большой спорт. – Магнат вдруг за-

говорил быстро и энергично. – Спортсмен, готовящийся к Олимпийским играм, занимается только тем, что может принести ему победу. Мастера, создавшие великие шедевры, все усилия вкладывали в один-единственный навык, который доводили до совершенства. Берите с них пример! Отбросьте все сложности! Ранжируйте свои дела, выкиньте ненужное. Станьте настоящим пуристом. Помните великое правило: чем меньше, тем больше! Сосредоточьтесь на тех проектах, которые имеют шанс на больший успех. Откажитесь от всего, что нежизнеспособно. Не распыляйтесь. Ходите только туда, где вы сможете получить что-то для своей души. Общайтесь только с теми людьми, кто принимает вас целиком и способен на глубокие отношения. Читайте только те книги, которые заставляют вас расти. Концентрируйтесь лишь на том, что имеет наибольшее значение. Это и есть стратегия чемпионов.

Райли шагнул к ним и сделал это так решительно, будто собирался напасть. Бизнес-леди и Художник инстинктивно отпрянули назад.

– Итак, – прогремел голос миллиардера, – прекратите пытаться управлять своим временем и начните управлять своим вниманием! Только это может заставить вас расслышать голос своего подлинного «Я» сквозь гул информационного мусора, в котором мы вынуждены существовать.

– Мне очень откликнулась ваша мысль, что быть занятым не значит быть эффективным, – сказал Художник. – И я дав-

но заметил: чем больше у меня вдохновения, тем сильнее какая-то часть моего существа пытается отвлечь меня от созидания – словно огромная темная фигура стоит за моей спиной и предостерегает меня от величия, питаясь моими страхами и сомнениями. Это случается всякий раз, когда я работаю над картиной, которая меня по-настоящему волнует. Поначалу я чувствую взлет и начинаю очень бодро; но затем страхи одолевают меня, и я сначала откладываю, а потом и вовсе забрасываю работу. И я все чаще хватаюсь за смартфон, что-то ищу в интернете, переписываюсь с виртуальными друзьями, играю в интернет-игры. А иногда и вовсе покупаю несколько бутылок вина или пива и просто напиваюсь.

– Это обычная история, – покачал головой миллиардер. – Чем ближе человек подходит к своему гению, тем больше становятся его страхи. Они, как сторожевые псы, дышат ему в затылок и грозят разорвать на части. Тогда человек отходит назад и начинает саботировать все свои усилия. Эта темная фигура за вашей спиной тут же находит оправдания, напоминая про конкурентов, давление среды, беспощадность критики и прочие неприятности, которые ждут вас, если вы посмеете предъявить свой гений миру. И чем дальше вы продвигаетесь по дороге к величию, тем больше вами овладевает беспокойство. Все чаще приходят в голову мысли о том, что вы недостойны, что у вас не хватает талантов, опыта и мастерства. Ваш мозг начинает вырабатывать гормоны страха, и эти гормоны разрушают все то положительное, что было

в вас в начале пути. Как только появляются первые ростки вашего величия, вы начинаете безжалостно уничтожать их. Внутри каждого человека живет такая темная фигура. Это опаснейший диверсант, который не обнаруживает себя, пока вы не начнете двигаться по пути успеха.

– Но что же делать? – Художник в отчаянии развел руками.

– Благая весть в том, что, как только вы…

– Вы хотите сказать, что, когда я научусь делать наилучший выбор, то начну получать наилучшие результаты? – перебил его Художник. Он был сильно возбужден – видимо, какая-то удивительная мысль неожиданно осенила его – и в своем восторге он напоминал щенка, вдруг обнаружившего, что у него есть хвост и что с ним можно играть.

– Именно так, – улыбнулся Райли. – И, с вашего позволения, я закончу мысль. Итак, как только вы осознаете, что уродливая темная фигура подняла голову и пытается сбить вас с толоку, вы обретете силу. Осознание – мощное оружие, которое поможет вам справиться с самосаботажем, страхами, сомнениями и саморазрушением. При этом вам не придется даже прикладывать какие-либо усилия. Просто наблюдайте за своим внутренним вредителем, за его попытками осудить ваше мастерство. Он силен лишь тогда, когда нашептывает у вас за спиной. Если вы смотрите ему прямо в глаза, он теряет свою власть над вами и становится абсолютно безвредным.

– Я не перестаю удивляться тем потрясающим вещам, о которых узнала в последнее время, – сказала Бизнес-леди. – Только теперь я начала понимать, почему моя компания терпит убытки и теряет производительность. Оказывается, я сама саботирую все свои начинания! Обычно это происходит так: у меня появляется идея. Я выношу ее на совет директоров, и мы запускаем новый проект. Составляем план, нанимаем специалистов, выделяем ключевые цели. А когда все начинает работать, я теряю интерес. У меня появляются сомнения: мне в голову приходят разные мысли о том, что надо было заниматься совсем другим делом, что я сделала неправильный выбор и что этот проект обязательно провалится. Тогда мной начинает руководить тревога, и я ввожу в проект новые задачи, увеличиваю фронт работ, всячески отягощая его. Людям становится сложно работать, потому что они не знают, за что хвататься. Я же устраняюсь от работы, заполняя свои дни встречами с бесполезными людьми, которые никак не могут мне помочь в осуществлении проекта. А сегодня утром я поняла, что таким образом я саботирую собственную эффективность. Когда вы говорили об интернет-зависимых людях, вы говорили обо мне. Я не могу расстаться с прошлым, потому что мне легко наблюдать за ним в интернете. Я слежу за жизнью всех своих бывших возлюбленных, и у меня есть стойкое ощущение того, что эти отношения, которые мертвы уже много лет, все еще длятся. Это общение с мертвым прошлым у меня отнимает часы, которые я

могла бы посвятить творчеству, личностному росту, своему подлинному «Я»! Вы правы, мистер Райли: это форма побега. Это ведь так просто – сбежать от самой себя. Я покупаю массу вещей через интернет, чтобы только привнести в свою жизнь несколько мгновений счастья и уверенности в себе. – Она помолчала. – Я вдруг вспомнила о Стиве Джобсе. Он стал богатейшим человеком планеты, продавая гаджеты. Но своих собственных детей он тщательно берег от всех своих изобретений. Потому что понимал: он создал всемогущего джинна, который может не только созидать, но и разрушать. И пока что этот джинн больше разрушает. Люди, соприкоснувшиеся с ним, не в силах ему противиться. Они становятся менее человечными и менее живыми.

Миллиардер громко щелкнул пальцами. Из хижины, находящейся слева от террасы, выбежал человек в белой рубашке и темно-серых парусиновых штанах. В руках он держал поднос.

– Прошу, мсье, – по-французски сказал человек, приблизившись к миллиардеру.

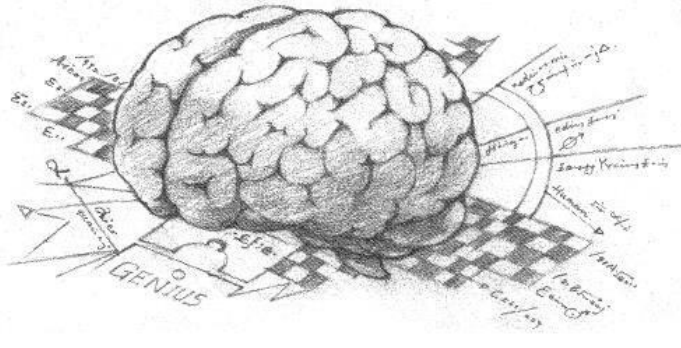
Райли взял с подноса плотный лист серого картона, на котором был мастерски изображен человеческий мозг.

– Благодарю, Пьер, – так же по-французски ответил миллиардер. – Можешь быть свободен.

Человек немедленно удалился, и Райли продолжал:

– Теперь давайте посмотрим, как самосаботаж влияет на нейробиологию. Взгляните на этот рисунок. Какая велико-

лепная прорисовка! Здесь видно то, что Заклинатель называет «первобытным мозгом». Это лимбическая система – совокупность мозговых структур, расположенных по обе стороны от гипоталамуса. А вот миндалевидное тело – «сердце» первобытного мозга. Именно эта область была наиболее активной у людей, которые жили миллионы лет назад. Главной задачей первобытного мозга было выживание. В том мире, где человеку ежесекундно угрожала смерть от соседнего племени, диких зверей и экстремальных температур, способность к обеспечению безопасности была ключевой. Но мир менялся, человечество развивалось, а первобытный мозг так и остался прежним. Он до сих пор озабочен выживанием и делает все, чтобы мы не выходили из зоны комфорта. Это понятно?



Бизнес-леди и Художник дружно закивали, как послушные дети. На террасе появилась экономка. Она поставила на столик чашки с лимонным чаем и имбирем. Миллиардер улыбнулся ей в знак благодарности.

– Великолепно, – продолжил он, отхлебнув из своей чашки. – Итак, кроме безусловно полезной функции – обеспечения безопасности – наш древний мозг делает кое-что другое. Он удерживает нас от риска. Не дает делать смелый выбор. Его не интересуют все эти выгоды и чудесные свершения, которые ждут нас в конце рискованного пути. Он настроен на то, чтобы сохранять комфорт и безопасность прямо сейчас. И эта его функция серьезно усложняет нам жизнь.

Миллиардер сделал еще глоток и прикрыл глаза. Лицо его было умиротворенно-счастливым.

– Эту часть мозга можно назвать настоящим «уничтожителем опасностей», – заговорил он после небольшой паузы. – Когда мир был жесток, древний мозг помогал человеку оставаться в живых. Это великолепно отлаженный механизм, и он верой и правдой служил нашим предкам. Но сейчас нам не угрожает смерть на каждом шагу. Мы живем в намного более безопасном и комфортном мире, чем это было тысячи лет назад. Да что там! В начале прошлого века даже члены королевской семьи не могли рассчитывать на такой уровень жизни, который сейчас есть у самых малообеспеченных людей. Мы просто не понимаем, сколько благословений нам

дано сейчас от рождения. Не ценим того, что имеем. А ведь сто лет назад люди об этом и мечтать не могли!

Он отхлебнул еще раз и снова зажмурился от удовольствия.

Чай и впрямь был великолепен: Бизнес-леди и Художник тоже оценили его изысканный вкус.

– Но древнему мозгу всего этого не объяснить. Он действует по программе, заложенной на заре эволюции. Вот почему нас не покидает тревога даже тогда, когда все идет как нельзя лучше. Ну-с, что вы думаете об этом?

– Это многое объясняет, – заговорила Бизнес-леди. – Теперь я понимаю, почему все время недовольна результатами своей работы. Хотя по сравнению с моими коллегами я добилась очень многого. У меня успешный, прибыльный бизнес – ведь недаром за моей фирмой так охотятся инвесторы. Несмотря на все эти потрясающие результаты, я все время концентрируюсь на ошибках и упущениях, думаю о том, что могла бы сделать лучше, идеальнее. Все это сводит меня с ума.

Она поставила чашку с чаем на столик, сложила руки крест-накрест и нахмурилась.

– Мне кажется, вам будет полезно узнать, что однажды сказал Теодор Рузвельт, – мягко заметил миллиардер.

– И что же? – с ноткой недоверия спросила Бизнес-леди.

– Он сказал: «Сравнение – грабитель, который отбирает у нас радость жизни». Видите ли, дорогая моя, всегда найдется

тот, у кого будет больше славы, богатства, влияния, привилегий, красоты и прочего – того, из чего складывается ваше понятие о счастье. Но счастье не в том, чтобы иметь больше всех и быть лучше всех. Счастье в том, чтобы знать, сколько тебе достаточно, и быть благодарным за то, что имеешь.

– Да, я помню, – скупо отозвалась Бизнес-леди.

– А вот с невыносимым чувством острой нехватки каких-то благ в своей жизни надо разбираться отдельно. – Голос миллиардера звучал бархатно и глубоко. – Это напрямую связано с работой древнего мозга. Собственно, сравнение себя с кем-то – одна из его функций. Он сканирует ваше окружение и выводит для себя некую «норму» обладания. Если вы в чем-то не дотягиваете до этой «нормы», древний мозг воспринимает это как угрозу для жизни и заставляет вас тревожиться и испытывать неудовлетворение.

Бизнес-леди смотрела на магната исподлобья. Взгляд ее еще был полон недоверия, но в глазах уже горела искорка надежды.

– Хорошо! – звонко сказал Райли. – Давайте еще раз взглянем на этот великолепный рисунок. Как вы видите, здесь есть не только древний мозг, который так осложняет нам жизнь. Мы наблюдаем и другие части – результат эволюции. Например, префронтальная кора. Этот отдел отвечает за высшее мышление. Нейробиологи считают, что именно здесь рождаются все передовые идеи и гениальные озарения. Этот отдел мозга – авангард прогресса. Именно благода-

ря ему мы можем мечтать о большем, учиться новому, творчески преображать окружающий мир, повышать производительность и делать открытия, которые значительно улучшают нашу жизнь. Но! – Миллиардер поднял вверх указательный палец. – Как только префронтальная кора более или менее развивается и начинает играть в жизни человека значительную роль, древний мозг тотчас же вступает с ней в конфликт. Любой шаг в неизвестное для древнего мозга – смертельная опасность. Он противится каждому новому опыту и поднимает тревогу всякий раз, когда мы покидаем безопасную зону. При этом ему невдомек, что очень часто движение вперед – это единственное, что может нам обеспечить выживание и безопасность. Древний мозг не умеет предвидеть будущее и просчитывать ходы. Древний мозг – это то, что мешает нам отправиться в неизведанные места, где мы можем встретиться с нашим врожденным гением и открыть свое призвание. Древний мозг не дает нам стать самим собой. Вам стоит это как следует осознать, потому что, зная, как действует древний мозг, вы будете лучше понимать причины своих сомнений, неудач и ошибок. Не позволяйте первобытному мозгу становиться между вами и вашей душой. Знаменитый психолог Абрахам Маслоу однажды сказал: «Человек, который ставит себя ниже того уровня, к которому он призван, обречен на несчастье и одиночество».

Магнат замолчал, чтобы его собеседники смогли как следует обдумать услышанное.

– Но что же происходит, когда мы все-таки набираемся смелости сделать шаг в непознанное? – продолжил он после внушительной паузы. – Наше миндалевидное тело активизируется, блуждающий нерв возбуждается, и в кровь выбрасывается гормон стресса – кортизол. Это вызывает страх, мы начинаем сомневаться, тревожиться, перестаем верить в успех. И сами уничтожаем те ростки будущего успеха, которые успели взойти благодаря нашим усилиям.

– Теперь я понимаю, почему на свете так много одаренных людей, которые так и не смогли реализовать свой талант, – покачал головой художник. – Видимо, когда они начинают заниматься творчеством всерьез, древний мозг просыпается и наполняет их жизнь кошмарами. Они попадают во власть страха и блокируют перемены.

Ответом ему были бурные аплодисменты, которыми разразился миллиардер.

– Браво! – закричал он. – Вы действительно поняли суть вопроса! Кортизол – это яд, который ввергает человека в тоннельное мышление, так что он не видит ничего, кроме опасности. Включается режим «сражайся или убегай». Есть и третий вариант – «замри». В этом случае человек старается стать незаметным, серой мышкой – чтобы, не дай бог, не столкнуться с критикой или непониманием.

– Таким образом, – вставил Художник, – наш высший мозг заставляет нас стремиться к вершинам, развиваться, творить и изменять мир. А древний мозг противится этому

и насылает на нас страхи, чтобы мы боялись выйти из зоны комфорта. Иными словами, древний мозг воюет против самой эволюции!

– Вы абсолютно правы, мой друг. – Миллиардер похлопал его по плечу.

– Быть может, это древний мозг заставляет нас отвлекаться на гаджеты и всякого рода развлечения? – заинтересованно спросила Бизнес-леди.

– Да, это одна из его функций, – утвердительно сказал миллиардер. – Отвлечение – это одна из защит, которые древний мозг имеет в своем арсенале. Он ограждает нас от любой опасности. Приближение к нашему истинному «Я», по мнению древнего мозга, чрезвычайно опасно.

– Уф, – фыркнул Художник. – Чувствую, мне придется переваривать это еще долго. Я думал, что люди отвлекаются на смартфоны и интернет-игрушки потому, что очень ленивы. А оказывается, их заставляет это делать страх перед собственным величием. Теперь я понимаю, почему всех великих творцов называли революционерами и борцами с рутиной. Это не просто красивые слова – так оно и есть. Человек, который имеет смелость не отказаться от своего величия, – настоящий воин. Ему приходится сражаться не просто с сонмом критиков и завистников. Он ведет войну с древним драконом – своим собственным первобытным мозгом. А помимо этого – еще с первобытными мозгами всех окружающих людей. Поистине, нужно иметь великую силу, чтобы преодо-

леть также огромное сопротивление и выйти из битвы с блеском!

– Да вы не только художник, вы еще и поэт! – радостно воскликнул миллиардер и снова пустился в пляс. Экономка, подметавшая листья на веранде, тихо рассмеялась.

– Требуется невероятное мужество… чтобы столкнуться с этим древним ужасом… который… обрушивается на вас… когда вы начинаете идти… по дороге личностного и профессионального роста. – Миллиардер говорил прерывисто, стараясь отдышаться после энергичного танца. – Этот ужас столь велик, что вам порой будет казаться, будто вы умираете. Но, лишь пройдя через этот страх, можно стать легендой… Вы, дети мои, призваны к тому, чтобы стать строителями мира, создателями нового, первооткрывателями иных вселенных. Вы из особой породы людей, которые ежедневно прорываются сквозь свой страх и каждый день отвоевывают по кусочку свободы. За все эти усилия вас ждет фантастическая награда. На этом пути вы получите множество подарков от Вселенной. Но самым большим даром для вас будет обретение себя.

Он сложил руки в молитвенном жесте.

– И, когда вы соединитесь со своим истинным «Я», вам не нужно будет уже никаких подтверждений и доказательств, что вы чего-то стоите. Вы перестанете нуждаться в одобрении со стороны других людей. Ваши ценности кардинально поменяются. Вас больше не будет интересовать тюрьма этого

пластикового мира, в которую заключено большинство людей. Вы выйдете на свободу.

Миллиардер хлопнул в ладоши, и тут же на террасе появился слуга с бутылкой воды. Миллиардер отпил почти половину.

– Но как же вам вырваться из мертвой хватки гаджетов и научиться обходить ловушки, расставленные повсюду этими цифровыми диверсантами? – спросил он, и, не дожидаясь ответа, продолжил: – Есть только один выход: стать членом секретного клуба «Пяти Утра». Вы пока не в силах оценить, какое огромное значение имеет этот час покоя и безмятежности в начале вашего дня. Это способ, при помощи которого все гении мира возвращались к своему истинному «Я» и могли прочувствовать жизнь во всей ее полноте. Этот рассветный час, проведенный наедине с собой, позволит вам обратиться к источнику бесконечной силы. Это бездонный резервуар, из которого вы можете черпать энергию, вдохновение, знания, благословения и добродетели. Все люди, чьи имена неразрывно связаны с прогрессом, имели привычку вставать очень рано.

– А кто были эти люди? – встрепенулась Бизнес-леди. – Вы можете назвать имена?

– Те, кого вы очень хорошо знаете, – улыбнулся Райли. – Например, Джон Гришем, знаменитый романист. А имя Вольфганга Амадея Моцарта вам знакомо? Джорджия О'Кифф, Фрэнк Ллойд Райт и Эрнест Хемингуэй тоже бы-

ли ранними пташками. Что касается последнего, то старина Хэм как-то сказал: «Утро – это время, когда меня никто и ничто не беспокоит, когда мир прохладен и свеж и когда я могу работать в полную силу».

– Я знаю, что Бетховен любил вставать до рассвета, чтобы писать свои симфонии, – заметил Художник.

– Не он один, – кивнул миллиардер. – Все великие люди предпочитали утреннее время. Человеку очень важно оставаться в одиночестве, и нет для этого лучшего времени, чем раннее утро. В тот самый час, когда солнце еще не проснулось, у вас есть шанс умножить свои силы, опыт и влияние. День для этого не подходит. Днем вы окружены людьми, даже если рядом с вами никого нет. Звонит телефон, мессенджеры полны сообщений, информационный шум атакует вас на каждом шагу. Вам не сосредоточиться, потому что каждый миг ваше внимание отвлекается кем-то или чем-то, оно рассеивается. Вы вынуждены делать несколько вещей одновременно, причем многое из того, что вы делаете, вы даже не осознаете. Вам знакомо такое понятие, как «когнитивная пропускная способность»? – спросил он.

Бизнес-леди и Художник отрицательно качнули головами.

– Этот термин предложил принстонский психолог Эльдар Шафир, – сказал миллиардер. – Он открыл, что у человека есть некое окно внимания, сквозь которое одномоментно может пройти только очень небольшая часть информации. Его размер – и есть когнитивная пропускная способность.

Так вот: утро – именно то время, когда наше окно внимания открывается шире всего. Но что самое ценное, утром на нас не обрушивается такое количество информации. Поэтому все наше внимание направлено только на собственный внутренний мир. Это идеальное время для личностного роста. А днем наше окно внимания забивается множеством мельчайших вещей, на которые мы отвлекаемся. Неудивительно, что уже к полудню мы теряем концентрацию, забываем о важных вещах и допускаем ошибки. Софи Лерой, профессор Университета Миннесоты, обнаружила, что люди, которые вынуждены работать в режиме многозадачности, гораздо менее продуктивны, чем те, кто сосредоточен только на одном деле. Выход только один: ранжируйте свои задачи по степени важности и концентрируйте все свое внимание на одном самом важном деле. Иного пути не существует. Хватаясь за все подряд, вы не преуспеете ни в чем.

Магнат повернулся к океану и закрыл глаза, подставив лицо освежающему дуновению бриза. Бизнес-леди и Художник инстинктивно сделали то же самое.

– Альберт Эйнштейн очень тонко выразил эту мысль, – послышался голос Райли. – Он сказал: «Подлинного мастерства достигает лишь тот, кто вложил в свое дело все свои душевные силы». Знаете ли вы, что виртуозные музыканты, гениальные художники, величайшие поэты и самые передовые ученые следуют этому правилу? Они тщательно охраняют свое окно внимания от проникновения любой посторонней

информации. Они понимают, что их когнитивная пропускная способность ограничена. Это значит, что ничто лишнее не должно проникнуть внутрь их сознания. Только строгий контроль над своим вниманием может привести к виртуозному владению своей профессией. Это становится особенно важно, когда человек получает первые плоды своих усилий – у него сразу же появляется масса соблазнительных возможностей. Многие не выдерживают и поддаются соблазну, не осознавая, какую опасность таит отвлечение на посторонние дела. До уровня гения доходят лишь те, кто соблюдает железную дисциплину и, невзирая на соблазны, которые дает слава, продолжает концентрироваться на своем главном деле. Людей, которые достигают этого уровня, – единицы. Спросите себя: что для вас важнее – создать один-единственный шедевр, который переживет века, или реализовать тысячи посредственных проектов, не интересных никому, включая и вас самих? Это очень серьезный выбор. И каждый должен сделать его для себя.

Мистер Райли посмотрел на собеседников строгим проницательным взглядом.

– Пять утра – час вашей победы. Это 95 % вашего успеха, вашей продуктивности, вашего величия. Не упустите их. Предрассветное время дает вам возможность совершить квантовый скачок в своей эффективности и личном мастерстве. Между прочим, – прибавил он с хитрецой, – у меня для вас есть один сюрприз. Но прежде я хочу рассказать вам о

концепции транзиентной гипофронтальности.

– Снова что-то из области неврологии? – с улыбкой спросил Художник.

Миллиардер спустился с террасы и подошел к высокой пальме, толстенный ствол которой указывал на огромный возраст дерева. Художник и Бизнес-леди без звука последовали за ним. Под пальмой стоял небольшой столик с круглой столешницей из мастерски обработанного дерева. Миллиардер откашлялся и продолжал:

– В нашем мозге есть область, которая называется префронтальной корой. Она отвечает за рациональное мышление, то есть за нашу реакцию на те или иные раздражители. Здесь также рождается тревога, из-за чего в организме начинает вырабатываться гормон стресса – кортизол. Причины тому могут быть разные: страх, какое-то известие, любое событие, требующее от мозга определенной реакции, или же ваши собственные мысли. Любопытно, не правда ли? Вы сами заставляете эту область мозга выделять гормон тревоги и страха, когда думаете о вещах, которые с большой вероятностью никогда не произойдут.

Так вот. Говоря иначе, префронтальная кора оставляет «включенным» ваше сознание и заставляет его неустанно работать, направляя его на защиту вас от раздражителей.

Но, когда вы встаете утром до рассвета, и проводите время в одиночестве, тишине и неподвижности, внешние раздражители полностью отсутствуют и префронтальная кора как

бы «ставит работу на паузу» – это и называется транзиентной гипофронтальностью (временной «остановкой»). И тогда мозг начинает вырабатывать дофамин – особый гормон, который вдохновляет вас на свершения. А с ним появляется и вечный его спутник – серотонин, или «гормон счастья». Одним словом, мозг испытывает блаженство, и излучаемые им обычно (при повседневной работе) бета-волны сменяются альфа-волнами (в медитативном состоянии), а иногда и тета-волнами (при полном погружении в себя, в свой внутренний мир). И тогда вы входите в состояние вселенского потока, о котором я рассказывал на одной из наших утренних бесед. А теперь посмотрите сюда. – Райли махнул левой рукой, указывая на схему на столе.

– Состояние вселенского потока – это вершина мозговой деятельности, – сказал он с восторгом. – В этом состоянии живут все исключительные личности: виртуозные скрипачи, олимпийские чемпионы, элитные повара, блестящие ученые, суперуспешные предприниматели и гениальные политики. Вселенский поток – это царство чистого гения. И дорога туда начинается с одного-единственного часа перед рассветом. В каждом человеческом мозге запрограммирована способность к гениальности. Любой, кто использует свое утреннее время для осознания самого себя, может войти в этот поток. Отличная новость для двух путников, запутавшихся в ловушках современного мира!

# СЕКРЕТ УТРЕННЕГО ГЕНИЯ:
## ТРАНЗИЕНТНАЯ ГИПОФРОНТАЛЬНОСТЬ

Он посмотрел на них с игривой улыбкой.

– Об этом стоит подумать, – медленно произнесла Бизнес-леди, нащупывая телефон в кармане шорт.

– Если бы люди узнали об этом, мир мог бы стать по-настоящему прекрасным! – воскликнул Художник.

– Концепцию транзиентной гипофронтальности нужно включить в учебный план образовательных учреждений, – кивнула Бизнес-леди.

– Я с вами абсолютно согласен, – сказал миллиардер. – Но хочу заметить, что одного этого знания недостаточно. Видите ли, продуктивность и мастерство – это еще не все. Заклинатель, у которого я имел честь учиться и которого я считаю лучшим из людей, уверен, что гениальность без целостности не стоит ничего. Величие, лишенное сострадания, не имеет никакого смысла. Даже если бы каждый человек на планете был знаком с этой моделью, мир вряд ли бы стал прекрасным. Экстраординарные способности требуют экстраординарной нравственности. Сила требует осторожного обращения.

**Третий секрет Вершителей Истории.**
**Личная практика Мастерства**

Миллиардер попрощался со своими учениками, велев им через полчаса подойти ко входу в дом, где открывался восхитительный вид на океан. Когда все собрались, их уже ждал

роскошный черный внедорожник. Утреннее солнце играло на никелированных деталях его отделки. Райли занял место рядом с водителем, Бизнес-леди и Художник устроились сзади.

– Куда мы направляемся? – спросила Бизнес-леди.

– Туда, где я смогу выполнить свое обещание, – засмеялся Райли. – Помните, на конференции я пообещал вам купание с дельфинами, если вы все-таки соберетесь на Маврикий? И вот вы здесь – значит, должны быть и дельфины. Мы едем на западное побережье острова, в маленькую рыбацкую деревушку Флик-ан-Флак. Там нас ждут два очень интересных парня. У них особых нюх на дельфинов. Приготовьтесь к новым ощущениям, друзья мои. Это будет незабываемо.

Внедорожник поднялся на взгорье, спустился в долину, проехал через очаровательный городок с миниатюрными домиками и выехал на идеально гладкое шоссе. Миллиардер как будто забыл о своих спутниках. Он непринужденно болтал с водителем, расспрашивал того о семье, о детях, о любимых занятиях и планах на будущее. Художник был поражен тому, как Райли вел беседу. Он задавал вопрос, затем откидывался назад и внимательно слушал, что говорил водитель. Иногда магнат делал замечания, из которых было ясно, что ни одна мельчайшая деталь рассказа не ускользнула от его внимания. «Это человек с огромным сердцем, он действительно любит и понимает людей», – подумалось Художнику.

Наконец машина выехала на побережье. Место, куда они

прибыли, было поистине прекрасно. Синева океана обрамлялась широкой полосой песчаного пляжа. По берегу было разбросано несколько белых коттеджей с деревянными крышами. Из рыбного ресторана доносились соблазнительные запахи. На водной глади у причала качались десятки старых лодок. Послышался крик петуха, приветствующего новый день. Над всем этим живописным великолепием раскинулась огромная двойная радуга.

Машина остановилась у причала. Райли вышел из машины первым – и тут же ему навстречу кинулись два молодых рыбака. Миллиардер представил им своих друзей, и все вместе они сели в небольшой катер. Один из рыбаков устроился у руля и вывел лодку в море.

Художник и Бизнес-леди сидели рядом и завороженно смотрели на синь безбрежного Индийского океана. Лодка направлялась к горизонту, где, как утверждали рыбаки, в это время встречаются стаи дельфинов. Из старенького плеера доносилась песня ямайского певца Шэгги, который пел о силе женского очарования. Время от времени из-под лодки вырывался фонтан соленых брызг, что вызывало особый восторг у Бизнес-леди и Художника. Они чувствовали себя, словно дети, танцующие в лужах после дождя.

Спустя полчаса рыбакам наконец удалось рассмотреть темные спинки дельфинов. Рулевой приглушил мотор и тихим ходом направил катер к небольшой бухточке, окруженной высокими скалами. Миллиардер взглянул в бинокль и

удивленно присвистнул. Бухта буквально кишела дельфинами! Заметив приближение катера, эти удивительные существа не испугались, а будто обрадовались. Бизнес-леди показалось, что они настроены игриво и ждут людей, чтобы вместе насладиться плаванием в теплом океане.

Миллиардер скинул одежду, надел водолазную маску и ловко прыгнул с кормы.

– За мной, друзья! – крикнул он, отплевываясь.

Бизнес-леди последовала за ним. Она ужасно волновалась – хотя под маской это было трудно заметить. Тем не менее глаза ее горели, а сердце бешено колотилось. Она с удивлением поняла, что с юности не испытывала ничего подобного.

Художник, поколебавшись, натянул маску и неловко перевалился за борт. Вслед за ним в воду прыгнул один из молодых рыбаков. Дельфины мгновенно окружили искателей приключений, словно приглашая их к игре. Миллиардер сразу же принял это приглашение: он то нырял, то выпрыгивал из воды, то покачивал головой, подражая движениям рыб. Художник, смеясь, пытался повторять за ним. Бизнес-леди просто плавала рядом, изредка касаясь гладких черных спин. Было видно, что дельфины уделяют ей больше внимания, чем мужчинам. Она была счастлива.

Все это длилось не более четверти часа. Но это было так чудесно!

Художник первым забрался в лодку, чтобы протянуть руку Бизнес-леди и помочь ей подняться. Ступив на борт, она

поскользнулась и едва не упала. Художник крепко сжал ее в объятиях и – не удержался от поцелуя.

– Невероятно, – выдохнул он, оторвавшись от ее губ.

– Абсолютно невероятно, – тихо согласилась она.

Сзади раздался громкий хохот миллиардера.

– Это было потрясающе! – громыхнул он. – Фантастически, ошеломляюще, прекрасно!

Когда они вернулись в гавань, было около полудня. Несмотря на жаркий час, на небе все еще сияла двойная радуга. Миллиардер и его спутники устроились на груде камней, внутри которых чернел круг от костра (видимо, местные жители использовали это место для барбекю).

Райли воздел руки к небесам, словно хотел призвать неведомые высшие силы. В ответ на его неслышный зов в небе появились четыре белых голубя. Откуда-то прилетела стайка розово-желтых бабочек.

– Отлично, – объявил магнат, повернувшись к своим спутникам, и разразился хриплым кашлем. Затем извлек из дорожной сумки листок с «Четырьмя секретами Вершителей Истории».

– Посмотрите сюда, – Райли ткнул в третий сектор диаграммы, где было написано: «Личная практика Мастерства».

– Смотрим. И что? – непонимающе спросил Художник. Он обнимал Бизнес-леди. Девушка слегка подрагивала, будто ее бил озноб.

– Сосредоточьтесь, – приказал миллиардер. – Вспомните

кредо спартанцев: «Лучше вспотеть на тренировке, чем пролить кровь на войне»! Не этому ли вас учил заклинатель? Я понимаю, вы отвлеклись. Но позвольте вам напомнить, что ваша личная результативность напрямую зависит от качества вашей ежедневной работы. Вы должны постоянно тренировать свой ум и концентрировать внимание. Сражения не выигрываются просто так. Это всегда результат интенсивного ежедневного труда. Победа не бывает случайной. Победитель определен еще до того, как воины выйдут на поле битвы. Триумфатор готовится к победе заранее. Итак, если вы хотите достичь совершенства в чем бы то ни было – в спорте, бизнесе, искусстве – вам нужно практиковаться, практиковаться и еще раз практиковаться. Да, это занимает огромное количество времени и сил. Но совершенство стоит того.

Миллиардер говорил напористо, словно хотел, чтобы его слова раз и навсегда отпечатались в сознании его учеников.

– Я десять лет учился у выдающегося психолога из университета Флориды Андерса Эрикссона, – продолжал Райли, – у того самого, что открыл секрет мастерства. Оказывается, чтобы овладеть каким-то навыком в совершенстве, нужно упражняться в этом ремесле два часа и сорок четыре минуты ежедневно. Это минимум, необходимый для того, чтобы у вас появился шанс развить свои способности до такой степени, чтобы приблизиться к порогу гениальности.

– И как долго надо упражняться? – спросила Бизнес-леди. Она уже высвободилась из объятий Художника и теперь

жадно ловила каждое слово миллиардера.

– Чтобы достичь в своем ремесле уровня, который называют «мировым», – ответил Райли, – нужно не менее десяти тысяч часов тренировок. Вот и считайте. Это не так много, но и не так мало. Для этого нужны терпение и мотивация. Большинство людей не имеют ни того, ни другого. Но поверьте, десять тысяч часов – это ничтожная цена за освобождение своего истинного «Я». Вы отдаете свое время и силы, но получаете мудрость, творчество, храбрость, любовь, а самое главное – внутреннюю гармонию. Вы совершенствуете не только какой-то определенный навык. Вы совершенствуете всю свою жизнь. Итак, я предлагаю каждому из вас ежедневно практиковаться по два часа сорок четыре минуты. В любом выбранном деле. И я гарантирую вам, что по истечении определенного срока вы достигнете такого уровня мастерства, которым обладают лишь несколько человек во всем мире! Это самый невероятный подарок, который вы можете сделать сами себе.

– Честно говоря, я всегда скептически относилась к разговорам о личностном росте и самосовершенствовании, – сказала Бизнес-леди. – До тех пор, пока не побывала на конференции Заклинателя.

– Серьезно? – ухмыльнулся миллиардер. – А вы когда-нибудь пытались достичь совершенства? Я имею в виду не разовые попытки, а регулярную практику в течение более или менее длительного времени?

Он задрал голову и взглянул прямо на солнце.

Над его головой пролетел еще один ослепительно белый голубь.

– Ну… вообще-то, нет, – призналась Бизнес-леди. Она выглядела смущенной. – То есть попытки были, но так, чтобы регулярно и длительно… Нет, так не пробовала.

– Великолепно! – зааплодировал миллиардер. – Благодарю за честность. Но давайте продолжим. Всего лишь один час в промежутке от пяти до шести утра дает вам ключ к тому, что Заклинатель называет «Четыре внутренних царства». Вот теперь я попрошу вас быть очень внимательными, поскольку сейчас я начинаю говорить о вещах, требующих весьма тщательной работы над собой. Четыре внутренних царства – это четыре поля битвы в вашей душе. Пройти через них – значит пережить настоящую трансформацию. Я помогу вам на этом пути, но предупреждаю сразу: будет нелегко.

– О чем вы говорите? – удивилась Бизнес-леди.

Художник нахмурился. Его дреды были все еще мокрыми от воды. Где-то пропел петух.

– Я говорю о том, что, прежде чем идти покорять внешний мир, нужно покорить свои собственные внутренние пространства, – строго сказал миллиардер. – Четыре царства вашей души нуждаются в совершенствовании. Это тяжелая работа, и она под силу только бесстрашным людям. Слушайте меня внимательно, котятки, сейчас я открою вам вели-

чайшую тайну во Вселенной. То, как вы проявляете себя во внешнем мире, является прямым отражением того, что живет в вашей душе. Если вы станете подлинным властелином четырех внутренних царств, если внутри себя обретете славу, благородство, силу и красоту – все это будет явлено в реальности. Это потрясающая тайна, истина всех истин, начало всех начал, глубина всех глубин. Лишь единицы могут постичь ее. Те, кто барахтается на поверхности, подобны роботам, которым никогда не понять, что такое настоящая жизнь. Нельзя строить свое благополучие, опираясь лишь на внешние проявления. То, что внутри – то и снаружи, запомните это. Ваше творчество, ваша продуктивность, ваша способность преображать этот мир напрямую зависят от того, как устроены ваши внутренние царства. Например, если вы не достигли успеха внутри себя – вам никогда не достичь его во внешнем мире. Если вы считаете, что не заслуживаете изобилия, то не получите и силу для того, чтобы Вселенная излила на вас свою благодать. И если ваша вера в собственный гений слаба или мертва, то огню вашей души никогда не разгореться в пламя, в котором будет выковано ваше мастерство. Чтобы стать царем во внешнем мире, нужно сначала завоевать внутренние царства.

Райли взял бутылку с неизвестной жидкостью, которую принес ему один из рыбаков. Пока он пил, Художник и Бизнес-леди смогли прочитать надпись, выдавленную на зеленом стекле.

Душа человека – поле битвы, где дьявол борется с Богом.

*Махатма Ганди*

– По мере того как будет расти ваша личная сила, – сказал миллиардер, утолив жажду, – с ваших глаз будет спадать одна пелена за другой. Вы начнете видеть мир таким, каков он есть на самом деле. Каждый день будет приносить новое открытие. Вы поймете, что вокруг полно чудесных возможностей. Ежеминутно Вселенная будет рассыпать перед вами роскошные дары. Вы будете удивлены тому, что не видели этого раньше. Но еще больше вас будет поражать то, что остальные люди ведут себя как слепые, проходя мимо дивных вещей и потрясающих событий, которые случаются на каждом шагу. И вы наконец-то поймете, что величие – это не гигантская власть, сосредоточенная в одних руках. Это игра свободной души.

Он поднял с песка ветку и стал чертить на песке нечто, напоминающее поле для игры в классики. Когда он закончил, Художник и Бизнес-леди увидели, что это еще одна обучающая схема.

– А теперь, котятки, я хочу, чтобы вы поняли, как нужно использовать ваш предрассветный час наедине с собой таким образом, чтобы он стал Часом Победы, – наставительно произнес магнат. – Я обучу вас одной утренней практике, которую вы должны начать уже выполнять уже следующим утром. Она тесно связана с формулой «20/20/20». Итак,

как я уже сказал, пространство нашей души вмещает в себя четыре внутренних царства. И, чтобы достичь величия во внешнем мире, вы должны сначала стать царем в каждом из этих царств. Что же это за царства? Царство Мысли, Царство Сердца, Царство Здоровья и Царство Духа. У этих царств есть четыре войска; все вместе они составляют несокрушимую армию – вашу личную Силу. Эта армия находится в полной боевой готовности и ждет лишь приказаний своего полководца. Большинство людей отказались от поддержки этой грозной силы, отреклись от великой роли главнокомандующего своей судьбы. Они предпочитают проводить свои дни в погоне за иллюзорным счастьем, которое, как они полагают, находится где-то вовне. Но, несмотря на это, внутренняя армия продолжает ждать своего командира. Личная сила никуда не пропадает – нужно лишь обнаружить ее и подчинить себе. Лучшее время для этого – шестьдесят минут с пяти до шести утра.

– А можно вопрос? – несколько кокетливо спросила Бизнес-леди. – В вашем клубе «Пяти Утра» царит такая же строгая дисциплина, как в армии?

Вдали заиграла музыка: это открылся рыбный ресторанчик. Итальянский рокер Зуккеро пел свою легендарную песню «Оччи». Мимо протрусил старый пес. Жизнь шла своим чередом, и на фоне этой мирной картины рассуждения о величии показались бы случайному путнику довольно странными.

– Никаких правил нет, – пожал плечами миллиардер. – Вы вольны делать все, что считаете нужным. Я лишь делюсь с вами знанием, которое открыл мне Заклинатель. Благодаря этому знанию я достиг богатства и влияния. Я не стремился к ним – это были «побочные эффекты» того образа жизни, который я начал вести благодаря Заклинателю. Самое главное, что я обрел, – свобода и непревзойденное чувство радости, которое меня не покидает. В моей душе царит мир, и именно это я считаю величайшим обретением. Распоряжайтесь этим знанием по собственному усмотрению. Можете использовать его полностью, можете – частично. Но помните: за неполный рабочий день обычно платят неполную зарплату, и…

Умолкнув на полуслове, миллиардер вдруг бросился ловить муху, которая досаждала ему все это время.

– Можете ли вы рассказать нам чуть больше про четыре внутренних царства? – попросила Бизнес-леди. – Мне кажется, если я обрету власть над ними, то мне не будут страшны

инвесторы. Я хочу вернуть себе ощущение счастья и уверенности в себе. Мне кажется, путь к этому лежит через внутренние царства. – Она шумно вздохнула. – Я многое поняла за эти дни. Думаю, вы видели, что сначала я не очень-то верила всем этим рассказам о Заклинателе. И мне даже не хотелось идти на его семинар. Но видимо, что-то в моей душе откликнулось на этот зов. Теперь мое сердце открыто. Я готова следовать вашему учению. Я буду учиться до конца жизни.

– Дай свою руку, – сказал Художник. Она протянула ладонь, и он положил на нее небольшую перламутровую раковину в форме сердца. Она сжала ладонь и прижала руку к сердцу.

– Я замечаю, как растет моя душа, – вновь заговорила Бизнес-леди. – Когда я открываю глаза в пять утра, я чувствую легкость и энергию. Я собрана, но не напряжена. Наконец-то я вижу, что передо мной простирается море возможностей, одна лучше другой. Я испытываю настоящую благодарность за все, что есть в моей жизни. Я больше не тревожусь за свою компанию. Я не боюсь будущего. Хотя я отдаю себе отчет в том, что инвесторы – настоящие бандиты, и у меня пока нет идей, каким образом я могу с ними справиться. Тем не менее я уверена, что решение найдется. Я твердо это знаю, потому что у меня больше нет страха. Меня покинуло чувство безнадежности и отчаяния, которое преследовало меня последние несколько месяцев.

– Зашибись! – присвистнул миллиардер. Бизнес-леди вздрогнула: она никак не могла привыкнуть к хипстерскому сленгу, который время от времени нарушал стройную речь миллиардера.

Райли, ничуть не смущаясь, снял промокшую футболку и кинул ее прямо на песок. Послышался звук приближающегося автомобиля. Их джип подъехал прямо ко входу в ресторан.

– Вы обретаете мудрость, – уважительно сказал миллиардер. – Но помните, что знание само по себе не прибавит вам сил. Только ежедневная практика и применение принципов клуба «Пяти Утра» помогут вам овладеть четырьмя внутренними царствами. Но вы уже отпускаете свое прошлое, с чем я и спешу вас поздравить. А что до вашей проблемы… видите ли, никто не заставляет вас принимать решение прямо сейчас. Действуйте лишь тогда, когда почувствуете, что точно знаете, как поступить. Наше прошлое – прекрасный учебный класс. Но это не дом, в котором можно жить.

Попрощавшись с рыбаками, все трое сели в джип. Машина мягко тронулась, и миллиардер, сидевший на переднем сидении, вернулся к теме калибровки внимания.

– Многие гуру, лайф-коучи и тренеры личностного роста говорят об установках мышления. – Негромкий голос миллиардера едва перекрывал шум мотора. – Гарвардский психолог Эллен Лангер называет это «психологией возможности». Суть в том, чтобы настроить свои мысли на позитив-

ный лад и относиться ко всему с оптимизмом. Сейчас уже ни у кого нет сомнений, что мышление формирует реальность. Совершенствуя свой внутренний мир, вы совершенствуете всю свою жизнь. Мы говорили о калибровке навыков, но не меньшее значение имеет и калибровка ваших мыслей. Это важный шаг к личному мастерству. Шаг, который может сделать вас легендой.

Двигатель рявкнул на крутом подъеме, и Райли замолчал. Когда джип поднялся на плато, он продолжил:

– Несмотря на то что психологи, коучи, персональные консультанты и видные лидеры говорят об этом во весь голос, мало кто прислушивается к ним, – с горечью сказал Райли. – Заклинатель учил: первое, что вы должны сделать для завоевания ваших внутренних царств, – изменить мышление. Умственный настрой – это 25 % успеха.

– Так это правда? – удивился художник. – Я постоянно слышу: «Изменитесь сами – и вы измените мир», «Настройся на позитив», «Думай оптимистично». Но мне всегда с трудом в это верилось.

– А зря, – усмехнулся миллиардер. – Большинство людей даже не догадываются, что их поступками управляют мысли. Причем не те мысли, которые осознаются, а те, что скрываются глубоко в подсознании. Я в этом убедился на собственном опыте. Видите ли, ваше восприятие мира заставляет вас делать определенный выбор и действовать определенным образом. Все логично.

– Почему же тогда правильные мысли – только 25 % успеха? – поинтересовалась Бизнес-леди.

– Потому что человек с идеально вышколенными мыслями, но холодным сердцем не может достичь подлинного величия, – ответил Райли. – Работа над мышлением – важная ступень, но гений не может быть бессердечен.

– Я понял! – Художник со смехом хлопнул себя по лбу. – Это как сказал Чарльз Буковски: «Перестань прочищать голову – очисти для начала свое сердце».

– Он был прав, черт возьми! – рассмеялся миллиардер.

– Я так понимаю, сейчас мы перешли к Царству Сердца. – сказала Бизнес-леди.

Машина медленно проехала мимо группки играющих детей. При взгляде на них Бизнес-леди в мыслях на мгновение окунулась в свое детство, и что-то сжалось у нее внутри.

– Царство Сердца – место, где живут чувства, – ответил миллиардер. – Чувства не менее важны, чем мысли. Что толку, если ваше мышление будет настроено должным образом, если сердце будет охвачено гневом, печалью, обидой и страхом? Просто представьте себе: мыслями вы настроены на работу, но душа отравлена страхом неудачи и разочарования. Сможете ли вы достичь нужного результата в этом случае? Я отвечаю: нет! – эмоционально воскликнул Райли. – Я ведь недаром говорил о том, что со всех сторон мы слышим об установках мышления. Но мало кто из даже очень уважаемых коучей вспоминает о том, что чувства тоже нуждаются

в правильном настрое. Царство Сердца и Царство Мысли – две важнейших области человеческого существа. Они, как и Царства Здоровья и Царство Духа, должны быть очищены от всякого ментального и эмоционального сора. И поможет вам в этом только утренняя практика. Чем больше вы будете погружаться в эти четыре царства, тем шире перед вами будет открываться вселенная, которая находится у вас внутри. Вы поймете, что на самом деле являетесь духовным существом с бесконечной силой. Поднимаясь на ступень за ступенью, вы войдете в обитель гениев, виртуозов и мастеров. Вы достигнете всего, о чем мечтали, и даже больше. То, что раньше казалось неподъемным, будет даваться так легко, словно вы стали обладателем некой волшебной палочки. Но этого мало: кроме того, что вы откроете личную силу, вы сможете открывать эту силу в других людях. Нескончаемые чудеса будут литься на вас как из рога изобилия. Но самым великим даром будет всеобъемлющая радость, которую вы получите в награду за то, что ваш гений будет давать миру и людям.

Не в силах усидеть на месте, Райли открыл окно и на полном ходу высунул голову из машины. В салон ворвалась волна освежающего ветра. Подставляя голову встречному потоку воздуха, миллиардер издавал восторженные звуки. Длилось это около пяти минут, затем Райли уселся обратно.

– Главная проблема людей не в том, что они не знают, что нужно делать. – Голос миллиардера был слегка охрипшим. – Все слышали о том, что надо очищать свой разум. Но даже

у тех немногих, кто честно пытается это делать, ничего не выходит. Все потому, что они совсем забывают о своей эмоциональной сфере. Очень важно понять, что чувства никуда не деваются. Те, кого вы не простили в прошлом, на кого вы гневались или обижались, остаются с вами навсегда. Подавить негативное чувство вовсе не означает избавиться от него. Фрейд писал, что нереализованные эмоции не умирают. Заживо похороненные в глубинах подсознания, они, подобно ходячим мертвецам, появляются в самый неподходящий момент и проявляются самым уродливым образом. Стоит ли удивляться, что позитивное мышление не работает!

Райли перевел дух.

– Зайдите в любой книжный магазин – вы найдете целый отдел книг по личностному росту и самосовершенствованию, – насмешливо сказал он. – Но я хочу спросить: если так много книг учит, как быть счастливым, почему в мире так мало счастливых людей? Неужели они не умеют читать? Ответ в том, что одних знаний мало. Интеллект, даже отлично выдрессированный, не принесет вам счастья. Получая информацию на уровне мысли, мы забываем о том, что в первую очередь мы должны исцелить наше сердце. Вот почему самые прекрасные намерения саботируются, а самые высокие устремления приводят к разочарованиям.

Он шумно вздохнул и опустил голову. Некоторое время в салоне, кроме шума мотора и свиста встречного ветра, ни-

чего не было слышно.

– Так, если вы действительно хотите дорасти до уровня гения и обрести сознание лидера, вам нужно в первую очередь очистить свое сердце. Вы должны исцелить все ваши прошлые боли, простить всех обидчиков, избавиться от всех ядовитых эмоций. Только с освобожденным, очищенным и исцеленным сердцем можно войти в сияние благородной славы гения.

– Звучит потрясающе… Но я сомневаюсь, что у меня получится, – призналась Бизнес-леди. – Разве можно достичь таких вершин всего лишь за час в сутки, даже если этот час – с пяти до шести утра?

– Можно, – твердо сказал миллиардер. – Час – это очень много. Друзья мои, я вижу, как вы постепенно открываетесь навстречу знанию, которое приведет вас к вашему истинному «Я». Очень скоро мы будем практиковать чудодейственную формулу «20/20/20». С той самой минуты, как я повстречал вас, я знаю, что ваша жизнь уже никогда не будет прежней. Формула «20/20/20» – это захватывающая игра, в которой главный приз – абсолютное изменение сознания. Но к этому вы будете идти постепенно. Пока что просто примите тот факт, что отличный интеллект с обиженным сердцем – это главная причина, почему люди так и не достигают подлинного величия.

На горном повороте машину слегка занесло. Бизнес-леди испуганно охнула.

– Еще хочу сказать, – добавил миллиардер, – что устранение негативных эмоций – только часть работы. Важно не только избавляться от обид, разочарований и страхов, но и раздувать искру радости и счастья. В этом вам поможет практика благодарности, которую нужно обязательно выполнять в ваш утренний час наедине с собой. Благодарность – это начало радости.

– Удивительно, – произнес Художник. – Ваши слова проникают в самое сердце… Я чувствую, как во мне совершается внутренняя революция.

– Да, это так, – кивнул миллиардер. – Это действительно революция, потому что меняется сам уклад вашей жизни, настрой вашего внутреннего существа. Заклинатель учил меня прежде всего работать с моим собственным сердцем. Но и сердце, с его огромной важностью, не приведет вас к полной и окончательной победе. Завоевать Царство Мышления и Царство Сердца – это только половина пути. Не меньшую важность имеет и Царство Здоровья – и ему вы тоже должны уделять внимание в ваших утренних практиках.

– Царство Здоровья! – воскликнула Бизнес-леди. – А мне нравится этот образ!

– Да, он говорит о том, что нам понятно и близко – о нашем физическом теле, – согласился миллиардер и снова высунулся в окно. В этот раз ему хотелось насладиться видом одной из роскошных чайных плантаций, которыми так славится Маврикий.

Его спутники тоже прильнули к окнам: вид был и в самом деле захватывающий.

– Человек действительно может все, – сказал миллиардер, вернувшись к собеседникам. – Но каждый из нас очень ограничен во времени. Вот почему так важен вопрос здоровья и долголетия. Хотите я дам вам самый простой рецепт, как достичь совершенства? – внезапно спросил он.

– Да! – в один голос воскликнули Художник и Бизнес-леди.

– Не умирайте! – захохотал миллиардер. – Человек не может стать великим лишь в одном случае: если он мертв.

Довольный своей шуткой, Райли захлопал в ладоши. Художник и Бизнес-леди переглянулись.

– Тем не менее я говорю абсолютно серьезно, – сказал магнат, отсмеявшись. – Мастерство требует, во-первых, времени, а во-вторых, больших физических сил. Представьте себе, что вы проживете еще несколько десятилетий и при этом не будете ни болеть, ни слабеть. Несколько десятков лет для совершенствования своего ремесла, для личностного роста, для работы, в которую можно вложить весь талант, весь пыл своей души! Эти годы – бесценный дар, потому что они позволят вам оставить наследие, которое обогатит все человечество. Настоящий лидер понимает, что вопрос его победы – это вопрос жизненной силы. Вы можете либо терять эту силу из-за старения и увядания, либо умножать ее с помощью ежедневных утренних практик. Повторяю еще и

еще раз: творческий, полноценно прожитый день начинается с утренней практики. Творческая, полноценно прожитая жизнь складывается именно из таких дней. Если ваше Царство Здоровья будет процветающим, то и мозг, и сердце будут работать в полную силу. Более того: наладятся все ваши земные дела. Когда я серьезно занялся здоровьем, мой бизнес пошел в гору.

Миллиардер замолчал. Он сложил руки, соединив ладони в жест «Намасте», означающем «Я склоняюсь перед Божеством, скрытым в тебе» – как это принято в Индии при приветствии.

– Здоровое физическое тело – необходимое условие душевного равновесия. – Голос его снова звучал твердо и уверенно. – Я знаю, друзья мои, что внутри каждого из нас есть источник незапятнанного Духа. Это наше истинное «Я», голос души, который почти не различим в шуме внешнего мира. Человечество с первых дней своей истории пренебрегает той частью себя, которая наиболее мудра, прекрасна и совершенна. Поколения несчастных людей приходят и уходят, оставляя после себя новые поколения, которые с самого рождения запрограммированы на успех лишь во внешнем мире. Общество потребления сегодня вышло на новый уровень: теперь мы не только гоняемся за товарами, но и сами стали товаром. Что такое «лайки» в интернете, как не социальная валюта, которая показывает нашу мнимую стоимость? Но человек не может быть товаром. Он – Царь Вселенной,

Царь собственной души. И единственный путь доказать право на это царство – ежедневно связываться со своим истинным «Я», слушать голос своей души.

– Скажите, мистер Райли. – Бизнес-леди воспользовалась небольшой паузой между репликами, чтобы задать вопрос. – Что такое Царство Духа? Если с первыми тремя царствами все более или менее ясно, то что вы называете Духом?

Миллиардер взглянул в зеркало заднего вида и увидел ее отражение. Глаза их встретились. Он с удовлетворением отметил, что молодая женщина с момента их первой встречи сильно изменилась. Она казалась более свободной, сильной и настоящей.

– Мне это тоже не совсем понятно, – подал голос Художник.

Дорога петляла: перед ними то простирались зеленые луга, то открывался вид на океан. До виллы магната оставалось совсем немного.

– Знаете, мне очень нравится строка из стихотворения Кристофера Марло, предшественника Шекспира, – вместо ответа сказал миллиардер. – «Нет красоты без странности пропорций».

Джип въехал на гравийную дорожку перед домом и мягко затормозил. Выйдя из автомобиля, Райли первым делом помахал рукой садовнику, поливавшему розы.

– И он был прав! – воскликнул магнат, разминая затекшие ноги. – Чтобы понять четвертое внутреннее царство, кото-

рое Заклинатель именует Духом, вам нужно понять, что собой представляют первые три царства. Мысль – это все о вашем интеллекте. Сердце – это ваша эмоциональность, сфера чувств. Здоровье относится к физическому телу. Ну а Царство Духа – это ваша духовность. Только не вздумайте путать ее с религиозностью! Духовность не имеет ничего общего с обрядами, ритуалами и молитвами.

– Стало еще непонятнее. – Бизнес-леди покачала головой. – Я всегда думала, что духовность – это про религию. У меня в голове все спуталось.

– Распутывать мысли – это работа Заклинателя, а не моя, – улыбнулся Райли. – Я могу всего лишь направить вас по пути духовности. Впрочем, чтобы это слово не слишком вас пугало, давайте пока не будем его говорить. Все, что вам нужно сейчас – это научиться проводить один час наедине с собой. Когда вы начнете вслушиваться в тишину раннего утра, то сами поймете, что такое Царство Духа. Вы найдете внутри себя мужество, убежденность и сострадание. Вы воспарите в небеса своего сердца и встретите там ангелов, которые воспевают нетленное божество вашего истинного «Я»… Вы окажетесь в стране своей собственной мудрости и величия. Стать владыкой Царства Духа – значит понять, кто вы на самом деле. Мудрецы, святые и духовидцы всех времен поднимались до рассвета, чтобы упрочить духовные узы со своей подлинной сущностью. Но эта Сущность есть у каждого из нас. Это – основа нашей жизни, наше божественное при-

звание, это – мы сами… Отчего люди испытывают сомнения, неуверенность, страх? Отчего они ведут себя так эгоистично и неразумно? Оттого, что отошли от своей истинной природы. Человечество давно уже не находится в своем естественном состоянии. Ребенок, входя в этот мир, сразу же получает порцию яда, который отравляет его душу и предопределяет всю его дальнейшую судьбу. Отравленному миру не нужны здоровые люди. Вместо того чтобы созидать, открывать и помогать, люди приобретают, копят и бесконечно сравнивают себя с другими. Те, кто встает до рассвета и соединяется с собственной душой, освобождаются от ложных программ и входят в святилище тишины и покоя. Вот что я порекомендую вам, друзья мои, – ласково сказал миллиардер. – Проснувшись завтра в пять утра, поразмышляйте о том, каким человеком вы хотите быть сегодня. Это чудесная медитация: представлять идеальный образ себя, который вас полностью устраивает. Чтобы увидеть этот образ, нужно подумать о мимолетности жизни и внезапности смерти. Если бы предстоящий день был последним днем вашей жизни, как бы вы себя вели? Какие дары вы хотели бы получить? Как бы вы проявили свои лучшие качества? Как бы вы смогли преобразовать этот мир? Такая медитация – лучший способ войти в свое внутреннее Царство Духа.

Миллиардер опустил голову. Когда он поднял ее вновь, Художник и Бизнес-леди увидели, что глаза его полны слез.

– Помните, друзья мои. – Его мягкий голос слегка дро-

жал. – В душе каждого из вас живет любящий, понимающий, всепрощающий и всемогущий Бог. Я знаю, что некоторым людям эта мысль покажется кощунственной. Но это истина. Утренний час, с пяти до шести, нужен для того, чтобы осознать эту истину и войти в контакт с этой лучшей частью себя. Вы должны подружиться с этим божеством – лишь тогда вы сможете стать настоящим человеком.

– Кажется, я начинаю понимать, – медленно произнесла Бизнес-леди. – Похоже, это тесно связано с Трехшаговой формулой успеха. Если утром я думаю об идеальной версии себя и в течение дня пытаюсь соответствовать этому образу, то я делаю лучший выбор и получаю лучшие результаты. Ведь так?

– Браво! – зааплодировал миллиардер. – Все так и есть! Однако. – В его голосе послышалась мольба. – Не поддавайтесь искушению вернуться к поверхностному отношению. Кстати… У меня тут кое-что есть.

Он вытащил из переднего кармана миниатюрную записную книжечку и прочитал:

> Человек будет тем счастливее, чем яснее он поймет, что его призвание состоит не в том, чтобы принимать услуги от других людей, но в том, чтобы прислуживать другим и предоставить свою жизнь в распоряжение многих людей. Человек, поступающий таким образом, будет достоин своих владений и никогда не потерпит неудачу.

– Вот что сказал бы Лев Толстой своим тихим, но достойным голосом, если бы у нас была возможность побеседовать с этим великим «умом», – добавил магнат.

Трое друзей стояли в тишине перед роскошной виллой. Миллиардер прислонился к лимонному дереву. Ствол слегка пошатнулся, и дремавший на ветке старый филин очнулся ото сна. Увидев миллиардера, он громко заухал.

Райли поднял голову.

– Рад тебя видеть, старина, – сказал миллиардер. – Долго же ты путешествовал!

**Четвертый секрет Вершителей Истории. Дни – слагаемые жизни**

– Я думаю, вам должно помочь вот что, – продолжил он через некоторое время. – Когда будете размышлять о предстоящем дне, подумайте в том числе и о том, что день – это ваша жизнь в миниатюре. С каждым пробуждением мы рождаемся, а когда засыпаем – умираем. Из совокупности дней складывается жизнь. Видите ли, основная ошибка людей в том, что они слишком сосредоточены на будущем. – Райли нахмурился. – Между тем как истинную ценность имеет только настоящий день. Из того, что мы делаем сегодня, складывается наше завтра. Это как управлять лодкой. – Миллиардер махнул рукой в сторону океана, где на волнах покачивалось великолепное парусное судно. – Легкий поворот руля, который практически незаметен, определяет на-

правление. Из тысячи таких поворотов складывается путь. Куда вы направитесь – в Бразилию? В Японию? Все это зависит от небольшого движения руками, от незначительной поправки на ветер, от одного нажатия кнопки на навигационной панели. Знаете, друзья мои, – сказал миллиардер с какой-то детской искренностью, – секрет успешной судьбы невероятно прост. Вам нужно эффективно прожить всего лишь один-единственный день. Сегодняшний. Это как поворот руля на один градус. Дни превращаются в недели, недели – в месяцы, месяцы сливаются в годы. И вот спустя год вы вдруг замечаете, что жизнь-то ваша полностью изменилась! Заклинатель говорит, что цена одной большой Победы – это незаметные ежедневные микропобеды над собой. Всего лишь один процент ежедневных изменений меняет вашу жизнь минимум на тридцать процентов в месяц! Вдумайтесь в эти цифры, друзья мои! Это значит, что через год ваша жизнь улучшится на 365 процентов! Как ни трудно в это поверить, но великая судьба складывается из маленьких ежедневных шажков. И если вы мечтаете об ошеломляющих результатах – сосредоточьтесь на небольших регулярных усилиях.

Он легко наклонился вперед, дотронулся до пальцев ног и громко прошептал: «Прекрасная, грандиозная Жизнь, дай мне силы помочь этим двум заблудшим душам выйти на дорогу величия… Пока есть время… Пока еще не поздно…»

– Пусть это станет вашим насущным хлебом, – разогнув-

шись, сказал он. – Люди, достигшие экстремальных высот, понимают: то, что вы делаете каждый день, значит куда больше, чем то, на что вы решаетесь лишь время от времени. Непрерывная последовательность минимальных изменений – ключ к мастерству. В любом деле. Революции не случаются в одночасье. История творится каждый день.

Его речь была прервана коротким резким сигналом. Бизнес-леди достала телефон, взглянула на экран и вскрикнула. Руки ее дрожали. Она не могла оторвать глаз от сообщения – картинки в виде нарисованных кровью слов:

«Охотник вышел на след».

– Милая, что с тобой? – со всей нежностью, на которую только было способно его сердце, спросил Художник.

– Да… Что случилось? – встревожился миллиардер.

Бизнес-леди, казалось, была парализована. Лицо ее побледнело и стало каким-то прозрачным, словно девушка перевоплотилась в призрака. Она пошатнулась и чуть не упала на клумбу.

– Это… это… я… они… – слова застревали у нее в горле, в глазах стояли слезы. Она несколько раз глубоко вздохнула, а затем неожиданно выпрямилась и твердым, полным убежденности голосом сказала:

– Очередная угроза. Видимо, меня собираются убить. И я даже знаю кто: инвесторы. Они хотят, чтобы я отдала фирму за бесценок. А знаете что, парни? – Она с улыбкой встряхнула головой. – Я не уйду! Я создала эту компанию с нуля. Мне

нравится мое дело. Я собрала отличную команду и сделаю все, чтобы ее сохранить. Наши продукты вне конкуренции. Ничто в жизни мне не приносило столько удовлетворения и счастья, как эта работа. Я буду сражаться до конца, даже если это будет стоить мне жизни. Решено! Я прямо сейчас поеду и все им скажу!

Художник залюбовался ею. На лице молодой женщины не осталось и следа от прежней бледности. Глаза ее горели огнем неповиновения и борьбы. В эту минуту она была грозна и прекрасна.

– Этот вопрос будет решен и без вас, – улыбнулся миллиардер, повторив уже произносимые ранее им слова. – Никуда ехать не надо. Оставайтесь на Маврикии, милая леди, и продолжайте обучение. Не упускайте возможность обрести себя. И не только… – Он хитро посмотрел на Художника. – По-моему, здесь вы нашли еще кое-что важное. Хоть и покрытое татуировками с ног до головы.

Бизнес-леди залилась румянцем.

– А знаете что? – сказала она совершенно спокойным и даже каким-то игривым тоном. – Мне все легче вставать в пять утра. Я чувствую, как у меня растут крылья. У меня появилась жажда знаний, я снова хочу жить! И не могу дождаться дня, когда же вы наконец откроете нам формулу «20/20/20». Мне нужно точно знать, что я должна делать в мой Час Победы. Сейчас я просто выполняю кое-какие йоговские практики и брожу по берегу моря, чтобы встретить

первый луч солнца. Но мне бы хотелось конкретных указаний. И я с нетерпением жду, когда же вы расскажете, как сделать каждую минуту этого утреннего часа наиболее эффективной.

– Терпение, – успокаивающе сказал миллиардер. – Я дам все: и формулу, и методику. Давайте двигаться постепенно. То, о чем вы узнали сегодня, Заклинатель называет «Уравнением на сложение жизни». В этом уравнении дни – слагаемые. А результат – целая жизнь. Меняйтесь постепенно, и качество вашей жизни будет возрастать по экспоненте. Очень скоро вы станете более энергичными, более продуктивными, более уверенными в себе. Вы будете находиться в состоянии душевного покоя и бесконечного счастья, причем даже в самые трудные дни. А теперь я отпускаю вас. И желаю вам провести остаток сегодняшнего дня в самых приятных и изысканных удовольствиях. Знаете, я люблю творчество Джона Китса[17], особенно эти его слова: «Станем бабочками на три волшебных дня. Они подарят больше счастья, чем 50 лет жизни без тебя».

– Под этими словами, пожалуй, и я бы подписался, – рассмеялся Художник. Он переобулся в черные армейские ботинки с высокой шнуровкой, которые сразу придали ему боевой вид.

– Итак, во сколько мы встречаемся завтра, котятки? – хит-

[17] Джон Китс (1795–1891) – поэт младшего поколения английских романтиков. – *Прим. ред.*

ро прищурился миллиардер.

– В пять утра! – хором ответили Бизнес-леди и Художник.

# Глава 11
# Ваш внутренний навигатор

*Самые важные и прекрасные вещи нельзя увидеть глазами или расслышать ухом – их можно только почувствовать сердцем.*
***Хелен Келлер***

Бизнес-леди научилась плавать, как только родилась. Ей нравилась вода, нравилось преодолевать волны и ощущать соленые брызги на своем лице. Но больше всего ей нравилась ни с чем не сравнимая свобода, которую она обретала только в море. Она все чаще задавалась вопросом: почему она перестала ходить под парусом? Почему отказалась от одного из тех редких занятий, которые вселяли в ее душу гармонию и мир? Она вспомнила минувшее утро, когда так же, как сейчас, сидела в лодке, скользящей по безбрежному океану. В эти минуты она чувствовала себя по-настоящему свободной. А главное – живой.

«В нашей культуре успех измеряется деньгами, материальными достижениями, влиятельными связями, – думала она. – Заклинатель и мистер Райли тоже придают всем этим вещам большое значение. Но почему же я не могу отделаться от ощущения, что моя деловая карьера (которая действительно важна и значима) разрушает связь между мной и мо-

ей природной силой, моей подлинностью, моей телесностью, в конце концов! Одним словом – между мной и моей Жизнью? Как достичь идеального баланса, чтобы, с одной стороны, быть совершенным в своем светском мастерстве, а с другой – сохранить душевную гармонию?»

Так размышляла молодая женщина, сидя в маленькой деревянной лодке, которая слегка покачивалась на волнах полуденного океана. Бизнес-леди казалось, целая жизнь миновала с того самого дня, как она познакомилась на конференции с Заклинателем, а затем попала сюда, на этот чудесный остров, не отравленный цивилизацией и ее «ценностями», где люди, встретив незнакомца, желали ему доброго утра и провожали теплой улыбкой.

Бизнес-леди удивлялась тому, как много изменилось в ней за это короткое время. Только сейчас она начала понимать, что такое Жизнь. Если раньше она была похожа на робота, то теперь в ней стали просыпаться человеческие черты. Личностный рост больше не был для нее технологией, которую нужно внедрить в сознание. Теперь она была спонтанной, способной на творческие порывы, обрела способность замечать чудесное в простом. Каждый ее день был полон благословений. Прежде она даже не задумывалась о том, что такое подлинная благодарность – а теперь это чувство переполняло ее. Она была благодарна судьбе за все, в том числе и за трудности: испытания укрепили ее, сделали сильнее, мудрее и проницательней. Бизнес-леди вдруг подумала, что тот, кто

стремится к увлекательной, полной приключений жизни, не избежит ран. Но шрамы от этих ран – свидетельство того, что человек живет не зря.

Вспомнив об инвесторах, молодая женщина сдвинула брови. Она дала себе негласное обещание, что примет этот вызов и обязательно выйдет из борьбы победителем. Сейчас она была даже благодарна своим бывшим деловым партнерам. Если бы не вся эта ситуация, она бы не узнала, какие запасы героизма и храбрости скрываются в ее душе. Это испытание сделало ее более собранной, и – более добродетельной. «Ведь плохой пример, – думала она, – хорошего человека делает еще лучше. Совершенные люди – это закаленные люди».

Художник, сидевший на веслах, не прерывал ее безмолвных размышлений. Он понимал, что ей нужно побыть наедине с собой. Маленькое деревянное суденышко медленно скользило по прозрачной, как хрусталь, воде, в которой четко просматривались очертания разноцветных кораллов.

Райли, понимавший, что между этими двоими вспыхнуло настоящее чувство, сам предложил им совершить плавание на необитаемый остров, чтобы провести там остаток дня.

Бизнес-леди взглянула на Художника, который не отрывал от нее влюбленного взгляда. Она давно заметила его неподдельное чувство к ней и сама ощущала, как в ее душе растет привязанность к этому татуированному здоровяку. Они были такими разными! Как жители галактик, уда-

ленных друг от друга на сотни световых лет. Но между ними возникло то, что принято называть «химией». Бизнес-леди вдруг вспомнились слова матери: «Если тебе повезет влюбиться хотя бы два раза в жизни – не упускай шанса сделать из этого приключение».

Женщина задумалась над тем, что же привлекло ее в Художнике. Его творческий дар? Его желание достичь мастерства – но на своих условиях, а не в рамках тех установок, что диктовал ему внешний мир? Художник казался ей то ранимым, до довольно жестким. И ей нравилось его своеобразное чувство юмора. Она вспомнила, с каким состраданием он отнесся к ее истории. А его глаза… Когда он смотрел на нее, ей казалось, что сердце ее тает.

– Да, это была отличная идея, – сказал наконец Художник, умело направляя лодку между двух рыбацких вешек. – Я имею в виду, уехать на этот уединенный остров.

Ветер развевал его дреды; на фоне моря, солнца и рыбацких вешек вид у Художника был самый мужественный и романтичный.

– У меня голова забита всей этой информацией об истинном «Я», калибровке и внутренних царствах, – засмеялся он. – Нет, мне нравится эта учеба, и Райли – настоящий гуру. Но уж слишком много всего. Я устал думать и хочу просто освободить голову. Я хочу веселиться, играть и наслаждаться жизнью! Я хочу просто быть. Быть с тобой.

Он смотрел на нее влюбленными глазами.

– У меня похожие чувства, – отозвалась Бизнес-леди. Его долгий пронзительный взгляд привел ее в смятение. Она раскраснелась, глаза ее заблестели.

«Никогда еще она не была такой красивой», – восхищенно подумал Художник. Он придвинулся ближе и обнял ее.

Их ярко раскрашенная лодка подошла к маленькому острову посреди океана.

– Райли позаботился о том, чтобы мы неплохо провели время, – заметила Бизнес-леди, дотрагиваясь до корзины со снедью. – Пообедаем прямо на пляже?

Остров и впрямь оказался необитаемым. Если, конечно, не считать огромных чаек, которые в этот полуденный час охотились на рыбу. Вдоль берега медленно ползла гигантская черепаха.

Бизнес-леди была права: миллиардер снабдил их лучшей едой, которую только можно было найти на его вилле. Обед состоял из восхитительных крупных креветок, жаренных в остром соусе, салата из свежего манго и сыра «пекорино» (его доставили из Италии сегодняшним утром). На десерт были фрукты: арбуз, ананас и киви.

За обедом Бизнес-леди рассказывала Художнику о своей мечте – построить корпорацию, которая заняла бы достойное место в первом десятке мировых компаний. Это должна быть целая империя, со сложным и эффективным управлением. Когда Художник спросил ее, что она будет делать потом, когда мечта сбудется, Бизнес-леди ответила, что купит

себе небольшой домик на Ибице и удалится от дел.

А еще она много говорила о своем детстве: развод родителей стал для нее трагедией, которая разделила жизнь на две половины. Еще большим ударом стала для нее смерть отца. С мужчинами отношения у нее не складывались – по большей части из-за ее фанатичной преданности работе. Никто из возлюбленных не разделял ее карьерных устремлений, и от этого она всегда чувствовала себя одинокой.

– Таким образом, в любви я абсолютная неудачница, – закончила свой рассказ Бизнес-леди.

– Я бы так не сказал, – покачал головой Художник. – Эти отношения выковали тебя. Без них ты бы не стала такой, какая ты сейчас.

Он с нежностью посмотрел на нее.

– А какая я? – осторожно спросила Бизнес-леди.

– Такая, как надо. Самая лучшая. Женщина, которую я люблю, – отчеканил Художник и, притянув ее к себе, крепко поцеловал.

– Почему же ты молчал об этом раньше? – тихо произнесла она, когда он наконец разжал объятия.

– Понятия не имею. Я ведь довольно робкий. – Он смущенно улыбнулся. – До конференции Заклинателя я был совершенно другими человеком. Но все, что с нами происходит здесь… Это безумное, невероятное приключение… Мне кажется, я заново родился. Я снова верю в себя. Я могу быть открытым и ничего не бояться. И я… я опять хочу рисовать!

И теперь я точно знаю: у меня есть талант, и я способен создать что-то прекрасное, особенное!

– Я считаю тебя очень одаренным. – Бизнес-леди погладила его жесткие дреды. – Я уверена, ты станешь великим художником.

Она замолчала и опустила глаза.

– И я… я тоже тебя люблю, – едва слышно произнесла она.

Романтика этой возвышенной минуты была нарушена внезапными звуками ревущего двигателя и громкой музыкой в стиле хип-хоп. Художник и Бизнес-леди оглянулись: взрывая водную гладь, по океану со стремительной быстротой неслась черная фигура. Кто был этот шумный незваный гость? Конечно, Стоун Райли собственной персоной! Приблизившись к берегу, он сбросил скорость гидроцикла, на котором восседал, как пират на акуле. И вид у него был пиратский: прямо поверх гидрошлема миллиардер нацепил черную бандану со скрещенными костями.

– Эй, на берегу! – гаркнул он, перекрывая гул мотора и рев музыки. – Соскучились по мне?

Ответом ему был дружный смех и аплодисменты как награда за эффектное появление. Райли ловко спрыгнул на берег и скоро уже поглощал салат из манго и остатки жареных креветок.

– Надеюсь, я не слишком испортил ваш пикник, – прошамкал он с набитым ртом. И тут же, нажав кнопку на пульте, увеличил громкость до предела.

– Как вам музычка? – проорал он во все легкие. – Настоящий треш!

– Улет! – кивнул художник в такт грохочущему ритму.

Остаток дня они провели на этом пляже. Днем плавали и бродили под пальмами, а после заката эксцентричный богач устроил настоящее фаер-шоу. Сотни фейерверков освещали небо причудливыми разноцветными фигурами. Налюбовавшись на небесный огонь, трое друзей сели за длинный деревянный стол, ломившийся от изысканнейших блюд. К их пиршеству присоединился Заклинатель, который приплыл на катере вместе с обслугой и другими друзьями мистера Райли. Десятки свечей в старинных канделябрах освещали лица четырех посвященных в тайны клуба «Пяти Утра». Миллиардер и его Учитель негромко переговаривались, вспоминая старые времена. Остальные гости громко хвалили ужин и гостеприимство хозяина. Настроение у всех было великолепным.

Одна Бизнес-леди в этой оживленной компании была задумчива и молчалива. Нет, ей нравилось все, что происходило вокруг. Просто она была погружена в мысли о том, как ценно то, что происходит с ней здесь и сейчас. Ей вспомнился магнитик с цитатой Дейла Карнеги, который висел на холодильнике в доме ее отца. Там было написано:

«Самая большая трагедия людей в том, что они постоянно откладывают жизнь. Вместо того чтобы мечтать о райском саде, не лучше ли наслаждаться ароматом роз, которые рас-

тут у вас в палисаднике?»

Бизнес-леди вдруг негромко рассмеялась. Никто не заметил этого смеха: все были поглощены беседой. Молодая женщина поняла, что с этой минуты она больше не будет откладывать жизнь на потом. Сегодня она нашла свою любовь и вместе с этим чувством обрела нечто большее – жажду жизни.

* * *

Р

ассвет влюбленные встретили вместе. В пять утра они уже были на пляже и ждали своего наставника. Мистера Райли нигде не было видно, хотя, прощаясь накануне, он строго-настрого приказал им не опаздывать. «Я поведаю вам об очень важных вещах, так что будьте вовремя», – сказал он.

Вдруг послышался дальний звук мотора. С запада к ним приближался вертолет. Двери виллы распахнулись, и оттуда выбежал человек в небесно-голубой рубашке и ярко-красных бермудах.

– Бонжур, – сказал он, подбежав к влюбленным. – По приказу мистера Райли я должен проводить вас на вертолетную площадку. Придется идти очень быстро: у пилота строгий график, а машина уже села.

Они бежали сначала по пляжу, затем по каменной дорожке среди пышных цветущих кустарников, мимо зарос-

лей лекарственных трав, пока не выбежали на широкую поляну, в центре которой стоял сверкающий красавец-вертолет. Винты работали на низких оборотах. Кроме пилота в черной униформе и авиационных очках, внутри никого не было, что очень удивило Бизнес-леди. Все время, пока Бизнес-леди и Художник забирались внутрь и пристегивались ремнями безопасности, пилот хранил молчание и лишь настраивал что-то на приборной доске. Изредка он делал пометки в блокноте, прикрепленном к планшету с надписью: «Проснись и пой!»

Бизнес-леди чувствовала себя неловко.

– Доброе утро, – приветливо сказала она, обращаясь к пилоту. – Вы не знаете, когда придет мистер Райли?

Ответа не последовало. Автоматическая дверца вертолета мягко захлопнулась. Вертолет зажужжал. В наушниках, которые человек в красных бермудах надел на головы VIP-гостей, когда помогал им усаживаться, послышался металлический голос, желавший им приятного полета.

– Да черт возьми, куда мы летим, в конце-то концов? – рассвирепел Художник.

Пилот не удостоил его ответом. К шуму двигателя прибавился свист от пропеллера, набирающего обороты. Пилот рванул рычаг на себя. Вертолет начал подниматься. Бизнес-леди взглянула в окно: высокая трава на поляне ходила ходуном, напоминая бушующее зеленое море. Неожиданно вертолет накренился влево и резко ушел вниз. За считанные

метры от земли он выровнялся и вновь поднялся.

– Эй, придурок, да ты нас угробишь! – заорал Художник. – Кто дал тебе лицензию, или ты ее украл?

«Все будет хорошо, – пыталась успокоить себя Бизнес-леди. – Надо просто дышать. Глубоко и медленно». Ее тоже беспокоили непонятные маневры вертолета, но выглядела она намного спокойнее Художника. Медитация, которой она занималась по утрам все последние дни, приносила свои плоды.

– Обними меня, – ласково сказала она Художнику. – Все будет замечательно, я уверена.

И действительно, вертолет уже не делал резких движений. Он набрал высоту и летел назначенным курсом. Пилот, не терявший самообладания, возился с приборной доской и, казалось, совсем не обращал внимания на то, что на борту, помимо него, есть еще два человека.

– Кажется, я видел такие часы раньше, – заметил Художник, указывая на руку пилота. – И этот камень на перстне… – Художник нахмурился.

– Стань королем своего утра, подними свою жизнь до небывалых высот! – раздалось громкое пение из кабины пилота. Человек в черной униформе повернулся к ним. – Бонжур, трусишки! Как вам мой сюрприз? – гаркнул он, сорвал с лица очки и громко расхохотался.

Это был Райли.

– Привет, ребята, – сказал он уже спокойным, доброже-

лательным тоном. – Пардон, что напугал вас. И кстати, – он подмигнул Художнику, – лицензия на пилотирование вертолета у меня самая настоящая, я ее не украл!

– Хотелось бы надеяться, – пробормотал Художник. Он все еще держался за Бизнес-леди, как маленький ребенок за маму.

– Нет, правда! – воскликнул миллиардер. – Я получил ее несколько лет назад. Я обожаю вертолеты и когда-то летал довольно часто. Сейчас навык немного подзабылся – погряз в делах, летать некогда. Так что приношу свои извинения за жесткий взлет. Несколько десятков часов практики – и все будет в ажуре!

– Но все-таки, куда мы летим? – спросила Бизнес-леди. Она откинула кожаное кресло и, глядя в окно, наслаждалась потрясающими видами океанских далей.

– Агра, – коротко ответил миллиардер.

– Агра? – переспросил Художник. – А что это такое?

– Сейчас я отвезу вас в аэропорт, – сказал Райли вместо ответа. – Я решил, что вы должны продолжить ваше незабываемое приключение в другом месте.

– Так мы покидаем Маврикий? – разочарованно протянула Бизнес-леди. При мысли о том, что ей придется вернуться в обычную жизнь, она занервничала.

– Но… Мне казалось, вы хотели с нами поделиться чем-то еще? – осторожно спросил Художник. – И потом, мы так и не узнали, что это за волшебная формула «20/20/20», ко-

торая, как вы говорили, перевернет нашу жизнь. По вашим словам, эта формула лежит в основе метода Пяти Утра. И кроме того, мне так полюбился Маврикий, что я не хотел бы уезжать оттуда. Никогда! – с жаром воскликнул он.

– Я тоже! – неожиданно требовательно сказала Бизнес-леди. – Я была уверена, что сегодня наш урок состоится, как всегда, на этом чудесном пляже под пальмами… И я наконец узнаю все бизнес-лайфхаки, которыми вы обещали поделиться на конференции Заклинателя. И вообще, – голос ее задрожал, – у нас с Художником было одно-единственное свидание, да и то было испорчено вашим дурацким гидроциклом и этой невыносимой музыкой!

После этой пламенной речи в салоне воцарилась тишина (если принять за тишину шум мотора и свист лопастей). Внезапно у Бизнес-леди вырвался нервный смешок. Было видно, что она вот-вот расплачется.

– Спокойно, друзья! – раздался громкий голос миллиардера. – Мой дом – ваш дом. Вы можете вернуться на Маврикий в любое время и провести там остаток ваших дней. Если только это действительно то, чего вам хочется. – Он обернулся и хитро подмигнул. – Моя команда – к вашим услугам, ну а я… я с радостью буду наставлять вас столько, сколько нужно.

Он что-то подкрутил на приборной доске.

– На аэродроме вас ждет мой личный самолет, – более серьезным тоном добавил он. – Он в вашем полном распо-

ряжении. Пилот ждет ваших указаний: летите, куда хотите. Знаете, ребята, пожалуй, вы – лучшие из моих учеников. Вы приняли философию Заклинателя не умом, а сердцем. Моя душа радовалась, когда я видел, с какой настойчивостью вы шли к своей цели. Вы вставали с восходом солнца и приходили на пляж ровно в пять утра. Вы очень далеко продвинулись на пути самопознания. И в качестве награды я хотел бы сделать вам один подарок.

– Вы уже сделали нам самый лучший подарок, который только может быть, – искренне сказал Художник. – Теперь я точно знаю, чем займусь, когда я вернусь к себе в студию… Моя жизнь стала другой, и я уверен, что другим станет и мое творчество.

– Мне тоже нужно возвращаться в компанию, – глухо произнесла Бизнес-леди. Ее хорошенький лоб прорезала вертикальная морщина, и лицо приобрело озабоченное выражение.

– Конечно, вы вернетесь к своим привычным занятиям, – бодрым голосом отозвался миллиардер. – Но не сегодня! Сегодня мы летим в Агру.

– Стыдно признаться, но я тоже не имею никакого понятия о том, что это такое, – смущенно сказала Бизнес-леди.

– Агра – это город в Индии, – объяснил Райли. – Там находится одно из «новых» семи чудес света. Я решил, что вы непременно должны его увидеть. А также получить новый урок, который поможет вам еще глубже проникнуть в метод

Пяти Утра. Эх, друзья мои! – воскликнул он с восторгом. – Как же я вам завидую! Ведь все, что вы узнали, было только подготовкой к тому, что вас ждет! Этим утром вы узнаете то, что поможет каждому из вас достичь абсолютного мастерства и стать легендой в своей области! Приготовьтесь получить самый большой секрет Вершителей Истории! Вы на пороге потрясающих открытий!

Вертолет мягко сел на частном аэродроме рядом с небольшим черным самолетом, на хвосте которого красовалась эмблема клуба «Пяти Утра», точно такая же – оранжевая и круглая, как мандарин, – как на боку вертолета, который только что доставил их сюда.

– Ну, кто со мной, вглубь самой загадочной страны на свете? – Райли был полон энтузиазма.

– Мы! – хором ответили девушка и ее спутник.

Восходя на борт черного, как ночь, небольшого частного лайнера, они еще не знали, что вот-вот начнется самая интересная часть их невероятного приключения под руководством Стоуна Райли, эксцентричного богача и духовного наставника.

# Глава 12
# Несокрушимая сила привычки

*Я ненавидел каждую минуту, проведенную на тренировке. Но я говорил себе: «Не смей сдаваться. Потерпишь сейчас – остаток жизни проживешь королем ринга».*
***Мухаммед Али***

Дорога заняла у них остаток дня. Желая своим ученикам спокойной ночи, Райли предупредил их, чтобы были готовы встать до рассвета. Завтрашнее утро, по его словам, должно было открыть им знание о том, как люди с помощью привычки становятся суперзвездами и самыми эффективными руководителями.

А потому Художник и Бизнес-леди, не сговариваясь, еще затемно пришли на террасу, где им была назначена встреча с наставником.

– Привет, котятки! – раздался громкий голос миллиардера. Он появился с первыми лучами индийского солнца, как всегда эффектно и неожиданно. На нем была черная рубашка с воротником «а-ля Неру», черные шорты и черные же сандалии. Маврикийский загар сделал его похожим на настоящего индуса. Это впечатление усиливал тюрбан – такого же черного, как и весь его наряд, цвета.

– Итак, сегодня вы узнаете о том, как Заклинателю уда-

лось добиться максимальной производительности. Узнав этот секрет, вы узнаете, как люди становятся великими, – после этих слов миллиардер взял настоящую театральную паузу. – Я уже говорил вам, что гениями не рождаются. Все решает не генетика, как принято считать, а такая простая вещь, как привычка.

Он снова замолчал и пристально посмотрел на лица учеников.

– Несмотря на простоту, привычка требует мужества, – продолжил он. – Да-да, именно мужество, а не одаренность решает все! Сегодня я расскажу вам, что нужно делать, чтобы избавиться от мешающих вам привычек и приобрести такие, которые будут служить вам верой и правдой.

– Мужество? – изумленно спросила Бизнес-леди. В лучах рассветного солнца она смотрелась совсем как девочка: волосы, стянутые в хвост резинкой, простое платьице, сандалии на низкой подошве.

– Мужество. Решительность. Настойчивость, – после каждого из этих слов миллиардер делал небольшую паузу, подчеркивая важность сказанного. – Известный социопсихолог Анджела Дакворт, изучая психологию людей, достигших вершин в области бизнеса, образования и спорта, обнаружила любопытную закономерность. Ее исследования показали, что люди добиваются выдающихся результатов не благодаря природному таланту, а благодаря самодисциплине и настойчивости.

– Круто, – хмыкнул Художник. – Пожалуй, это именно то, чего мне не хватает. У меня часто бывает так: я пишу картину, и вдруг передо мной словно встает стена. То, что я задумывал вначале, никак не хочет ложиться на холст. Я топчусь на месте – день, два, неделю… И тогда я начинаю сомневаться в себе, меня посещают мысли бросить эту работу и начать следующую. И редко когда я нахожу в себе мужество довести дело до конца. Да. Мужество – это то, что мне нужно.

– Здорово, что ты это понял, – кивнул миллиардер. – Альберт Эйнштейн писал в одном из своих дневников: «Великий ум всегда сталкивается с яростным сопротивлением окружающей посредственности. Обычный разум не способен понять человека, который отказывается слепо следовать за толпой и предпочитает быть самим собой».

– О да! – воскликнул Художник. – Доверять собственному видению – это главное правило, которым нужно руководствоваться в творчестве!

– Однако вернемся к теме нашего урока, – деловито сказал миллиардер. – Ваша задача – найти наиболее действенный способ выработать привычки, которые помогут вам стать мастером мирового уровня. Кстати, вы заметили, что наши утренние встречи уже стали для вас привычкой? Сначала вам было трудно вставать до рассвета, чтобы в пять утра встретиться со мной и получить новый урок наставничества. Но теперь это вошло в привычку, и вы приходите в назначенное место даже раньше меня! Привычка, при всей своей

простоте, обладает мощнейшей энергией. То, что называется силой воли – по своей сути, не что иное, как комплекс сознательно выработанных привычек. С этого мы и будем начинать. А теперь взгляните сюда, друзья мои.

Бизнес-леди и Художник обернулись. Перед ними возвышалось величественное здание Тадж-Махала. В этот ранний час они были здесь одни. Тишина и мягкий утренний свет дополняли невыразимое великолепие этого чуда света.

– Я люблю Индию, – взволнованно сказал миллиардер. – Одна из величайших стран на земле. А это место… оно недаром считается одним из чудес света. Потрясающе красиво. Невыразимо. Немыслимо.

– Да, – тихим шепотом произнесла Бизнес-леди. От открывшейся красоты у нее перехватило дух. Она даже забыла про стаканчик кофе, который держала в руке.

Миллиардер сделал глоток из стеклянной бутылки странной формы (ученики давно заметили его страсть к необычным сосудам). На прозрачном стекле снова отчетливо была видна гравировка с каким-то текстом. Заметив, что Художник с интересом смотрит на эту надпись, Райли повернул бутылку к себе и прочитал:

> Все мечтают о спокойствии и комфорте, но спокойное время не рождает героев. Как великие люди стали теми, кем мы знаем их сейчас? Родились ли они сильными, храбрыми, благородными и решительными? Нет! Их закалили бури невзгод, трудностей и сомнений.

Знай, дитя мое: в тот самый миг, когда ты чувствуешь свое бессилие, у тебя появляется шанс обрести Силу. Ту Силу, которая появляется не в результате легкой жизни, а в результате испытаний и напряженного труда.

Итак, будь настойчив, будь решителен, будь требователен к себе. И всегда поступай так, как велит тебе твое истинное «Я».

Когда тебе захочется остановиться – сделай еще шаг.

Когда тебе захочется сдаться – продолжай делать то, что начал.

Упорство. Вот что поставит тебя в один ряд с великими воинами и прославленными творцами.

Упорство. Вот что сделает тебя непобедимым.

– Кто автор этих строк? – спросил Художник. – Какой-то известный писатель?

– Нет, – скромно сказал Райли. – Это мои слова.

Не дожидаясь комментариев, он повернулся спиной к ученикам и махнул рукой. В тот же миг из тумана явился безупречно одетый и очень красивый индус.

– Добро пожаловать в Индию, сэр. – Он учтиво поклонился. – Мы скучали без вас. Я принес то, что вы просили.

Изящным жестом он протянул миллиардеру какой-то черный сверток и тут же отступил обратно в туман.

Одним движением руки Райли развернул сверток – это оказалась роскошная кашемировая шаль из пашмина, особого вида ткани, который производят только в Индии.

Миллиардер объяснил, что слово «пашмин» переводится

как «мягкое золото».

Художник и Бизнес-леди согласились с тем, что это очень точное определение для такой красивой и приятной на ощупь ткани.

Впрочем, главная ценность кашемировой шали была не в красоте и не в высочайшем качестве ткани. Приглядевшись, ученики миллиардера увидели, что рисунок – это не что иное, как текст, исполненный в стиле арабской вязи. Наверху красовались затейливо вышитые цифры «пять-три-один». Ниже было выткано:

**Пять Главных Истин для ищущих Силы**

**Истина первая.** Воля, роднящая вас с божеством – не врожденный талант, но приобретенное умение. Неустанная духовная практика – вот что делает вас богами. Лучшая же из практик – вставать до рассвета.

**Истина вторая.** Воля подобна мускулам. Чем больше вы нагружаете ее, тем сильнее и тверже она становится. Самураи духа не избегают препятствий, но намеренно идут труднейшим путем. Сила дается через преодоление.

**Истина третья.** Если мускул держать в постоянном напряжении, он ослабеет. Воля становится немощной, если ей не давать отдыха. Учитесь расслабляться и восстанавливать силы. Не принимайте никаких решений в состоянии усталости.

**Истина четвертая.** Ни одна привычка не формируется в одночасье. Чтобы обрести новый навык, нужно следовать Четырем Шагам превращения нового

в привычное. Только так можно достичь долгосрочного эффекта.

**Истина пятая.** Закон причины и следствия гласит: улучшая одну сторону жизни, вы улучшаете и другие ее стороны. И простая привычка вставать в пять утра может изменить судьбу.

**Три причины использовать Силу Привычки**

**Причина первая.** Победа дается только тому, кто неизменен в своих решениях, кто идет к цели последовательно и упорно.

**Причина вторая.** Все решают время и постоянство. Сила растет от ежедневного повторения.

**Причина третья.** Победу в бою приносят навыки, обретенные в учении.

Одна философия спартанской самодисциплины
Делать то, что трудно, но важно.
Делать даже тогда, когда сил совсем не осталось.
Именно так рождаются воины.

Райли прикрыл глаза и глухо произнес:

– Не дай мне легкой жизни, потому что она не позволит мне расти. Даруй мне такую жизнь, которая закалит мой характер и пробудит мои лучшие качества. Железная воля не рождается в тепличных условиях. Непобедимый характер выковывается в боях.

Он помолчал еще с минуту, чтобы влюбленные смогли как следует рассмотреть полотно.

– Помните, я говорил, что хочу сделать вам подарок? – сказал Райли. – Я дарю эту шаль вам обоим. Пусть до конца жизни вас сопровождают Пять истин и Три ценности, составляющие Одну философию. Это символ веры любого воина, который вступил на тропу самодисциплины. Он будет вашим незаменимым помощником.

Со стороны парковки послышался тарахтящий звук. Небольшая моторикша остановилась рядом с миллиардером и его друзьями. Водитель, улыбающийся молодой человек в идеально отглаженном костюме, сложил руки и слегка склонился, приветствуя гостей.

– Намасте, Арджун, – сказал миллиардер, повторив его жест.

– Хеллоу, босс! – с характерным акцентом произнес индус. Несмотря на непринужденность, в его голосе чувствовалось огромное уважение к магнату и его друзьям. Чтобы не мешать ранним гостям, он отошел в сторону, при этом находясь в зоне видимости и демонстрируя готовность оказаться рядом, как только понадобится.

– Вы знаете историю Тадж-Махала? – спросил Райли.

– В общих чертах, – пожала плечами Бизнес-леди. – Может быть, вы расскажете нам ее во всех подробностях?

Она достала блокнот и ручку (все утренние наставления миллиардера она теперь стенографировала от руки, чтобы не поддаваться разрушающему влиянию технологий). Из-под длинного рукава показалось ее тонкое запястье с браслетом,

на котором была отчеканена надпись: «Пока ты спишь, твоя мечта не сбудется».

– О, это просто чумовая история! – Райли снова перешел на жаргон калифорнийских серферов. – Сейчас расскажу. Создал это чудо могольский император Шах-Джахан. Не сам, конечно – с помощью лучших мастеров своего времени. Он, как и кое-кто здесь, – Райли хитро посмотрел на своих спутников, – был безумно влюблен. Любовь эта продлилась всю жизнь, и даже смерть его жены, которую звали Мумтаз, не смогла убить это чувство. Когда ее не стало (произошло это в 1631 году), Шах-Джахан дал обет построить гробницу, подобной которой никогда не было и не будет на свете. Все силы своей души он отдал тому, чтобы руководить строительством. Шах-Джахан оставил нам видимое свидетельство любви, такое же невероятное, исключительное, глубокое и вдохновенное, каким было его чувство. Нужно побывать здесь, чтобы почувствовать всю силу этого великолепия.

– Когда я смотрю на эти формы и линии, у меня сжимается сердце, – хриплым от волнения голосом произнес Художник. Он не отрывал глаз от мраморного фасада, освещенного лучами утреннего солнца. Бизнес-леди посмотрела на своего возлюбленного и вдруг поняла, что видит перед собой совершенно нового человека. Художник был подтянут, спокоен и уверен в себе.

– Я тоже испытываю это, – тихо согласился миллиардер. – Для меня Тадж-Махал – не просто всемирная достоприме-

чательность, которую нужно посетить, чтобы поставить «галочку» в своем туристическом списке. Приезжая сюда, я словно заново рождаюсь. И что любопытно: даже у самого равнодушного и холодного человека здесь пробуждаются давно забытые чувства. Я хорошо знаю историю создания этого шедевра. Когда умерла царица Мумтаз, махараджа был объят глубоким и сильным горем. Но столь же глубока и сильна была и его любовь. Оба эти чувства требовали выхода. Он знал, как их выразить – но также знал и то, что без помощи мастеров его мечта не осуществится. Очень важно понимать, что амбиции сами по себе стоят очень мало. В основе всего, что стало легендой, лежат труд, настойчивость и совершенное мастерство, граничащее с подлинным артистизмом. Шедевры не создаются по взмаху волшебной палочки. Это очень долгий кропотливый процесс, требующий тяжелого повседневного труда, душевных сил и физических страданий. Дни идут, а прогресс почти не виден, все движется медленно, как сон. И лишь по прошествии долгих лет миру является чудо. Очень легко отказаться от своих намерений, когда результат не виден сразу. Помните, я говорил о ГКП – Гигантском Конкурентном Преимуществе? Так вот: верность своей мечте – одно из слагаемых этого преимущества.

Тот, кто достиг величия, прошел через многие испытания. Творческое выгорание, отчаяние, физическое истощение, зависть коллег, беспощадная критика со стороны не

только толпы, но и признанных авторитетов, скептически настроенные близкие, более легкий заработок, бесконечные сомнения в себе – вот далеко не полный список того, через что приходится пройти каждому творцу. Остаться на стороне своей мечты в этих условиях невероятно сложно. Каждый подлинный творец – это терпеливый марафонец. Тот, кто привык покорять лишь короткие дистанции, никогда не достигнет величия. Видите ли, абсолютно любой человек может стать «звездой на час». Но если в человеке нет терпения, настойчивости и верности, он быстро покинет пьедестал. Люди в своей основной массе поверхностны и гонятся за быстрым успехом. Они не понимают: то, что быстро приходит, так же быстро и исчезает. Тот, кто хочет, чтобы его достижения остались на века, не торопится.

Все это Райли говорил с горящими от возбуждения глазами. Речь его была энергична и лилась единым потоком, словно он питался вдохновением свыше. Умолкнув, он поднял вверх правую руку и знаком победы приветствовал восходящее солнце. Спустя минуту возбуждение его прошло, рука бессильно кинулась вниз, и сам он как-то сгорбился, словно силы резко покинули его.

– Много десятилетий назад, – продолжил миллиардер слабым голосом, – Альберт Грей[18] произнес свою знаменитую речь перед страховыми агентами. Эта речь вошла во всемир-

[18] Альберт Е. Н. Грей – сотрудник американской страховой компании, написавший книгу «Общий знаменатель успеха». – *Прим. ред.*

ную историю успеха, потому что в ней Грей выделил ключевые моменты, приводящие к наилучшим результатам во всех сферах жизни. Будь то бизнес, здоровье, личные отношения, финансы и духовность.

– И что же это за ключевые моменты? – оживилась Бизнес-леди.

– На основе этого выступления была написана брошюра. – Райли будто не обратил внимания на ее слова. – Она до сих пор считается классикой продаж, даже странно, что вы о ней не слышали. Так вот. В своей речи Грей, в частности, сказал: «Я был рожден и воспитан в среде, где считалось, что обрести богатство можно, только если тяжело и упорно трудиться. Но в то же время люди, среди которых я рос, тяжело и упорно трудились от рассвета до заката, и, несмотря на это, богачей среди них не было. И еще в юности я понял, что вовсе не труд является секретом успеха и процветания».

– Бога ради, скажите, в чем же секрет? – взмолился Художник.

– Имей терпение, сынок, – насмешливо ответил магнат. – Я как раз подхожу к самой сути. Итак, Альберт Грей сказал: «Ключ к успеху одновременно прост и могуществен. И он доступен всем – мужчинам, женщинам, юным и пожилым…»

– Ну, не тяните же! – вскрикнула Бизнес-леди.

Миллиардер посмотрел на нее с ласковым укором.

– Все, кто добился в своей жизни более или менее выдаю-

щегося успеха, говорил Грей, имели привычку делать то, что остальные люди предпочитают не делать вообще.

– Действительно, очень просто, – хмыкнул Художник. – И как прикажете это понимать?

– Самые высокооплачиваемые специалисты заставляют себя выполнять работу, которую обычные люди презирают, игнорируют, считают чем-то недостойным, – терпеливо объяснял Райли. – Они повторяют это вновь и вновь, пока не выработают привычку к подобным действиям. Таким образом растут их самообладание и личная дисциплина. В конце концов их действия приобретают автоматический характер. За счет привычки высвобождается огромное количество энергии.

Художник пригладил дреды. Он вспомнил о своем «неблагодарном труде» и о том, какую роль такой труд играет в искусстве.

«Я сам загнал себя в эту ловушку чужого одобрения, – думал Художник. – Я слишком часто беспокоился о том, что обо мне скажут другие люди. Мистер Райли прав: если хочешь добиться успеха, иди своим путем, даже если другие будут презирать тебя. Я жил с постоянной оглядкой, и это загоняло меня в депрессию… Когда надо было работать, я спал, а когда надо было отдыхать – работал до изнеможения. Я слишком гонюсь за деньгами и предпочитаю рисовать то, что хорошо продается. А ведь когда-то я мечтал о другом… Пора, решительно пора распрощаться со старыми привычка-

ми! И начать медленно, но верно идти к своему подлинному Мастерству».

– Надеюсь, вы поняли меня достаточно хорошо, – энергичным голосом сказал миллиардер. – А теперь позвольте мне вернуться к истории Тадж-Махала. Этот сногсшибательный шедевр строился – внимание! – двадцать два года. Не двадцать два дня. И даже не двадцать два месяца. В его создании участвовали более двадцати тысяч мастеров: архитекторов, художников, каменщиков, резчиков, носильщиков, простых рабочих… Изо дня в день они трудились под палящим солнцем. И не все дожили до окончания строительства. Караваны слонов и верблюдов тащили платформы с мраморными глыбами. Махараджа покупал самые дорогие и красивые сорта мрамора, и доставляли их из дальних стран, поскольку камня нужного качества на месте не было. Это была воистину стройка века! Можете себе представить, с трудностями какого масштаба пришлось столкнуться создателям Тадж-Махала. Доходило до настоящих трагедий. Тем не менее мастера продолжали свой труд. Они были собраны, бесстрашны и неумолимы. Мечта махараджи должна была осуществиться любой ценой.

– Невообразимо, – выдохнул Художник. Мимо него пролетела огромная бабочка. Начинался дождь, несколько капель упало ему на лицо.

С ближайшего дерева сорвалась стая голубей и промчалась прямо над головой миллиардера.

– У меня такое ощущение, что голуби, бабочки и радуги сопровождают нас везде, – с улыбкой сказала Бизнес-леди. Становилось жарко: она сняла лонгслив и осталась в одной футболке, на которой было написано: «Будь собой. Все остальные роли уже расписаны. Оскар Уайльд».

– У каждого из нас есть своя магия, – подмигнул миллиардер. – Просто большинство не знает, как ею пользоваться. Но позвольте мне закончить рассказ. Итак, спустя два десятилетия и еще два года мавзолей был завершен, – голосом заправского экскурсовода продолжил Райли. – Миру явилось чудо. Оно было создано благодаря высочайшему вдохновению и высочайшей же дерзости. Прошло много веков, махараджа уже давно воссоединился со своей возлюбленной, а Тадж-Махал все так же поражает воображение и разум.

– Да, он действительно любил свою жену, – задумчиво произнес Художник, глядя на Бизнес-леди. С каждым днем она как будто становилась все красивее и красивее. Ему вдруг подумалось, что ее красота выходит далеко за рамки общепринятых стандартов. Это не была красота, которая смотрит на вас с обложек гламурных журналов. Это была тихая и глубокая красота – из тех, что делает рассветы особенными, а лунные ночи – прекрасными. Да! Очарование этой молодой женщины заключалось не только в привлекательных чертах лица. Это было обаяние сильной души, которая знала боль и борьбу, которая обладала грозным оружием – честностью и умом, решительностью и мудростью.

– Я привез вас сюда, дети мои, чтобы вы увидели материальный символ того, на что способна сила привычки, – раздался голос миллиардера. – Привычка хранить верность своим идеалам не только тогда, когда обстоятельства тому благоприятствуют, но и в тяжелые времена. Привычка продолжать, когда становится трудно и даже невыносимо. Привычка не жалеть себя и заставлять делать то, что уже опротивело. Именно эти привычки и приводят к таким потрясающим результатам. Вот почему так важны эти утренние бдения, этот час чистого времени, которое вы посвящаете своей душе.

Он снова посмотрел на Тадж-Махал, освещаемый розовыми лучами восходящего солнца.

– Заклинатель много лет работал с самыми успешными бизнесменами, мастерами и учеными и создал модель суперэффективности – модель, в основе которой лежит утренняя медитация. Но сегодня я не буду в очередной раз говорить о том, почему так важно вставать до восхода и совершать свой утренний ритуал. То, о чем я хочу вам сказать, больше этого ритуала, – произнес он, потирая мочку уха с таким видом, будто это волшебная лампа Аладдина. – Я открою вам секрет, который позволит вам без труда вставать в 5 утра даже тогда, когда вам совсем не хочется этого делать. Таким образом, вы сохраните привычку к утренней медитации на всю жизнь.

– Это было бы супер! – обрадовался Художник. – Я как раз беспокоился о том, что, расставшись с вами, могу забросить

эту практику и все вернется на круги своя.

– Что ж, в таком случае, следуйте за мной, – сказал миллиардер.

Он хлопнул в ладоши, и за его спиной выросли два дюжих охранника. Они провели миллиардера и его спутников через вход, закрытый для обычных туристов. Эта небольшая дверь в боковой стене была предназначена только для глав государств, членов королевских семей и особо почетных гостей.

Внутри мавзолея было темно, тихо и прохладно. Количества света, пробивавшегося сквозь маленькие оконца вверху, хватало ровно на то, чтобы увидеть силуэт миллиардера.

– Люди не задумываются над тем, как важно начинать свой день в правильном состоянии. – Негромкий голос миллиардера эхом отзывался в дальних уголках Тадж-Махала. – Те, кто, пробуждаясь, чувствует себя беззащитным перед опасностями наступающего дня, непременно станут жертвой обстоятельств. Они заранее обрекли себя на провал во всех жизненных сферах, будь то деньги, отношения или здоровье. Такова участь практически всех людей, населяющих нашу планету. Но среди них есть мизерный процент тех, кто просыпается в отличном расположении духа. Они встают до рассвета и настраивают себя на бойцовский лад, тренируют мышцы своей души и готовятся к еще одной победе, которую принесет им грядущий день. Это удивительно гармоничные, сильные и сверхпродуктивные люди. Они не боятся входить в зону жизненной турбулентности. Они готовы к любому ис-

пытанию. Они чувствуют себя героями, мыслят как герои и ведут себя как герои. В отличие от обычного человека, герой рассматривает препятствие не как поражение, а как новую возможность.

Миллиардер поправил тюрбан на своей голове, опустил глаза и начал быстро шептать что-то непонятное. Быть может, он произносил молитву.

– Первое и самое главное, что вы должны усвоить, – сказал он, открыв глаза, – это то, что ваше сознание может вместить всю Вселенную. Для мозга нет ограничений. Вы должны отойти от философии «Я НЕ МОГУ» и стать адептами учения «ВОЗМОЖНО ВСЕ». Члены клуба «Пяти Утра» знают, что с помощью силы привычки действительно можно осуществить любую мечту, реализовать любой грандиозный проект. Но хочу предупредить вас: вы столкнетесь с яростным сопротивлением тех, кто не способен выйти за рамки своих поверхностных понятий о жизни. На все лады вас будут убеждать, что способности ваши ограничены, а ваше творчество – не стоящая внимания ерунда. Те, кто не позволил собственной мечте осуществиться, будут до смерти стоять за «реальность». Они найдут тысячи аргументов в пользу того, что у вас нет таланта, а значит, не стоит и думать о творчестве и величии. Их натиск будет столь ожесточенным, что вы в конце концов задумаетесь – нет ли в их словах хотя бы доли правды? Но вы должны знать: все, что они говорят, – ложь. Эти люди так долго пренебрегали своей внутренней

силой, так долго не отваживались предъявить миру свой талант, что начали думать, будто и в самом деле бессильны и немощны. Они попытаются убедить в этом и вас. Но вы живете в другой реальности. Никто не сможет остановить вас. Никто не сможет ограничить ваш выбор, повлиять на ваши решения. Просто делайте и не слушайте тех, кто выбрал посредственное существование в безопасном тупичке и боится даже выглянуть наружу.

Миллиардер сделал несколько глубоких вдохов. Золотой луч пробился в маленькое оконце на стене. В помещении стало чуть светлее и как будто просторнее.

– Последние исследования говорят о том, что мозг, в отличие от других органов, продолжает развиваться на протяжении всей жизни, – продолжил Райли. – Это явление называется «нейропластичность». И это прекрасная новость. В любом возрасте вы можете упражнять свой мозг и тем самым увеличивать собственный потенциал. Нет никаких ограничений для того, чтобы развивать таланты, совершенствовать навыки и получать от Вселенной удивительные подарки. Вставать в пять утра – самый мощный тренинг для мозга. Это должно стать для вас нормой до конца жизни. Тот, кто встает до рассвета, заставляет свой мозг вырабатывать новые нейронные связи. Точно так же действует на мозг и любое новое действие, которое вы превращаете в привычку. Когда нейронные связи закрепляются, вы уже не тратите дополнительных усилий. То, о чем я говорю сейчас – боль-

шая и серьезная пища для размышлений. Это главный ключ к успеху, и я советую вам подумать об этом как следует.

– Я думала, что с возрастом умственные способности угасают, – сказала Бизнес-леди. – Но вы говорите нам о поразительных вещах. Если мозг может развиваться бесконечно… это значит, что мы можем выработать бесконечное количество нужных привычек? И добиться всего, чего только захотим?

– Браво! – воскликнул миллиардер. Он был явно доволен тем, как растут его ученики. Выражение его лица, осанка, жесты – все было пронизано гордостью за этих двух влюбленных, которым он помогал обрести себя.

Он подошел к стене и потрогал завиток на резном элементе.

– Кто-то когда-то сказал, – произнес он довольным голосом, – «У тебя никогда не будет мозгов, о которых ты мечтаешь. У тебя будут только те мозги, которые ты заработаешь». По-моему, сказано в самую точку! Человек имеет то сознание, которого он на самом деле заслуживает. Если вы проводите свои дни, уткнувшись в телефон или валяясь перед телевизором, ваш мозг будет вялым и немощным. В конце концов, он попросту атрофируется. У вас начнутся проблемы с памятью и пониманием. Даже самые простые вещи будут казаться бесконечно сложными. Вы закончите свою жизнь в нищете – поскольку вашим конкурентам не будет стоить никакого труда вас обогнать. Незавидная участь! – Он горь-

ко вздохнул. – С другой стороны, если вы используете свой мозг разумно, будете тренировать его каждый день, добавлять новые привычки, осваивать новые виды деятельности, то получите Гигантское Конкурентное Преимущество. Кстати, отгадайте такую загадку. Британские ученые провели исследование по изучению мозга лондонских таксистов. И выяснилось, что у них невероятно развит гиппокамп – область, отвечающая за пространственное мышление. Как вы думаете, почему?

– Полагаю, потому, что система улиц в Лондоне невероятно сложна и требуется не один год практики, чтобы запомнить расположение, – уверенно ответил Художник.

– Вот именно! – Миллиардер хлопнул в ладоши. – Если вы будете каждый день отжиматься и поднимать гантели, ваши бицепсы станут рельефными и твердыми. Для лондонских таксистов такими «мозговыми гантелями» стали улицы британской столицы. Изо дня в день они изучают хитросплетение трасс и одновременно тренируют и развивают гиппокамп. Это великолепный пример нейропластичности, которой обладает мозг любого из нас. Никто не назовет обычного таксиста гением. А между тем его гиппокамп развит до уровня гениальности. Упражняясь целенаправленно, можно развить любую область мозга, выстроить новые нейронные связи, обрести новые способности. Нейробиология – молодая наука, но именно она доказывает, что мастерство и величие доступны любому человеку со здоровым мозгом. И неважно,

где он родился, как он живет, чем занимается и сколько ему лет.

В мавзолее становилось все светлее. Лучи поднимающегося солнца били во все окошки. Внутреннее пространство Тадж-Махала обретало формы и краски.

– Пока вам достаточно запомнить лишь то, – сказал после небольшой паузы Райли, – что мозг обладает гибкостью и способностью к развитию. Небольшое и краткое ежедневное усилие над собой – вот цена большого и долговременного успеха. Главное – быть настойчивым, решительным и мужественным. Двигайтесь понемногу, и вы обретете железную волю и станете настоящим главнокомандующим армиями Четырех Внутренних Царств. Правда, на этом пути вам не стоит ждать легкой жизни. Комфорт – не для героев.

Миллиардер засунул руку в карман, вытащил смятый запечатанный конверт и протянул его Бизнес-леди.

– Уже достаточно светло, – сказал он. – Вы сможете разобрать буквы. Пожалуйста, прочтите это вслух.

Бизнес-леди вскрыла письмо. Внутри оказался небольшой листок бумаги с изречением Фридриха Ницше:

> Не говорите мне о гениальности. Возьмите сотню тех, кого мы называем великими – среди них едва ли отыщется десяток, обладавший врожденным талантом. Почему же мы зовем их гениями? Только потому, что они серьезно относились к качествам, которые есть у каждого из нас. Сначала они учились строить части, а

затем – складывали из них единое целое. Они просто дали себе время, чтобы научиться делать маленькое, прежде чем замахнулись на великое!

– Теперь переверните страницу, – велел миллиардер.

Бизнес-леди прочитала вторую цитату. Это была строка из стихотворения английского поэта Уильяма Эрнеста Хенли.

Неважно, что опасен путь
И что дыханье смерти рядом.
Я – властелин своей судьбы.
Я – капитан своей души!

– Мастера высочайшего уровня, гении, герои никогда не искали легкой жизни, – медленным, низким голосом произнес миллиардер. – Они продолжали тренировать свой мозг, невзирая ни на какие обстоятельства. Знаете такое выражение – «играть через боль»? Так обычно говорят чемпионы. Играть через боль – значит использовать свой потенциал на полную катушку. Это значит жить с полной отдачей, яростно и страстно. Кстати, вы задумывались о том, что слова «страсть» и «страдание» очень похожи? Так вот: люди, которые преданы своей мечте, не боятся страданий. Они готовы страдать за свои идеалы, за свое видение того, как все должно быть. На пути к совершенству много испытаний и много искушений. Кому из великих порой не хотелось все бросить и зажить спокойной, поверхностной жизнью? Но, вместо того чтобы «играть на понижение», они «играли через боль».

Отказываясь от собственного величия, человек обкрадывает мир, лишает его потенциального гения.

Внезапно миллиардер рухнул на пол, словно ему стало плохо. Он лежал, закрыв глаза, руки его были прижаты к груди. Бизнес-леди и Художник растерянно смотрели на него, не зная, что предпринять. И тут раздался громкий храп. Мистер Райли просто-напросто спал! (Или изображал, что спит.)

– Какого черта здесь происходит? – воскликнул Художник.

– Выход из зоны комфорта, – быстро пробормотал Райли и снова захрапел. Затем открыл глаза, сел на корточки и заныл, как ребенок: – Где мой мишка? Где мой любимый плюшевый мишка? – Он почти плакал. – А моя пижамка? Кто украл мою пижамку?

Затем он сунул палец в рот и начал, всхлипывая, сосать его.

– Да он просто придуривается! – засмеялась Бизнес-леди.

Художник растерянно смотрел то на смеющуюся молодую женщину, то на миллиардера, который в очередной раз «ломал комедию». Через несколько секунд Райли прекратил спектакль и тоже стал смеяться.

– Нет лучшего способа закалить волю, чем заставить себя выйти из зоны комфорта, – сказал он, не вставая с каменного пола. – Заклинатель называет это «сценарием закалки». Когда я был молод, моя воля была немощна. Я легко поддавался

сиюминутным желаниям, и понятия не имел, что такое самодисциплина. «Волевая мышца» моего сознания была вялой и дряблой, но я не знал, что ее можно тренировать и укреплять. Когда я столкнулся с необходимостью вставать в пять утра, то просто не мог этого делать. Но Заклинатель знал, как помочь мне. Он посоветовал мне начать с того, чтобы сознательно ставить себя в сложные, дискомфортные условия. И это сработало, как по волшебству!

– Что же это были за условия? – полюбопытствовал Художник.

– Ну, например, одну ночь в неделю я проводил на голом полу.

– Серьезно? – удивилась Бизнес-леди.

– Абсолютно, – кивнул миллиардер. – Затем я ввел новую привычку: стал принимать холодный душ каждое утро. После этого приучил себя поститься дважды в неделю. Это помогло мне пробудить свою внутреннюю силу. Кстати, голодание принесло мне массу свободного времени. Я был поражен тому, сколько времени отнимает у меня каждый прием пищи. В те дни, когда я не ел, я успевал сделать чуть ли не вдвое больше, чем обычно. Кроме того, пост позволил мне очистить сознание и высвободить жизненную энергию.

– А дальше? – спросила Бизнес-леди.

– Дальше я стал испытывать себя на морозостойкость. Тогда я жил в Цюрихе, а там бывают довольно холодные и очень снежные зимы. Так вот: я бегал по снегу босиком, в одной

футболке и шортах.

Миллиардер поднялся на ноги и отряхнул штаны от пыли.

– Таким образом, – продолжил он, – я обрел совершенный контроль над своим телом и сознанием. И это именно то, что я пытаюсь донести до вас все это время. То, что вы узнали здесь, в Тадж-Махале, поможет вам решить проблему раннего подъема и любой другой привычки, которую вы желаете выработать. Все дело в нейронных связях. Вы можете сознательно устанавливать и закреплять новые нейронные связи, занимаясь некомфортной, непривычной, абсолютно новой для вас деятельностью. Тем самым вы заставите свою «волевую мышцу» сгибаться и растягиваться, укрепляя ее, как бицепс. Вы станете настолько сильными, мужественными и непобедимыми, что будете без труда проходить через любые испытания. Вспомните об элитных войсках, о морпехах, которых тренируют в условиях, максимально приближенных к боевым. Днем они занимаются боеподготовкой, а ночью берут тяжеленные рюкзаки и бегут несколько десятков километров по пересеченной местности, в грязи и под дождем. Они едят скудную пищу и месяцами живут в спартанских условиях. Их заставляют прыгать в океан со скалы, проходить над пропастью с завязанными глазами, подвергают психическим атакам. Все для того, чтобы они были готовы к любой ситуации, могли выжить в любых условиях.

Он прислонился к расписной стене.

– Когда мы читаем или слышим о славных подвигах, то ча-

сто думаем, что храбрость и сила – это какое-то божественное благословение, которое дается лишь избранным. Но это не так. Знайте, друзья: не существует сверхспособностей. Есть только добровольное усилие, настойчивость и преданность. Поэтому я призываю вас прямо сейчас объявить войну своим демонам, начать убивать своих драконов и изгонять своих монстров – я говорю о лени, равнодушии и поверхностности. Это самый короткий и единственно верный путь не просто к успеху, а к своей собственной вершине. Знаете, я часто вспоминаю Бернарда Шоу. У этого ирландца еще была такая забавная борода.

– Не знаю такого, – пожал плечами Художник.

– Ну ты даешь, чувак, – присвистнул магнат, и тут же несколько раз ритмично щелкнул пальцами.

Послышался сухой треск, словно в мавзолее кто-то включил радиоприемник и начал ловить волну.

– Разумный человек приспосабливается к миру, – раздался голос невидимого диктора. – Глупец же пытается приспособить мир под себя. Поэтому мир своим прогрессом обязан дуракам.

Треск умолк: радио выключили.

– Это отрывок из пьесы «Человек и Суперчеловек», которую написал Джордж Бернард Шоу, один из величайших драматургов в истории, – объявил Райли. – С помощью всех этих изречений я пытаюсь вам объяснить одну поразительную вещь. Когда дело касается вашего подлинного «Я», ко-

гда вы пытаетесь открыть в себе неведомые дарования, осуществить самые невероятные мечты, когда стараетесь изменить мир – не думайте о том, насколько это соответствует здравому смыслу. Будьте безумны, ибо мир до сих пор существует лишь благодаря безумцам.

Магнат вновь замолчал. Ученики смотрели на него, ожидая то ли новых наставлений, то ли новой выходки. И действительно: Райли растопырил пальцы и поцеловал перепонки между ними. «Прежде чем менять мир, возлюби самого себя», – пробормотал он с усмешкой.

– Вдохновляет, ничего не скажешь, – тихо рассмеялся Художник. – Я имею в виду слова Шоу, конечно же. Надо будет его почитать.

– И не только его, – заметил миллиардер. – Вот вам еще одна мудрая мысль. «Для победы дисциплина важнее, чем порох». Это сказал Генри Мортон Стенли, ученый из Уэльса.

– Отлично сказано! – хлопнула в ладоши Бизнес-леди.

– Один из самых вредных мифов, – сказал миллиардер, – заключается в том, что прославленные чемпионы, победоносные командиры, великие художники и выдающиеся государственные деятели родились уже с набором каких-то сверхспособностей. Это абсолютно не так! Правда в том, что все эти исключительные личности начинали как самые обычные люди. Они достигли величия только благодаря неустанным тренировкам собственной воли. Все знают об их победах и достижениях. Но никто не интересуется, сколько деся-

тилетий понадобилось каждому из них, чтобы достичь вершин мастерства и славы. День за днем они боролись с искушениями, противостояли сомнениям, критике и прямой агрессии – до тех пор, пока мир не признал их силу.

– «Небольшие ежедневные усилия в течение долгого времени приносят ошеломляющие плоды», – процитировал Художник правило, отчеканенное на пластине, которую они с Бизнес-леди получили из рук шофера в самом начале их путешествия на Маврикий.

Он вдруг повернулся к Бизнес-леди, схватил ее за руку и прижал к своему сердцу. Миллиардер будто не заметил этого внезапного порыва.

– Да, верно, – сказал он как ни в чем не бывало. – Как вы думаете, почему Микеланджело, Леонардо, Дисней, Шопен или Коко Шанель стали теми, кем их знает мир? Лишь благодаря небольшим постоянным усилиям, которые они предпринимали в течение очень долгих лет. Их ежедневный прогресс был мизерным, почти незаметным ни для них, ни для окружающих. Но они работали над собой каждый день, и в один прекрасный день всем стало понятно, что мир обогатился еще одним Мастером.

Мгла, царившая в Тадж-Махале все утро, почти рассеялась. За стенами мавзолея разгорался день. Райли сделал паузу и любовался богатым убранством Тадж-Махала, которое в свете дня предстало перед путниками во всем своем великолепии.

– Все гении начинали как самые обычные люди, запишите это у себя в мозгу золотыми буквами! – голос его звучал твердо и убедительно. – И вот что интересно: они так долго тренировали свой мозг, так тщательно старались выполнять свою работу по самому высшему разряду, что в конце концов уже не могли делать что-то посредственно.

– Все это действительно очень интересно, – заметила Бизнес-леди, – но мне очень нужны конкретные инструкции. С чего начать? На Маврикии мне было нетрудно вставать в пять утра, но я хочу, чтобы эта привычка сохранилась на всю жизнь.

Вместо ответа Райли чуть поклонился и сделал приглашающий жест.

– Прошу за мной, – сказал он учтиво.

Они прошли по лабиринту сумрачных комнат без окон и попали в небольшое помещение, где на стене висела самая обычная школьная доска. Миллиардер взял кусочек мела и очень быстро начертил на доске схему.

– Вот простая и очень наглядная модель, которая поможет вам понять, как формируются привычки, – пояснил он. – ЧЕТЫРЕ ШАГА превращения нового в привычное. Прежде всего, вам нужна своя собственная отправная точка, триггер, спусковой крючок, стимул. Чтобы подъем в пять утра стал для вас таким же естественным, как сон или еда, вам нужно выработать определенный ритуал. И кстати: никаких будильников.

Услышав это, Бизнес-леди удивленно вскинула брови.

– Когда мы доберемся до Рима, я объясню, почему в вашей спальне не должно быть никаких часов или иных гаджетов, помогающих проснуться, – сказал Райли.

– До Рима? – в один голос вскрикнули влюбленные.

Миллиардер не удостоил их ответом.

– Как только у вас выработается свой внутренний будиль-

ник, вы должны будете сделать следующий шаг, а именно: запустить цепную реакцию пробуждения всего организма.

– Правильно ли я понимаю, что организм сам, без участия воли, будет просыпаться в пять утра? – спросила Бизнес-леди.

– Абсолютно правильно, – кивнул миллиардер. – Это особенно важно, потому что открыть глаза по будильнику – дело нехитрое. Гораздо труднее справиться с рассудочной частью мозга, которая находится в префронтальной коре. Эта часть найдет кучу аргументов в пользу того, что вы должны остаться в постели. Так вот: вам нужно создать новые нейронные связи, которые построят в префронтальной коре другой нейронный контур. Иными словами, вместо того чтобы искать причины, почему нужно закрыть глаза и снова уснуть, рассудок найдет доводы, которые заставят вас подняться. Собственно, это и называется силой воли. Впрочем, не рассчитывайте, что это дастся вам легко. Выработка новых нейронных связей – дело долгое и очень муторное. Вам придется серьезно побороться с собственной ленью!

– «Все перемены сначала трудны, затем беспорядочны, и в конце концов великолепны», – процитировал Художник слова Заклинателя.

– Вот именно, – согласился миллиардер. – Но и это еще не все. Следующий шаг заключается в том, чтобы получить заслуженную награду. Это очень важный момент, потому что он дает мотивацию для того, чтобы начать вырабатывать

следующую привычку. Всегда вознаграждайте себя за достижения! Большие, средние, маленькие. Если вы сделали то, что считаете правильным – значит, вы заслужили награду. Празднуйте любую победу, и вам захочется побеждать снова и снова. И тогда…

– Мне уже нравится! – перебил его Художник. – Но мы когда-нибудь дождемся разъяснения формулы «20/20/20»?

Для постороннего уха эта реплика прозвучала бы грубо, но Бизнес-леди и миллиардер прекрасно понимали: Художника буквально распирало от желания расти и получать новые знания.

– Придется потерпеть еще немного, – ласково сказал Райли. – Формула «20/20/20» – тема нашего следующего урока. Сегодня мы, так сказать, готовим плацдарм для этого знания. А сейчас, с вашего позволения, я закончу свою мысль. Итак, вам нужно наградить себя за достижение – выработку новой привычки. Подумайте, какая награда вам нравится? Может быть, плитка элитного шоколада на десерт? Или час послеобеденного сна (кстати, многие великие лидеры выбирали для себя именно эту награду). Или великолепно иллюстрированная книга на интересующую вас тему. Здесь правил нет – вы сами решаете, какой подарок вас порадует и вдохновит.

– Это понятно, – кивнула Бизнес-леди. Лицо ее было серьезно, и это говорило о том, что идея награждать себя за достижения была для нее одновременно и новой, и весьма

ценной. Именно этого ей и не хватало в прежней жизни.

– Отлично, – улыбнулся миллиардер. – Теперь обратите внимание на последний пункт.

Он указал на слово «Повторение» – последний пункт в его схеме.

– Даже самые слабые импульсы, исходящие от вашего низшего «Я», от вашего первобытного мозга, могут представлять серьезную опасность для новых нейронных связей, – сказал он. – Вы будете постоянно испытывать искушение вернуться к прежнему образу жизни, позволить себе расслабиться. Но этого делать ни в коем случае нельзя. Чтобы блокировать эти импульсы, нужно непрерывно практиковать новое поведение. До тех пор, пока оно не станет вашей неотъемлемой частью. Будьте тверды в своем намерении оставаться членами клуба «Пяти Утра». Нет никаких причин для того, чтобы хотя бы раз пропустить ранний подъем. Помните: каждый раз, когда вы поднимаетесь до рассвета, вы устанавливаете связь с вашим подлинным «Я». Ваша душа очищается, ваш дух закаляется, ваш творческий огонь разгорается все ярче. Мудрецы знают: величайшую минуту славы человек переживает не тогда, когда ему рукоплещут миллионы, а в тихий рассветный час, когда он остается один на один со своей душой.

– Когда я начинала свой бизнес, то ориентировалась на опыт спортивных команд-чемпионов, – сказала Бизнес-леди. – Особенно мне запали в душу слова одного тренера, ко-

торый говорил, что победу им приносят не последние секунды матча, даже если в эти секунды был забит решающий гол, а долгие и упорные тренировки.

– И этот тренер абсолютно прав! – согласился Райли. – Решающие голы, доли секунд, отыгранные у противника, возможны только потому, что команда неустанно тренируется и отрабатывает все возможные ходы и движения.

– Супер! – восхищенно заметил Художник.

– Прежде чем отпустить вас сегодня, я хочу показать вам еще одну модель. – Райли повернулся к доске, намереваясь нарисовать еще одну схему. – Она называется «Сила-66». Впрочем, нет. Сначала дам вам пару практических советов, тем более что вы так мечтали об инструкциях.

– О, это то, что надо! – оживился Художник. – Конечно, я и так много узнал сегодня. Уверен, что этот трюк с наградой поможет мне победить прокрастинацию. Да я уже вижу изменения! Особенно, что касается физической формы.

– Мы тоже это видим, – улыбнулась Бизнес-леди.

– Я уже говорил вам, что мозг можно тренировать, как любую мышцу, – вернулся к теме миллиардер. – Но, как и любая мышца, мозг может уставать. Сила воли слабеет, если ее постоянно напрягать и не давать никакого отдыха. Может быть, вам знакомо такое слово, как «выгорание»? Многие об этом слышали, но немногие знают, как это происходит. Каждое утро вы просыпаетесь, так сказать, «с полной батарейкой». Но в течение дня этот заряд теряется. Вы дела-

ете свои рабочие дела, ходите на встречи, общаетесь с разными людьми… И в конце дня чувствуете себя абсолютно вымотанным. По прошествии какого-то времени вы понимаете, что у вас почти не осталось сил. Вам трудно вставать по утрам, трудно выполнять работу, которая раньше казалось легкой. Вы прокрастинируете, используете любую возможность увильнуть от нее. Почему так происходит? Потому что вы не использовали свой утренний потенциал! Секрет в том, чтобы делать самые важные для личностного и карьерного роста дела в утренние часы, когда ваша батарейка полна. Все, что не так важно, оставляйте на потом. А лучше – вообще отказывайтесь от дел, которые не ведут вас к цели. Берегите свои силы. И никогда – слышите? – никогда не принимайте никаких решений в состоянии усталости.

– Потрясающе! – Бизнес-леди подняла вверх большой палец. – Теперь я понимаю, почему у меня в последнее время не было никакого желания заниматься бизнесом.

– Все органы нуждаются в отдыхе и восстановлении, – наставительно продолжал миллиардер. – И мозг – не исключение. Не позволяйте себе уставать до состояния полного бессилия. Ваша воля очень зависит от физического самочувствия. Это секрет, который знают только самые эффективные лидеры. Когда вы устали, вы просто не можете принять адекватное решение. Чуть позже я дам вам практику, которую используют чемпионы и руководители самого высокого ранга. Она научит вас расслабляться и полностью восстанав-

ливать силы…

Его речь прервалась внезапным приступом кашля, продолжавшимся довольно долго. Бизнес-леди нахмурилась: этот симптом совсем не казался ей безобидным.

– Прошу прощения, – сказал миллиардер, когда кашель его отпустил. – Итак, правило номер один: не доводить себя до изнеможения. Но, уж если это случится, необходимо сначала восстановить силы, а потом заниматься делами. Есть еще один секрет, который поможет вам сохранить энергию и укрепить самодисциплину. Старайтесь поддерживать порядок там, где вы живете и работаете. Состояние нашего сознания напрямую зависит от пространства, в котором мы существуем. Если оно освобождено от всего лишнего и правильно структурировано – мозг так же освобождается и самоорганизуется. Знаете ли вы, что Стив Джобс предпочитал работать в помещениях, где минимум мебели и декора? Он заботился о том, чтобы стены его кабинета были выкрашены нейтральной светлой краской, а на столах и полках не было беспорядка. Хаос во внешнем мире порождает хаос в голове.

– Знаете, о чем я подумал? – перебил его Художник. – Я читал одну статью, и там было сказано, что все великие изобретатели одевались довольно скромно и не очень любили украшать свою одежду и дом. И вообще проявляли умеренность во всем, от еды до развлечений. Возможно, это связано с тем, что вы сказали. Им было важно освободить себя от всего лишнего, чтобы очистить сознание и укрепить во-

лю. Но даже не в этом дело! Я помню, в дни моей юности, когда меня интересовало только творчество, я носил то, что есть, и питался очень простой пищей. И знаете что? Я был полон энергии и идей! Мне кажется, это потому, что я не отвлекался ни на что лишнее. Нужно срочно вернуть эти времена, пока дурные привычки не поглотили меня полностью. Я с болью думаю о том, что слишком много времени убил на алкоголь и бессмысленное лежание на диване.

– Главное, что теперь ты все понял, – похлопал его по плечу миллиардер. – Изменения случаются не в одночасье. Любую дурную привычку можно заменить на полезную, хотя – повторяю – это не будет легко. Вспомните еще раз, что говорил Заклинатель: «Все перемены сначала трудны, затем беспорядочны, и в конце концов великолепны». А пока что просто пообещайте, что будете следовать всем моим рекомендациям.

– Обещаем! – в один голос воскликнули Художник и Бизнес-леди.

– Точно? – хитро прищурился Райли. – Тогда дай пять! – Он выставил растопыренную пятерню перед Бизнес-леди. Смеясь, она хлопнула ладонью по его руке. То же самое сделал и Художник.

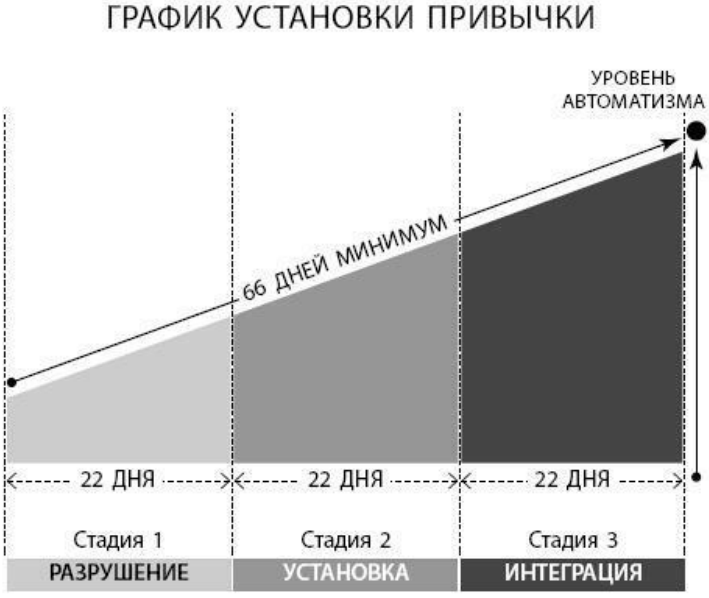
На звук пришел один из индусов-хранителей Тадж-Махала. В руках у него был небольшой бумажный свиток. Хранитель расстелил его на столе и зажег фонарик, чтобы ученики могли лучше разглядеть то, что было там изображено, – ко-

нечно, это оказалась очередная модель обучения, на это раз график.

Кроме графика, на свитке не было больше ничего – ни пояснений, ни правил.

Бизнес-леди и Художник с интересом смотрели на рисунок.

– Когда вы начнете формировать новую привычку или приобретать новый навык, – стал объяснять Райли, – вы неизбежно столкнетесь с мощным внутренним сопротивлением. Это самый тяжелый период, и на модели он отображен здесь. – Он ткнул пальцем в первый столбец. – Заклинатель называет это «временем разрушений». Если вы успешно преодолеваете это сопротивление, то переходите ко второй стадии процесса. Ваш мозг создает новые нейронные связи, и навык, который вы хотите приобрести, становится все более и более привычным. Так происходит установка вашей привычки. На этой стадии вам может казаться, что, несмотря на все ваши усилия, ничего не происходит и нет никакого прогресса. Но на самом деле он есть! Важно не оставлять попытки и продолжать до тех пор, пока вы не достигнете третьей стадии.




Он указал на третий столбец.

– Вот здесь начинается самое замечательное: интеграция. Новый навык стал для вас привычным и приятным. Вы наконец-то увидели свой рост, получили первые плоды новоприобретенной привычки. Но и здесь важно сознательное и регулярное повторение навыка, потому что легкость, которой вы достигли, может ввести вас в искушение пропустить денек-другой. Помните: чтобы привычка закрепилась и прочно

вошла в подсознание, то есть стала автоматической, необходимо не менее шестидесяти шести дней. Эти цифры взяты не с потолка. Они были получены в ходе специального исследования Кембриджского университета. Как я уже говорил, Заклинатель называет этот принцип «Сила-66». Итак, вам потребуется чуть больше двух месяцев, чтобы новая привычка стала частью вас самих. Так что, если вы, к примеру, захотите бросить курить, вам нужно не притрагиваться к сигаретам шестьдесят шесть дней. Точно так же обстоят дела и с ранними подъемами: чтобы стать полноценным членом клуба «Пяти Утра», вставайте до рассвета шестьдесят шесть дней подряд.

– А потом? – спросил Художник.

– А потом увидите, – подмигнул Райли. – Обещаю вам: то, что случится, вас очень удивит!

– Почему Заклинатель называет первые двадцать два дня «временем разрушений»? – поинтересовалась Бизнес-леди.

– Потому что любые перемены даются с огромным трудом, – ответил миллиардер. – Ведь, приступая к чему-то новому, вы ломаете старые шаблоны поведения. Это всегда очень болезненный процесс. Вы перепрограммируете свой мозг, заставляете его работать в полную силу. На начальной стадии тратится больше всего умственной и физической энергии. Подумайте, почему космический шаттл тратит больше половины запаса топлива в течение первой минуты после старта?

– Потому что ему нужно преодолеть гравитацию, – уверенно сказал Художник.

– Именно, – подтвердил миллиардер. – Такой расход топлива требуется для того, чтобы оторваться от земли и подняться в небо. Но как только корабль выходит на орбиту, он практически не тратит горючее на то, чтобы двигаться вперед. Его несет сила инерции. Что касается привычек, то здесь работает тот же самый механизм. В роли гравитации выступают старые шаблоны поведения, которые глубоко укоренились в подсознании. Но, как только вы поднимете над ними и «выйдете на орбиту» нового навыка, в действие вступит энергия привычки и вам почти не придется тратить сил. В мои цели не входит пугать вас, но я должен предупредить, что вы еще не вступили в эту первую фазу. Сейчас вам кажется, что вставать в пять утра не так уж и трудно. Но не забывайте, что вы находитесь в особых условиях. Вы проходите обучение под моим руководством, пользуетесь моей энергией. Можно сказать, я выступаю в роли вашего «топливного бака». Но, когда мы расстанемся и начнутся ваши первые двадцать два дня, вам придется туго. Вам будет казаться, что перед вами встала непреодолимая стена. Но не поддавайтесь отчаянию – просто знайте, что настало «время разрушений» и его нельзя миновать. Потерпите двадцать два дня, пока ранний подъем не станет для вас такой же рутиной, как утренний туалет. И еще: помните о том, что гении и герои всех эпох проходили через это «время разрушений».

Пусть вас вдохновляет то, что вы идете по их следам.

Я видел много людей, которые пытались стать членами клуба «Пяти Утра», но сдавались уже на этом этапе. Они говорили, что это невозможно. Они жаловались на плохое физическое самочувствие, усталость, проблемы с концентрацией. «Оно того не стоит», – утверждали они. Что я мог сказать им? То же, что говорю и вам: продолжайте, чего бы это ни стоило. Да, сначала будет больно и очень-очень трудно. Но вы уже знаете, что именно в трудностях кроется величие. Когда перед вами встает выбор между простым и сложным, выбирайте сложное. Руководствуйтесь этим правилом не только для того, чтобы обрести привычку рано вставать. Вспоминайте его в любой ситуации. Ищите трудных путей. И не обращайте внимания на желание сдаться. Оно – неотвязный спутник любых начинаний.

– В первые двадцать два дня рушатся основы, на которых мы привыкли строить свою жизнь, – эхом отозвалась Бизнес-леди. – И поэтому это так больно, верно?

– Да, – кивнул миллиардер. – И вот что еще я хочу сказать вам, друзья мои. Когда вы пробуете что-то новое, то может показаться, что вы не созданы для этого, что это вам не свойственно. Но следует помнить: если вы не делали чего-то раньше, это вовсе не означает, что вы не сможете стать мастером этого нового дела. Вся система воспитания и образования нацелена на то, чтобы внушить человеку, будто дело, которое у него не получается, совсем ему не подходит. А

значит, надо бросать его на полпути и менять род деятельности. Но это не так! Если бы ученые после первых неудачных экспериментов оставляли попытки добиться цели, у нас не было бы ни радио, ни телефонов, ни других достижений цивилизации. Мы бы до сих пор жили в пещерах – просто потому, что так привычнее.

– Это так, – согласилась Бизнес-леди. – Я смогла обойти большинство конкурентов только потому, что они действуют по раз и навсегда заведенной схеме. Конечно, есть и те, кто ищет новые пути, но таких единицы. В основном бизнесмены предпочитают не рисковать.

– Они боятся не риска, – возразил Райли. – Они боятся взять ответственность за собственную жизнь. Ведь им придется поменять не только стиль управления, но в первую очередь самих себя. А это – ломка укоренившихся шаблонов, построение новых нейронных связей, полная трансформация психологии, физиологии, эмоциональной и духовной сферы. Это трудный путь, и по нему идут только самые отчаянные храбрецы. Кришна, дай мне фонарик, – обратился он к индусу-хранителю и, получив фонарь, направил луч на центральную часть графика.

– Середина. Самый важный этап! – веско заявил он. – Стадия установки – плато рутинных действий, – когда кажется, что в вашей жизни не происходит ровным счетом ничего. Но на самом деле кардинальный поворот к новому случается именно здесь. В этот период вы проходите через внутрен-

нюю реконструкцию. Старый фундамент снесен, и вы кирпичик за кирпичиком выстраиваете новое основание. Вы можете заметить, что вступили в этот этап по тому, что вам, с одной стороны, уже не так тяжело дается новая привычка, а с другой – вы чувствуете некое смущение и даже разочарование оттого, что нет никаких результатов. Многие из тех, кто успешно преодолел первый тяжелый период, попав на «плато рутинных действий», сдаются. Они решают, что метод пяти утра себя не оправдал, и возвращаются к прежней жизни. Когда вас будут посещать такие мысли, можете себя поздравить, потому что вы на верном пути. Более того, вы прошли уже больше половины, и все, что вам нужно – продолжать вставать в пять утра и следовать формуле «20/20/20». Вы находитесь на пороге новой жизни, хотя сами еще об этом не знаете. Помните слова Юнга: «Во всем – и в хаосе, и в рутине – есть свой тайный смысл».

Он погасил фонарик, и в комнате вновь воцарился полумрак.

– Период установки привычки, «плато рутинных действий» – настоящее Эльдорадо. Ваш мозг начинает работать по-новому, «обкатывает» только что созданные нейронные связи. Тело привыкает к ранним подъемам, психика становится более устойчивой. Но вы вступаете на неизведанную территорию, поэтому можете чувствовать некоторую растерянность – это нормально. Вам еще предстоит обживать это новое пространство, так что время от времени вас будут по-

сещать и страхи, и сомнения. Но не переживайте: сад вашего величия дал первые всходы, и уже совсем скоро вы станете пожинать плоды своих усилий. Вы откроете в себе бесконечный творческий потенциал. Но вам нужно пройти через эту рутинную середину. Она отнимет у вас очень много сил, потому что на то, чтобы создать и опробовать новые нейронные связи, требуется энергия. Так что не удивляйтесь тому, что к неустойчивому эмоциональному состоянию прибавится еще и физическое истощение. Великие йоги древности, провидцы и философы называли этот этап «темной ночью души». Но говорили они и другое: «Ночь темнее всего перед рассветом!» Вам суждено из гусеницы стать бабочкой, а этот процесс никогда не бывает легким. Некоторые мистики считали, что, когда человек вступает на путь перемен, он переживает несколько мини-смертей: старые части души умирают, но рождаются новые – свободные, смелые, не ограниченные в своих творческих порывах. Заклинатель как-то сказал: «Чтобы твое истинное „Я“ могло родиться, нужно, чтобы твое прежнее „Я“ умерло». Звучит угрожающе, но это правда. Я сам прошел через все эти этапы, и порой мне казалось, что меня разрезали на мелкие кусочки и мне не удастся собрать себя воедино. Но затем я обрел себя и понял, что до того, как вступил на путь перемен, никогда не был по-настоящему целостным. Восприятие реальности, которое навязывает нам внешний мир, – колоссальный обман. Большинство людей находятся в иллюзии. Им кажется, что если они будут

придерживаться знакомых путей, то останутся в безопасности и проживут дольше. Но это не так: идти вперед намного безопаснее, чем находиться на месте. Так что пройдите через эти двадцать два дня и знайте: скоро из куколки появится бабочка, и вы узнаете, что такое настоящая свобода и настоящий полет.

– О, как мне хочется уже отправиться в этот полет! – вдохновенно воскликнул Художник. – Я буду просыпаться до рассвета всю оставшуюся жизнь. Даже если это убьет меня.

Миллиардер бросил на него долгий и пристальный взгляд.

– Я много раз проходил через перемены, – медленно и тяжело произнес Райли. – И в первый, и в десятый раз это было так же болезненно. Когда я хочу обрести новую привычку, выстроить новые нейронные связи, мне приходится преодолевать новый цикл смерти и возрождения. И могу вам сказать, что это и впрямь похоже на смерть. Я всякий раз думаю, что меня прикончит либо физический недуг, либо страх, либо я просто сойду с ума. Но до сих пор мне удавалось выходить из этих кругов ада победителем, и обретать такие дары, которые стократно покрывали все мои мучения. Повторяю: это очень болезненный процесс, и лишь немногие решаются пройти через него. А уж повторять это вновь и вновь – на такое способны лишь единицы. Их-то мы и знаем как величайших гениев, героев и первооткрывателей. Я бы не привел вас обоих на этот путь, если бы не видел, что вы обладаете настоящим бойцовским духом. Вам нужно лишь позволить

ему выйти на свободу.

Бизнес-леди и Художник переглянулись. Услышанное не то что встревожило их, но заставило более серьезно взглянуть на свои возможности.

Миллиардер мгновенно отреагировал на их сомнения.

– Ну-ну, выше нос, котятки! – он подпрыгнул на месте и громко хлопнул в ладоши. – Все не так грустно. Несмотря на то что работка вам предстоит не из легких, она стоит того. Итак, на втором этапе мозг укрепляет новые нейронные связи. Когда они станут достаточно крепки, наступит третья стадия – интеграция. Это заключительный и самый приятный отрезок пути.

Миллиардер улыбнулся и мечтательно поднял глаза кверху. Затем он резко наклонился и коснулся пальцев ног. Видимо, это должно было означать крайнюю степень удовольствия.

– На этой финальной стадии вы наконец можете насладиться всеми теми преимуществами, которые дает вам навык раннего подъема. Это время триумфа. Вы получаете заслуженную награду и становитесь пожизненным членом закрытого клуба «Пяти Утра». Моральные страдания и физическое истощение, которые сопровождали вас на первом этапе, позади. Миновали страхи и сомнения второго этапа. Вы прошли через боль, опасность и хаос и обогатились бесценным опытом преодоления своих собственных ложных установок. Наконец-то вы вышли на широкую дорогу, по кото-

рой идти – одно удовольствие. Вы познакомились со своей истинной природой и стали лучшей версией самого себя. Теперь вы обладаете силой, способной сворачивать горы. Ваше влияние на людей огромно. Ваши достижения невероятны. Привычка, которая поначалу причиняла столько мучений, стала для вас нормой жизни. Вы интегрировали ее, сделали частью своего существа. Теперь она вписана в матрицу вашего сознания – на психологическом, эмоциональном и духовном уровне.

– И что, на этом третьем этапе жизнь действительно станет простой и легкой? – с надеждой спросил Художник.

Вместо ответа Райли бросился на мраморный пол мавзолея и начал отжиматься в очень быстром темпе. Больше всего в этот момент он был похож на боксера, который где-то в подсобке ждет своего выхода на ринг и готовится к решающему раунду.

– И что на сей раз означает эта выходка? – рассмеялась Бизнес-леди. «А мне начинают нравиться эти безумства! – подумала она. – Обожаю его».

Миллиардер бодро вскочил на ноги и сделал вид, что колотит грушу.

– Выходка? – говорил он, нанося удар по невидимой цели. – Вовсе нет! – Он остановился. – Что в жизни важнее всего? Рост! Нужно постоянно тянуть себя за шкирку, стремиться вверх, стараться прыгнуть выше головы! Я отжимаюсь ежедневно не менее тысячи раз. Как вы думаете, поче-

му у меня такой пресс? И такие… – он смущенно потупил взгляд, – ягодицы? Все благодаря этому простому и доступному упражнению. Мышцы, сердце, легкие – все работает безотказно! Но отжимания – это не только прекрасный способ сохранить форму. Благодаря им я могу почувствовать себя молодым, энергичным и радостным. Скука и застой – вот что убивает дух жизни. Никогда не стойте на месте.

Он сделал глубокий вдох.

– Для настоящего воина каждая достигнутая вершина – всего лишь подножие следующей. Тысяча отжиманий в день – это необходимый ритуал, который напоминает мне, что я все еще в пути. Я должен идти вперед. Как только я достиг определенной планки, я тут же поднимаю ее. И вы будете поступать точно так же. Как только нужная привычка станет частью вас самих – отправляйтесь за новым навыком. Еще более трудным. Еще более полезным. И не бойтесь неудачи – бойтесь остановиться в своем росте.

– Кажется, я уловила мысль. – Бизнес-леди достала блокнот и очень быстро стала что-то писать.

Миллиардер подождал, пока она закончит, а затем снова указал на третий отрезок графика.

– Самый потрясающий эффект этого метода шестидесяти шести дней заключается в том, что, как только закончится период интеграции, вам уже не потребуются никакие сознательные усилия для того, чтобы вставать в пять утра. К этому времени ваш «внутренний будильник» будет рабо-

тать безотказно. Пробуждение до рассвета станет для вас таким же естественным, как любая другая физиологическая потребность. Теперь ваша сила воли может отдыхать. Или – что лучше всего – начать работать на новую привычку. А затем еще и еще. Формируя привычку за привычкой, вы поднимете на такой уровень личной продуктивности, который свойствен только мастерам высочайшего класса. Ни одну вершину нельзя покорить с налета – восхождение должно быть постепенным. Это знают все олимпийские чемпионы. Что отличает гения от обычного человека? Одно простое умение вырабатывать у себя нужные привычки. Каждый человек обладает примерно одной и той же силой воли. Но если обыватель растрачивает эту силу на то, чтобы плыть по течению и удерживаться на поверхности, то лидер использует свою силу воли для погружения в глубину. Но самый удивительный и щедрый дар, который дает метод шестидесяти шести дней, – в том, что со временем этот метод и сам становится привычкой. Только представьте себе, что вам вообще не нужно будет напрягаться для того, чтобы вырабатывать привычку за привычкой! Это станет образом жизни. Ваша энергия будет безграничной. Вы сможете делать все, что только пожелаете. Любая мечта станет достижимой. Вы забудете о том, что когда-то жили по-другому, что когда-то вас одолевали сомнения, вы переживали провалы и разочарования. У вас появится энергия на то, чтобы изменить этот мир.

– Хотите сказать, что уже не обстоятельства будут управ-

лять нами, а мы будем управлять обстоятельствами? – недоверчиво спросила Бизнес-леди.

– Именно так! – Миллиардер снова хлопнул в ладоши и притопнул ногой в знак согласия.

Художник вдруг сорвался с места и начал ходить взад-вперед. Вид у него был возбужденный.

– Это колоссально, просто колоссально! – быстро и громко заговорил он. – Это то, чего мне так не хватало! Шестьдесят шесть дней, по двадцать два дня на каждый из трех этапов – разрушение, рутину и интеграцию… Вот тот путь, который я должен пройти для того, чтобы отточить нужный навык и довести его до блеска, до автоматизма!

– Совершенно верно, – улыбнулся миллиардер. – Шестьдесят шесть дней. Девять недель. Два месяца с хвостиком. И каждый день – подъем в пять утра. Особенно сложно придется в самой середине процесса. Вы будете истощены физически и морально. Все чаще и чаще начнут приходить мысли о том, что все это бессмысленно и не дает никакого эффекта. Понадобятся все ваше терпение, решимость и мужество, чтобы продолжать работать над собой. Когда вам захочется все бросить – вспомните это утро, когда вы стояли вместе со мной в полумраке Тадж-Махала и я наставлял вас в терпении. Сам этот прекрасный мавзолей не есть ли памятник терпению? Думаете, Шах-Джахану не хотелось все бросить? Руководя строительством, он уставал не меньше, чем архитекторы, каменщики и разнорабочие. Тадж-Махал недаром

считают одним из чудес света. Чудо требует времени. Храните преданность своей мечте, вставайте до восхода солнца, проводите час наедине со своей душой, учитесь управлять четырьмя Внутренними Царствами. Умножайте свои таланты и становитесь одним из тех редких счастливцев, которые умело правят кораблем своей жизни!

– Больше всего на свете я хочу стать хозяйкой своей судьбы! – страстно произнесла Бизнес-леди. – Теперь я понимаю, почему до сих пор мне это не удавалось. Мне не хватало преданности и терпения. Я просто не знала, что это – дело времени. Важно не бросать попытки и каждый день повторять то, что нужно, пока это не станет частью меня.

– Абсолютно верно, – одобрительно кивнул Райли. – Большинство людей не знают, что время на их стороне. Чем дольше делаешь что-то, тем глубже это проникает в тебя, пока не становится частью твоей натуры. Это простой, но безотказный метод. Видите ли, человек создан для славы – и неважно, что вы подразумеваете под этим словом: счастье, достаток, здоровье, успех. Но как этого достичь? Об этом не говорят в школе, не учат в университетах. А между тем знание простых механизмов могло бы помочь людям выйти их тьмы апатии, посредственности и нищеты. Пообещайте, что в свое время поделитесь с людьми своим знанием, которое может сделать этот мир более безопасным, здоровым и щедрым.

– Обещаем, – откликнулись Бизнес-леди и Художник.

Миллиардер глубоко вдохнул и закрыл глаза. В молчании

он провел несколько минут. Медитировал или молился – кто знает…

В этой звенящей тишине, в полумраке склепа, Бизнес-леди чувствовала себя в безопасности, любви и покое. Рядом с ней был удивительный наставник. Рядом с ней был мужчина, в которого она влюблена. Она переживала самое странное, прекрасное и волшебное приключение в своей жизни. Все это она смогла осознать лишь здесь, в сердце Индии, внутри одного из семи чудес света. «Чудо внутри чуда», – усмехнулась про себя молодая женщина.

В мыслях она перенеслась во внешний мир, туда, где царили манипуляции, обман и предательство. Ей вдруг стало ужасно смешно. Не в силах сдерживать это чувство, она звонко расхохоталась. Это был не тот холодный светский смех, которым смеются люди, соблюдающие правила приличия – это была воплощенная радость человека, перед которым только что открылась тайна жизни. Впервые в жизни Бизнес-леди поняла, что такое счастье. Ее уже не волновали инвесторы, не страшили угрозы. Какое-то внутреннее чутье подсказывало ей, что все разрешится само собой, нужно просто отдать это жизни. Ведь жизнь всегда находит лучший способ решить проблему. Сейчас Бизнес-леди от души смеялась над этой ситуацией – но не над своими чувствами. Она уже научилась приветствовать естественные движения души, такие как гнев, грусть и страх. Она знала, что это – нормально для человека. А она – человек, и ей свойственны

слабости. Но также ей свойственны мужество и храбрость. И этого ей не занимать. Сегодня в Тадж-Махале она окончательно осознала, что бизнес, успех, признание и влиятельность – не самые важные вещи на свете. Многие богачи откровенно несчастны, а многие бедняки находят счастье в простых вещах.

«Нет на свете ничего важнее счастья, – думала женщина, чьи деловые качества сделали бы честь любому мужчине. – И нет ничего бесценнее душевного покоя».

Да, она была счастлива. Она вступала в золотую пору своей жизни. Она молода, здорова, твердо стоит на ногах. Ее глаза прекрасно видят, ее ноги могут обойти полсвета, ее руки ловки, а разум ясен. Каждый день она ест самую лучшую еду, в то время как миллиарды людей мечтают о куске простого хлеба и кувшине чистой воды. У нее есть крыша над головой, огромная библиотека с сотнями мудрых книг. У нее есть работа, которая вдохновляет и приносит удовлетворение. А теперь у нее есть еще и любовь…

Как же она богата! Миллиардер прав: она должна работать над собой. Должна стать Мастером – не только для себя, но и для людей. Мир дал ей все – и теперь настала пора послужить этому миру. Но прежде ей нужно сделать еще один важный шаг.

Нужно простить.

До сих пор обида отравляла ее сердце даже в самые счастливые часы безмятежного утреннего покоя. Но сегодня, стоя

внутри этого величественного мавзолея, который появился благодаря величайшей любви и величайшему вдохновению, молодая женщина нашла в своем сердце то, чего ей так не хватало.

Она нашла прощение.

Инвесторы перестали казаться ей врагами. Страх и обида ушли навсегда. Все разочарования, провалы и огорчения стали казаться ей чем-то не заслуживающим внимания. Жизнь слишком коротка. Зачем же тратить драгоценное время на то, чтобы воспринимать всерьез несерьезные вещи? Когда жизнь ее подойдет к концу, будет ли так важно, кто владеет ее компанией – она или инвесторы? Нет! На пороге смерти ее будет волновать лишь один вопрос: кем стала она сама? Достигла ли она личного Мастерства? Стал ли мир лучше благодаря ей? Сколько слез она пролила? Сколько улыбок подарила? Была ли она счастлива, в конце концов?

Да, миллиардер был прав: человек не может сделать больше, чем позволяет его сознание. Инвесторы не знают другого пути, кроме как грабить, манипулировать и угрожать. Эти люди доставили ей немало хлопот, причинили много страданий. Но почему? Да потому что сами они нездоровы. Внутри каждого из них есть незажившая рана. Они ненавидят себя и потому причиняют боль другим.

Бизнес-леди поняла, что ей открылось высшее видение, которое закрыто от большинства людей: это от невыраженной боли в мире царят ненависть, агрессия, алчность и об-

ман; из-за этого случаются войны; из-за этого одни люди отбирают у других то, что те заработали собственным трудом и талантом…

Теперь молодая женщина была почти благодарна своим инвесторам-грабителям. Ведь это они поставили ее в такие обстоятельства, когда она вынуждена была начать учиться. Они подтолкнули ее к краю и тем самым вывели на путь самопознания. Без их угроз она бы не начала меняться и не открыла бы самую сокровенную тайну жизни.

Конечно, все это случилось еще и потому, что в нужный момент рядом с ней оказался Райли, этот эксцентричный и мудрый наставник, человек с миллиардным состоянием. Это он каждое утро осыпал ее щедрыми дарами простых и глубоких истин, которые помогли ей познать саму себя. Метод Пяти Утра и впрямь оказался чудодейственным. Таким образом, Стоун Райли сдержал свое невероятное обещание, которое он дал им на конференции Заклинателя.

«Ах, если бы меня окружали только такие люди! – мечтала Бизнес-леди. – Прирожденные лидеры, гении, раскрывшие свой потенциал. Те, кто изменяет мир не силой своих денег и высокого положения, а силой своей души, не преследуя никаких корыстных интересов».

Бизнес-леди вспомнила строки поэтессы Майи Энджелоу:

Только одну заповедь оставляю я вам:
Будьте тем, кем вас создала Вселенная.

Творите добро даже там, где царит тьма.
Ведь птица поет не оттого, что ей хорошо или плохо —
Она поет просто потому, что умеет петь.

В этот же миг перед ней предстал образ другой великой женщины – матери Терезы. Она говорила: «Секрет счастья прост: каждый должен мести свою сторону улицы. И тогда в мире будет чистота».

Итак, в это особенное утро, стоя в полумраке одного из величайших памятников мира, Бизнес-леди простила не только своих инвесторов – она простила саму себя. И заключила с собой договор. Она может помочь этому миру только одним способом: развивая собственные таланты, увеличивая свою личную силу, профессионализм и мастерство. Бизнес-леди дала себе слово оставить все мысли о самоубийстве. Она также поклялась, что до конца своих дней будет вставать каждое утро в пять часов. Каждое утро она будет дарить себе Час Победы, свободный от забот, сомнений и пустых разговоров. Она пообещала следить за своим физическим телом, укреплять и тренировать его. Она дала себе слово, что будет впускать в сознание только те мысли, которые дарят ей душевный покой и уверенность. Да, внутри все еще жива слабая и напуганная часть души, испытавшая много боли, у нее своя правда, у нее есть причины бояться риска. Но Бизнес-леди больше не будет принимать их в расчет – потому что она заслужила Величие. Она достойна стать одним из тех

Героев, которые действительно меняют мир.

Громкий голос миллиардера прервал ее размышления.

– Эй, кто там хотел простых и понятных инструкций? – гаркнул Райли. – Сейчас вы получите три ультрапростые и ультраэффективные практики, которые помогут вам закрепить любую вновь приобретенную привычку.

Он включил фонарик и направил луч на потолок. Сквозь замысловатую лепнину проступили светящиеся слова.

**Правило Первое**

Чтобы привычка осталась с вами навсегда, никогда не действуйте в одиночку.

**Правило Второе**

Делитесь знаниями, чтобы получить еще большую мудрость.

**Правило Третье**

Когда вам захочется все бросить, вы должны удвоить усилия.

– Не слишком сложно, правда? – довольно произнес миллиардер. – Но самые простые истины, как правило, и самые глубокие. Первое правило напоминает вам, что без поддержки единомышленников невозможно добиться впечатляющих результатов. Вот почему я все время говорю о клубе «Пяти Утра» и о том, что нужно непременно стать его членом. Намного легче оторвать себя от кровати, когда ты чувствуешь за собой силу множества высокоэффективных людей –

людей, которые жертвуют своим сном для того, чтобы довести свое личное мастерство до мирового уровня. «Группа поддержки» – надежный и проверенный способ сделать свою жизнь такой, какой вы хотите ее видеть.

Миллиардер вдруг схватился за грудь, словно его пронзила сильнейшая боль. Он несколько раз глухо кашлянул, но затем выпрямился и, как ни в чем не бывало, продолжил:

– Второе правило учит, что знание, которое вам дано, вы должны применить в своей жизни, а затем поделиться этой мудростью с миром. И тогда мир одарит вас еще более глубоким и совершенным знанием. Это бесконечный процесс, подобный восхождению к звездам.

– Надо же, – удивилась Бизнес-леди. – Никогда не думала о знаниях в таком ключе.

– Вот вам и пища для размышлений, – улыбнулся миллиардер. – И наконец, третье правило. Самое важное. Я уже говорил вам, что в конечном итоге все решает мужество. Именно в тот момент, когда вы чувствуете, что силы ваши иссякли, что нет никакой возможности идти дальше, вы должны подняться и сделать еще один шаг. А затем другой, третий и так далее – до тех пор, пока не обретете Силу, которая сама будет нести вас. Самодисциплина, настойчивость и решимость – вот прочная основа любого успеха. Кроме того, это очень сильно питает самоуважение. Мастер должен уважать самого себя, потому что это повышает его личную производительность.

Никого не предупредив, миллиардер подпрыгнул и ухватился за крюк, торчавший из низкого потолка. Повиснув на одной руке, как обезьяна, он закрыл глаза и монотонно продекламировал:

– «Любое серьезное знание требует долгих лет смиренного учения и преданности учителю».

Он отпустил крюк и спрыгнул на пол, мягко спружинив на обе ноги.

– Джеральд Сайкс, – объявил Райли. – Писатель и философ. Посмотрите на себя: вы – двое замечательных людей, обладающих выдающимися качествами и невероятными талантами. Как никто другой, вы заслуживаете того, чтобы воплотить в жизнь все те удивительные дары, которыми вас осыпала Вселенная. Вы способны осуществить самые грандиозные замыслы. Но! – Он поднял вверх указательный палец. – Не смейте предавать ту Силу, которая дремлет внутри каждого из вас. Мягкая постель и сладкий утренний сон – это наркотик, который сгубил не одну тысячу талантливейших людей. Те, кого мы называем великими, стали такими не потому, что нежились под одеялом. Они не жалели себя и шли путем, к которому были призваны, – путем Величия. Многих из них называли сумасшедшими. Почти всех считали людьми с невыносимым характером. И лишь единицы добились признания при жизни. Такова цена мастерства! Величие требует времени, самоотверженности, терпения и убежденности. Героями не становятся в один миг. Пообещайте

себе, что отныне и до конца жизни будете вставать в пять утра, что бы ни происходило. И непременно сдержите слово. И тогда вы станете легендами. Это обещаю вам я, Стоун Райли, человек, который никогда еще никому не солгал.

Миллиардер молча обнял своих учеников и исчез в лабиринте мраморных комнат.

# Глава 13
# Тайна формулы «20/20/20»

*Порой и мне не хочется вставать по утрам; и тогда я говорю себе: «Сегодня мне предстоит сделать то, что, кроме меня, не сделает никто». И я встаю и иду.*
***Марк Аврелий, Римский император***

«Рим! Моя кровь пропитана его силой. Его магия возрождает мой дух всякий раз, когда энергия моя на нуле. Его великолепные виды заставляют меня любить жизнь», – так думал Стоун Райли, эксцентричный миллиардер, философ и наставник двух молодых людей, волей судьбы оказавшихся рядом с ним в тот знаменательный день на конференции Заклинателя.

Элегантный частный самолет, принадлежавший компании Райли, мягко приземлился и выруливал с посадочной полосы частного аэропорта. Капитан объявил о благополучном приземлении, и из динамика полилась «Magnolia», песня итальянской группы «Negrita», которую Стоун Райли просто обожал. Он немедленно начал покачивать плечами в такт музыке и тихонько подпевать, пропуская некоторые слова.

«Рим! – думал он, окидывая взглядом бездонное синее небо Италии и зеленые холмы, покрытые желтыми и лиловыми цветами. – Запредельная гордость, дьявольские стра-

сти, славные победы и величайшая культура. Огромный плавильный котел, из которого вышла цивилизация. Как же все это волнует и вдохновляет меня!»

Он прикрыл глаза и перенесся в воображении к церкви Тринита-деи-Монти, представил, как взбегает по Испанским ступеням, как лучи света скользят по каменным фигурам у входа в храм. Из закрытых глаз выкатились две слезинки. Райли украдкой смахнул их и широко улыбнулся. Теперь он думал о своей любимой итальянской еде. Свежайшая моцарелла, качо-э-пепе, аматричана и карбонара… Миллиардер сглотнул слюну. Да, где еще можно так наслаждаться жизнью, как в Риме? И все это – посреди гениальной архитектуры, сделавшей Вечный город живым музеем. «В душе я воин, поэт и крестьянин, – думал миллиардер. – Как воин, я люблю славу Рима. Как поэт, я люблю его духовное наследие. Как крестьянин, я люблю его простую и изысканную деревенскую еду».

Бизнес-леди и Художник сидели на соседних креслах и были чрезвычайно увлечены тихой беседой. Они не подозревали, какую бурю чувств сейчас испытывает их эксцентричный наставник.

Миллиардера захватили воспоминания молодости. Здесь он провел лучшие, хотя далеко не самые идеальные годы своей молодости. Он жил тогда в апартаментах на Виа Витторио. Если в Цюрихе он работал над собой, а в Америке управлял корпорацией, то в Риме он отдыхал душой и телом. Никакой

другой город на земле не заставлял его испытывать столько ощущений – порой радостных, а порой довольно острых.

Когда ему хотелось покоя, он бродил по Вилла Боргезе, роскошному парку, где царил вечный аромат гардений. Город, где днем, вечером и даже ночью кипела жизнь, в пять утра мирно спал. Миллиардер садился на велосипед и проезжал по своим любимым местам. Он умывался в фонтане Треви, любовался грандиозным величием Колизея и останавливался на Пьяцца Навона. Там, на ступенях старинной церкви, он встречал рассвет и благодарил Создателя за то, что Он подарил ему этот древний и вечно юный город. В Риме миллиардер чувствовал себя живым.

Читателю, возможно, было бы интересно узнать, что именно в Риме Стоун Райли встретил любовь всей своей жизни. Он познакомился с ней в книжной лавочке недалеко от Виа деи Кондотти – улицы, славящейся своими запредельно дорогими бутиками.

Миллиардеру тогда было уже под сорок. В его жизни, безусловно, были женщины, но ни одна из них не смогла войти в его сердце прочно и навсегда. Он завернул в лавку в поисках книги, которая сопровождала его во всех странствиях, – но, улетая в Италию в тот раз, он забыл ее на рабочем столе. Это была «Чайка по имени Джонатан Ливингстон» Ричарда Баха. История птицы, которая знала, что ее призвание состоит в том, чтобы летать выше и дальше всех.

Ванесса (так звали симпатичную продавщицу) момен-

тально нашла эту книгу среди тысяч других. Несмотря на то что Райли с самого начала стал проявлять знаки внимания, она никак не ответила на явную симпатию – отстраненно-вежливо протянула ему книгу и тут же занялась другим покупателем. Стоун Райли понял, что наскоком эту крепость не взять. Прошло больше года, прежде чем молодая женщина согласилась с ним поужинать. Все это время он почти каждый день заходил в ее тесную лавчонку, заставленную массивными книжными полками.

Ванесса не была похожа ни на одну из тех женщин, что он знал раньше. Ее незаурядная красота, живой ум, богемный юмор и неуместный смех вызывали у Стоуна Райли ощущение огромного счастья. Они поженились в Апулии, в очаровательном приморском городке под названием Монополи.

– Да, это был особенный день, – пробормотал миллиардер.

– Вы что-то сказали? – Бизнес-леди оторвалась от разговора с Художником.

Но магнат, погруженный в свои воспоминания, не услышал вопроса. Да, тот день запомнился ему на всю жизнь. Прямо на приморской площади стояли столы. Деревенский оркестр играл веселую музыку, и они с Ванессой всю ночь танцевали горячие народные танцы. Он никого не звал на свадьбу, но, как это часто бывает в Италии, к вечеринке очень скоро присоединились все горожане. Итальянцы бесконечно поздравляли новобрачных и несли свои нехитрые подарки – домашнее вино, козий сыр, оливковое масло.

Это была настоящая, глубокая и страстная любовь. Но такое сильное чувство стало причиной и столь же сильной боли. Миллиардер помрачнел. Ему вспомнились слова Халиля Джебрана.

> Когда любовь позовет вас в путь, следуйте за ней, хотя дороги ее трудны и тернисты.
>
> Когда она осенит вас своими крылами, не противьтесь, даже если в оперении ее спрятан меч.
>
> Когда любовь говорит вам, верьте ей, даже если голос ее рушит ваши мечты, подобно тому, как северный ветер опустошает сад.
>
> Ибо любовь венчает вас, но она же вас и распинает.
>
> Она поднимает вас к вершинам, но она же и бросает вас на дно.

Любовь Стоуна и Ванессы не была легкой лодкой, дрейфующей в тихих водах спокойной гавани. Она был кораблем, пережившим не одну житейскую бурю. Все же они прожили в абсолютном счастье и взаимопонимании почти двадцать лет. С тех пор прошло много лет, но Райли так и не женился вновь. Влюбиться для него означало бы предать ее память. И он сосредоточился на личностном росте, расширении своей бизнес-империи, на благотворительности и простых радостях холостяцкой жизни.

Райли достал из кармана бумажник и извлек из него маленькую фотографию Ванессы, которую всегда носил с собой. Взгляд на карточку сделал контрольный выстрел по ра-

неной душе магната. Он зашелся в кашле, словно ему перекрыли кислород.

Из кабины пилота выскочил обеспокоенный второй помощник.

– Вы в порядке, босс? – спросил он торопливо.

Миллиардер не отвечал. Взгляд его был прикован к маленькой фотографии с улыбающейся женщиной, которую он любил до сих пор.

* * *

Бизнес-леди и Художник были совершенно очарованы Римом. Райли дал им несколько дней на осмотр Вечного города, и они часами бродили по улицам, впитывая мощную энергетику прекраснейшего места на земле. Влюбленных захватывала уже одна мысль о том, что когда-то по тем же камням бродили грозные императоры и величайшие гении всех времен.

И вот наступил день, которого они так долго ждали. Они поднялись, как всегда, до рассвета, чтобы наконец-то узнать о чудодейственной формуле «20/20/20». Сегодня они станут полноценными членами клуба «Пяти Утра», войдут в закрытое общество лидеров, героев и мастеров. Сегодня они узнают, что же надлежит делать в этот отрезок времени, который Заклинатель называет Часом Победы.

Миллиардер велел ждать его на самом верху Испанской

лестницы. Было ровно пять утра. Первый луч ласкового итальянского солнца скользнул по стенам Триниты-деи-Монти и побежал дальше, будить и освещать памятники, составившие славу человечества. Отсюда, с верхней ступени, были хорошо видны Собор Святого Петра и Мавзолей Августа. Вдали виднелись семь холмов, защищавшие столицу империи, под владычеством которой когда-то находилась половина мира. Воздух благоухал цветами и легким дымком, словно где-то вдали развели костер.

– Эгегей! – послышался громкий голос. – С добрым итальянским утром! Ну что, готовы поставить свою жизнь на крыло?

Миллиардер легко взбежал по лестнице. Вид у него был победоносный, как у римского легионера, вступавшего в завоеванный город. (Если бы, конечно, легионеры носили дорогие спортивные костюмы и стильные солнцезащитные очки.)

– Tutto bene? – весело спросил он, приблизившись. – Все в порядке?

– Все прекрасно! – ответила Бизнес-леди, которая за несколько дней, проведенных в Риме, уже почти понимала итальянский.

– Лучше не бывает! – улыбнувшись, сказал Художник.

– Итак, котятки, сегодня вас ждет великий день. – Миллиардер был по-прежнему шутлив, но в голосе его уже слышались серьезные нотки. – Ваш наставник, который в послед-

нюю неделю занимался только тем, что в неимоверных количествах поглощал пасту с томатным соусом, раскроет вам главную тайну клуба «Пяти Утра». Как вы уже догадались, я говорю о формуле «20/20/20». Вы усердно тренировались в последние недели и уже начали формировать привычку вставать до рассвета. Настала пора установить такой утренний распорядок, который поможет вам познакомиться с вашим личным гением. Запомните этот день, – торжественно произнес магнат. – Он знаменует собой начало вашей новой жизни. Никогда вы не вернетесь к прежнему шаблону поведения. Вы стали другими людьми.

Солнце, лениво поднимавшееся над сонным городом, светило прямо в затылок миллиардеру. Он стоял в сиянии солнечных лучей. На правом предплечье красовалась новая татуировка: «20/20/20».

– Не видел этого прежде, – сказал Художник, касаясь рукой рисунка.

– Вчера вечером сидел с ребятами в «Трастевере», ну и решил тряхнуть стариной. – Миллиардер подмигнул и слегка щелкнул пальцами.

По лестнице быстро взобрался его помощник – он принес кофе в бумажных стаканчиках, закрытых пластиковыми крышками. Художник с удовольствием сделал большой глоток (его сильно клонило в сон).

– Отличный кофе здесь! – восхищенно причмокнул он. Бизнес-леди молча кивнула.

– Говоря по правде, татуировка временная, – признался миллиардер. – Я сделал ее в честь сегодняшнего дня. Для меня это не менее важно, чем для вас, потому что сегодня вы войдете в наше закрытое братство, а значит, мы практически породнимся. Знаете, я чувствую себя по-особенному с вами двоими – как будто мы семья. И вернуться в Рим после долгого отсутствия – для меня тоже особенное событие. Ведь я не был здесь с тех пор, как умерла Ванесса, моя жена. Просто слишком больно было быть здесь без нее…

Он отвернулся, чтобы ученики не заметили, как увлажнились его глаза. Затем порылся в кармане своих стильных спортивных брюк и вытащил «вилочку» – куриную кость для гадания. По тому, как осторожно он положил этот предмет на истертый камень ступени, можно было понять, что эта маленькая косточка имеет какое-то особое значение.

– Знаете эту игру? – вкрадчиво спросил он.

Бизнес-леди и Художник покачали головой.

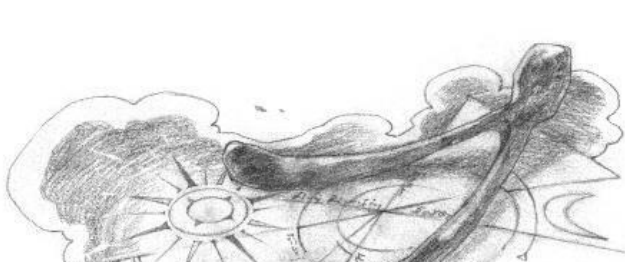
– Вам двоим нужно взяться за кончики, загадать желание, а затем разорвать вилочку пополам.

– Но зачем? – удивилась Бизнес-леди.

– В мире существует не только то, что мы видим и осязаем, – объяснил миллиардер. – Нас окружают более тонкие вибрации, и я хочу, чтобы вы настроились на них. Кроме того, этот маленький ритуал даст вам понять, что в основе любого успеха лежит желание. Без желания вы далеко не уйдете.

– Это то, о чем вы говорили раньше: не делай работу, которая тебе не по душе? – уточнил Художник.

– И еще: «сначала идея, потом – действие», – вспомнила Бизнес-леди.



– Да, – кивнул миллиардер. – Я знаю, что оба вы стремитесь стать членами клуба «Пяти Утра» не только для того, чтобы обрести личный успех и личное счастье. Вы одержимы желанием сделать этот мир лучше, чище и прекраснее. Это желание – признак того, что вы обладаете честолюбием в его превосходной степени. И сегодня вы познакомитесь с привычкой, которая позволит вам воплотить в жизнь все самые смелые мечты. Что такое эта вилочка? Игрушка? Ритуальный предмет, призывающий в жизнь неведомую магию? Отчасти и то и другое, но прежде всего это символ, как и любая кость. Ведь что такое кость? Это основа, костяк, на

котором растут мышцы – источник силы и жир – источник энергии. Вставать до рассвета – такой же костяк, и пришла пора нарастить на него мясо. Сделать это вам поможет формула «20/20/20».

– Не томите, мистер Райли, – перебил его Художник. Он надел очки с зелеными линзами, и теперь все видел в зеленом свете: и ступени Испанской лестницы, и мощеную площадь со знаменитым фонтаном в форме барочной лодки.

Вместо ответа миллиардер протянул им вилочку. Влюбленные взялись за нее, помолчали несколько секунд и разломили ровно напополам.

– Отлично! – воскликнул миллиардер. – С этой секунды ваша мечта начинает сбываться! Дайте я обниму вас, дети мои. Добро пожаловать в мой любимый Рим!

От этого окрика город будто проснулся. Послышалось гудение первых машин, в домах начали распахиваться окна. Из одного окна полилась мелодичная музыка – то был песня «Come un Pittore» группы «Moda».

Трое друзей спустились вниз и уселись на краю фонтана Баркачча. Миллиардер наклонился к воде, ополоснул руки, смочил лоб и глаза.

– Надеюсь, вы хорошо понимаете, что сам по себе подъем в пять утра никак не изменит вашу жизнь, – начал свои наставления Райли. – Важно не то, что вы встаете до рассвета, а то, как вы проводите эти первые шестьдесят минут после пробуждения. Почему это время называется «Часом Побе-

ды»? Потому что перед вами каждое утро открывается очередное величайшее окно возможностей. Я уже говорил вам о том, что начало дня имеет ключевое значение. Ваш день зависит от состояния, в которое вы приведете себя утром. Я знал многих людей, которые просыпались в пять утра, и что же они делали в первую очередь? Лезли в телефон, проверяли сообщения, читали новости, ставили лайки понравившимся фотографиям… Уж лучше бы они спали! Потому что какой смысл вставать так рано, чтобы заняться тем, что ты и так делаешь в течение дня? Я понимаю причины такого поведения, оно исходит от крайней тревожности, от недостатка дофамина – гормона удовольствия. Человек «ныряет» в телефон, отключается от реальности, получает прилив дофамина, и ему кажется, что жизнь пришла в норму. Но на самом деле он просто-напросто убежал от реальности, пропустил еще одну великолепную возможность изменить свою жизнь. Мы встаем до рассвета не для того, чтобы выкроить лишний час для пустых развлечений. А для того, чтобы познакомиться со своей душой, открыть в себе неведомые грани, получить силу для великих свершений. Этот час нужно провести в тишине, выполняя особый ритуал, уже известный вам как формула «20/20/20».

– То, как мы проводим свои дни, определяет то, как мы проживаем свою жизнь, – задумчиво произнес Художник. – Один из четырех секретов Вершителей Истории. Я ничего не забыл.

– Браво! – зааплодировал миллиардер. – Утро определяет день, день определяет жизнь. Поэтому самый важный час в сутках – первые шестьдесят минут после пробуждения.

На другом конце площади показалась колесница, которой управлял молодой мужчина в костюме гладиатора. Поравнявшись с фонтаном, человек громко крикнул:

– Бонжорно, мистер Райли!

– Увидимся позже! – крикнул миллиардер ему в ответ. – Слишком грубая подделка этот его костюм, правда? – обратился он к своим ученикам.

Он потер свою нарисованную татуировку, взглянул на Колизей и, не дождавшись ответа на свой риторический вопрос, продолжил.

– Этот человек напомнил мне о том, что в Древнем Риме возничие были рабами. Они возили римских сенаторов и почетных граждан. На эту роль выбирались только самые надежные рабы, которым можно было доверить жизнь. У них была еще одна обязанность: стоять позади дукса (полководца), когда того венчали лавровым венком. Такой раб при этом произносил: «Memento, homo!»

– И что это означало? – спросила Бизнес-леди. Сегодня она была одета в облегающую ярко-красную майку и потертые джинсы. Этот наряд, вкупе с высоко поднятой прической, делал ее очень привлекательной.

– В переводе с латыни это значит «помни, что ты всего лишь человек», – ответил миллиардер. – Раб говорил это

для того, чтобы помочь дуксу удержать в узде высокомерие и чтобы он не забывал о том, что позади славы всегда бежит поражение. Вот зачем нужны ритуалы: чтобы постоянно возвращать человека к его главной миссии и не позволять ему отвлекаться на эгоистичные цели. Римская империя распалась не потому, что у нее были могущественные враги. Она пала из-за эгоизма тех, кто был призван приумножать ее славу и способствовать процветанию. Кстати, – он положил руку Художнику на плечо, – я был знаком со многими весьма талантливыми живописцами, которые добились признания в самых высоких кругах. Но где они теперь? Кто помнит о них? Никто – потому что вместо того, чтобы умножать мастерство, они питали высокомерие. В результате удача покинула их.

– Я могу рассказать множество подобных историй из области бизнеса, – вклинилась Бизнес-леди. – Через мою компанию прошла масса многообещающих стартапов. Они взлетали ввысь, как ракеты, но лишь единицы вышли на орбиту и остались на ней. Большинство из них распалось, так и не реализовав весь потенциал. Они упивались быстрым успехом и посмеивались над теми, кто годами выстраивал бизнес, тщательно подбирая команду, тестируя разные продукты, вкладывая усилия и средства в то, что имеет наибольшие перспективы. Но быстрый успех быстро и сгорает. Люди любят новинки, и новый продукт, как правило, хорошо покупается, но, чтобы обеспечить стабильный спрос, нужно мно-

го и усердно трудиться, постоянно повышать квалификацию каждого из сотрудников. Большинство стартапов оказалось к этому не готово, поэтому они стали «однодневками».

– Замечательно, – последовал ответ. – Этот опыт поможет вам воспринять знание, которое я открою вам прямо сейчас. Ведь формулу «20/20/20» невозможно усвоить раз и навсегда. Вы должны работать над ее совершенствованием каждое утро. Вам нужно воспитать в себе особый вид жажды – жажды новых знаний, жажды совершенства. Нет ничего хуже окончательной и бесповоротной победы. Как только вы почувствуете, что у вас не осталось врагов, знайте: вы ступили на скользкую наклонную дорожку и очень скоро окажетесь внизу.

Миллиардер резко опустил руку в фонтан, и из-под его ладони вырвался фейерверк разноцветных брызг. Он закрыл глаза и тихо произнес: «Слишком долго я бегал от Тебя, Господи. Пришло время вернуться».

Затем он встал и быстро устремился к самому центру площади. Там он остановился и поднял вверх два пальца в виде буквы V. Этот универсальный знак мира был предназначен человеку, стоящему под каштановым деревом у подножия Виа деи Кондотти. Пожилой мужчина в серой мешковатой рубашке кивнул головой и направился к нему. Вместе они подошли к влюбленным, которые непонимающе взирали на всю эту загадочную сцену. Мужчина задрал рубашку: под ней оказался пуленепробиваемый жилет. Он извлек из-под

жилета лист ламинированной бумаги.

– Рад видеть вас в Риме, босс, – сказал мужчина с сильным итальянским акцентом и протянул миллиардеру руку.

– Grazie mille! Molto gentile, Adriano[19]. – ответил Райли и вместо рукопожатия поцеловал протянутую ладонь.

Затем он взял ламинированный лист и принялся его изучать.

– Адриано – мой агент и охранник, – пояснил миллиардер, не отрываясь от листа. – Один из лучших римских секьюрити. Родом он из Пьемонта, где растут лучшие трюфели.

– Трюфели? – смущенно спросил Художник. – Конфеты, что ли?

– Конфеты! – Миллиардер захохотал. – Боже мой, он никогда не пробовал трюфелей! Да это кусочек рая в твоей тарелке! Особенно если их подают с тальолини и поливают сверху растопленным маслом… ммм… – Он мечтательно закатил глаза. – А если потереть сверху вареное яичко… Пища богов!

И тут он пустил слюну, совсем как ребенок.

Адриано со сдержанной улыбкой протянул ему платок. Глаза старого секьюрити были полны нежности. Они словно говорили: «Он, конечно, чудак и оболтус, но как же я люблю его!»

– Хорошего дня, босс, – сказал Адриано, убирая платок в

---

[19] Grazie mille! Molto gentile, Adriano – итал. «Большое спасибо! Ты замечательный, Адриано!» – *Прим. ред.*

карман. – Жду вас вечером в Тестаччо. Спасибо за то, что согласились отужинать со мной. Что вам заказать? Качо-э-пепе, как обычно?

– Да, – кивнул миллиардер, – спасибо. Ступай, дружок.

– Белые трюфели – это грибы, – пояснил миллиардер. – Они растут только в Альбе, неподалеку от Пьемонта. Найти их могут только специально обученные собаки, потому что трюфели вызревают под землей. Охота за трюфелями – это, знаете ли, особое наслаждение. Когда-нибудь я возьму вас в Пьемонт, и мы неплохо развлечемся. Теперь же я предлагаю вернуться к нашей заветной формуле.

Он положил ламинированный лист на фонтанный бордюр.

– Вот – путеводная звезда, которая приведет вас к мечте, – сказал он с долей пафоса. – Теперь, когда вы увидели это, у вас больше нет оправданий для прокрастинации и сомнений. Просто делайте так, как здесь написано, и каждый следующий ваш день будет лучше предыдущего.

– Все на самом деле так просто? – удивился Художник.

– Даже проще, чем кажется, – радостно сказал миллиардер. – Все, что вам нужно – перестать думать о том, в чем вы нехороши, и сосредоточиться на своих сильных сторонах. Их у вас немало, поверьте мне, а самая сильная из них – ваша уникальность. В мире не было и не будет второго такого же человека, как вы. Это неоспоримый факт. Вы обладаете не только уникальным набором хромосом, но и уникальным

набором талантов, черт характера и личных предпочтений. Вы должны пообещать себе, что познакомитесь с каждой из этих особенностей и раскроете свою подлинную личность во всей полноте и силе. Выполняйте это обещание, соблюдая каждый день простой ритуал, схему которого вы видите на этом листе. Не отказывайтесь от самих себя – это губительно для души. И никогда, слышите, никогда не думайте о себе плохо. С этой минуты ни одно критическое утверждение в ваш адрес не должно попасть в ваше сознание. Тщательно оберегайте себя от заниженных оценок, даже если они исходят от авторитетного лица. А самый большой авторитет в вашей жизни – вы сами. Поэтому вы должны одобрять и поддерживать себя, как только можете. Помните, я говорил вам о самосбывающихся пророчествах? Это психический феномен, который заключается в том, что человек всегда действует так, как велит ему его самооценка. Если он о себе низкого мнения, то и ведет себя как низкий человек. Если же он ценит свое достоинство, то не опускается до мелочных поступков. Тот, кто не верит в свои силы, сам перекрывает доступ к ним.

Мимо пролетел маленький рой голубых бабочек. Миллиардер кивнул им, словно это были его старые знакомые.

– Я предлагаю вам отыскать эти скрытые силы, – продолжил он. – Пусть остаток вашей жизни пройдет в непрестанных тренировках воли, расширении сознания и укреплении духа. Наслаждайтесь своим всемогуществом – вместо того

чтобы, подобно большинству, ненавидеть себя за беспомощность. Не отрицайте свою уникальность, а утверждайте ее каждое утро с помощью формулы «20/20/20». Ну а теперь давайте разберем, что же здесь изображено.

Миллиардер указал пальцем на ламинированный лист. Изображенная на нем чудодейственная формула выглядела в виде таблицы.

ФОРМУЛА «20/20/20»
Деконструкция

| | ЧТО | ЗАЧЕМ | ВЫГОДЫ |
|---|---|---|---|
| Первый карман времени<br>5:00–5:20<br>ДВИГАЙСЯ | • Интенсивно двигайся.<br>• Хорошо пропотей.<br>• Глубоко дыши.<br>• Прими холодный душ | • Снизить кортизол.<br>• Выработать нейротрофины.<br>• Повысить дофамин и серотонин.<br>• Улучшить метаболизм | • Возрастает концентрация внимания и продуктивность.<br>• Оптимизируется работа мозга.<br>• Тело наполняется энергией.<br>• Снижается уровень стресса.<br>• Продлевается молодость |
| Второй карман времени<br>5:20–5:40<br>РАЗМЫШЛЯЙ | • Размышляй.<br>• Медитируй.<br>• Молись.<br>• «Рисуй» свой идеальный день.<br>• Созерцай | • Почувствовать благодарность.<br>• Обрести мудрость.<br>• Прийти в состояние душевного покоя.<br>• Войти в поток счастья.<br>• Повысить осознанность | • Заряд отличного настроения на весь день.<br>• Открываются творческие способности.<br>• Увеличивается скорость реакции.<br>• Появляются новые идеи.<br>• Жизнь обогащается |
| Третий карман времени<br>5:40–6:00<br>РАСТИ | • Установи цели.<br>• Читай книги по саморазвитию.<br>• Слушай лекции наставников и коучей.<br>• Выполняй задания по онлайн-курсам | • Выполняется принцип «два на три».<br>• Растут и углубляются знания.<br>• Оттачивается мастерство.<br>• Меняется сознание.<br>• Появляется конкурентное преимущество | • Растет профессионализм.<br>• Калибруются способности.<br>• Появляется вдохновение.<br>• Появляются уверенность в себе и вера в свои силы |

– Как вы уже догадались, в самом названии формулы зашифрован ее смысл. Час – это шестьдесят минут, которые делятся на три двадцатиминутных периода. Заклинатель называет их «карманами времени».

– Карманами? – рассмеялся Художник. – Почему?

– Как в карман брюк можно положить любой предмет, как полезный, так и ерундовый, так и в «карман времени» можно «положить» любое дело, – объяснил миллиардер. – Мне кажется, это довольно емкая метафора. Первый утренний «карман» необходимо наполнить движением. Говоря проще, сразу после пробуждения нужно заняться физическими упражнениями. Чем больше будет нагрузка, тем быстрее будет идти ваш личный прогресс. Вы должны буквально вспотеть в эти двадцать минут. Второй «карман» необходимо наполнить молитвой и медитацией. В эти двадцать минут вы устанавливаете связь со своим истинным «Я», открываете источник внутренней силы, проникаетесь божественным покоем, который будет защищать вас в течение всего дня от суеты и агрессии этого мира. Третий «карман времени» вы должны наполнить знанием. Можно прочитать несколько страниц книги, прослушать аудиолекцию, просмотреть новые статьи. Словом, повысить уровень своих знаний – относятся ли они к вашей профессиональной деятельности или к саморазвитию. Я уже говорил вам, котятки, что истинный мастер учится всю жизнь.

Он замолчал, сделал несколько глубоких вдохов и оглядел окрестности. Город просыпался. Площадь наполнялась людьми. Но у фонтана оставались только они трое, как будто невидимая стена отделяла их от внешнего мира.

– Одна из самых полезных вещей, которую я узнал от За-

клинателя, заключается в том, чтобы начинать свое утро с активной физической тренировки. Как только я открываю глаза, то без промедления покидаю постель и начинаю разминать мышцы, а затем перехожу к силовым упражнениям. Помнится, когда я только начинал учиться у Заклинателя, он сказал мне: «Или ты как следует нагружаешь свое тело – или я выгоняю тебя из „Клуба Пяти Утра“. И это не обсуждается».

В этот момент три голубя мягко опустились на край фонтана и стали пить прозрачную воду. Миллиардер с нежностью посмотрел на них. Напившись, птицы улетели. Райли послал им вслед воздушный поцелуй.

– Хорошая физическая нагрузка сразу после пробуждения – это самая настоящая революция. – Он говорил очень эмоционально и при этом сильно жестикулировал, совсем как итальянец. – Энергичное движение заставит ваш мозг не только проснуться, но и сразу же начать вырабатывать вещества, которые поднимут ваш общий тонус и зарядят отличным настроением на весь оставшийся день.

– А какие именно упражнения нужно выполнять? – поинтересовалась Бизнес-леди.

– Любые, – последовал ответ. – Вы можете отжиматься, приседать, прыгать или выйти на пробежку. Главное – чтобы вы хорошенько вспотели.

– Почему это так важно? – спросил Художник. Он тоже достал блокнот и записывал каждое слово миллиардера.

– Взгляните на схему. – Райли ткнул пальцем в средний столбец. – Как вы уже знаете, когда человек тревожится, его надпочечники вырабатывают кортизол – гормон страха. Этот гормон не дает вам пробовать новое, удерживает от риска и решительных поступков. Иными словами, он не дает вам развиваться. Исследования подтверждают: по утрам уровень кортизола особенно высок.

– Надо же! – удивилась Бизнес-леди. – Никогда об этом не думала.

– Тем не менее так оно и есть, – подтвердил Райли. – Движение – лучший способ снизить уровень кортизола в крови, а значит, и лучший способ избавиться от любых сомнений и страхов. Обычная биохимия, но как работает! Кстати, последние научные данные говорят о том, что существует тесная связь между интенсивными тренировками и когнитивными способностями. Сильное потоотделение, когда оно вызвано физической нагрузкой, высвобождает BDNF – нейротрофический фактор, от которого зависит здоровое функционирование мозга.

– Секундочку, – остановила его Бизнес-леди, – я записываю. Можно подробнее остановиться на этом BDNF-факторе?

– Конечно, – кивнул миллиардер. – Вы знаете, что от стресса ежедневно погибает множество нейронов – клеток мозга. У человека, который испытывает постоянный стресс, могут возникнуть серьезные неврологические проблемы.

Нейронные связи в его мозге рушатся, он теряет память, не может усваивать новую информацию, затрудняется с принятием решений. BDNF-фактор восстанавливает клетки мозга и ускоряет формирование нейронных связей. Таким образом, стимулируя BDNF, вы получаете способность быстрее обрабатывать информацию и получать оптимальное решение. А это – ГКП, гигантское конкурентное преимущество! Кроме того, BDNF-фактор способствует нейрогенезу, то есть появлению новых нейронов.

– Но это просто потрясающе! – воскликнула Бизнес-леди. – Получается, что двадцатиминутная утренняя тренировка может сделать меня практически непобедимой! Конкуренты, что называется, будут отдыхать… Знаете, мистер Райли, – она привстала и слегка поклонилась, – я очень признательна вам за ваши уроки. Вы делитесь с нами поистине драгоценными знаниями и делаете это абсолютно бескорыстно.

– Я рад, что вы находите эти знания полезными. – Миллиардер ответил ей поклоном на поклон. – Действительно, уже первые двадцать минут после пробуждения, если вы провели их правильно, дают вам ГКП. Теперь вы понимаете, почему все это время называется «Часом Победы»? Но активная физическая тренировка не только позволяет вам снизить уровень кортизола и восстановить нейронные связи. Движение повышает серотонин и дофамин – гормоны радости и счастья. И, пока ваши конкуренты видят десятый сон, вы уже

готовы ринуться в бой и выиграть любую битву!

– Меня беспокоит только одно. – Бизнес-леди немного смутилась. – Как я смогу проснуться в пять утра, если вы сказали, что в моей спальне не должно быть никаких гаджетов, которые будут меня будить? Возможно, это глупый вопрос, но я действительно не могу понять, что сможет разбудить меня так рано.

– Отличный вопрос! – Художник приобнял свою подругу. – Меня тоже это заботит.

– Согласен, вы задали очень важный вопрос, – кивнул магнат. – Пожалуйста, не стесняйтесь и рассказывайте мне обо всех ваших опасениях – не бойтесь показаться глупыми. Не бывает глупых вопросов – запомните это раз и навсегда. Помните, в Агре я говорил вам, что со временем, когда привычка вставать до рассвета окончательно укоренится, ваш мозг будет сам пробуждаться в пять утра? Так вот. Это будет позже, а пока привычка только формируется, можете использовать обычный механический будильник. Кстати, есть один фокус, который поможет вам быстрее настроить мозг на нужное время. Поставьте время на своем будильнике на полчаса позже и заводите его не на 5:00, а на 5:30.

– И в чем фокус? – не понял Художник.

– Фокус в небольшом самообмане, – подмигнул миллиардер. – Когда нужно вставать слишком рано, у вас может появиться тревога, которая помешает как следует выспаться. А если вы заводите часы на полчаса позже, мозг думает,

что у него достаточно времени для отдыха, и позволяет вам расслабиться как следует. Когда стрелка падает на половину шестого, звенит звонок, вы просыпаетесь, автоматически думая, что сейчас 5:30. Но на самом деле еще только пять утра!

– Какой-то детский фокус, – засомневалась Бизнес-леди. – Я же знаю, что часы спешат.

– Да! – обрадованно воскликнул миллиардер. – Детский! Но тем не менее он работает безотказно! Просто попробуйте и увидите, что это действительно облегчает шестидесятидневный период установления привычки. И еще одно: постарайтесь сделать так, чтобы не тратить много времени на подъем и переодевание. Лучше всего просыпаться на пять минут раньше, чтобы успеть надеть спортивную форму и умыть лицо. Когда я только вырабатывал эту привычку, я спал в спортивной форме.

– Шутите? – засмеялся Художник, тряхнув дредами. – А как же кроссовки?

– И не думал шутить. – Миллиардер был действительно серьезен. – Да, я спал в спортивных брюках и футболке. Кроссовки стояли под кроватью. Я открывал глаза, быстро поднимался, всовывал ноги в кроссовки, молниеносно зашнуровывал и отправлялся на пробежку.

Бизнес-леди улыбнулась и сделала еще одну пометку в записной книжке. Ее зачесанные назад волосы блестели под ярким солнцем, а глаза излучали счастье.

– На самом деле неважно, спите вы в спортивной одежде

или встаете на несколько минут раньше, чтобы одеться, первый карман времени вы должны наполнить физической активностью, – наставительно сказал миллиардер. – Интенсивно тренируясь каждое утро, вы создаете свою собственную биохимическую «аптеку», которая навсегда избавит вас от дурного настроения и недомогания. Принципиально важно делать это сразу после пробуждения и именно в этот период времени. Опоздаете – и эффект будет смазан. Думаю, вы относитесь к подавляющему большинству людей, которые просыпаются в недовольном настроении. Вам, как и им, хочется оттянуть начало нового дня, не думать о предстоящих заботах и проблемах. Но, если хорошенько пропотеть в первые двадцать минут после подъема, ваш взгляд на мир изменится кардинально! Вы почувствуете прилив сил, уверенность в себе и азарт. Ваша способность к концентрации возрастет десятикратно, и вы блестяще справитесь с любой задачей. Вы станете намного спокойнее, потому что не дадите шанса тревоге захватить ваш мозг. Физические упражнения по утрам не только утихомиривают гормон тревоги и стимулируют выработку гормонов счастья. Они успокаивают ваш первобытный мозг, который велит вам оставаться на месте и не позволяет двигаться вперед. Это не значит, конечно, что в течение дня вы не столкнетесь с трудными и даже опасными ситуациями – в мире всегда будут проблемы, неожиданные сложности и чужая агрессия. Но вы будете реагировать на все это более спокойно. Вас самих будет восхищать то изя-

щество, с которым вы выходите из любой ситуации.

– Это поистине чудесное качество, – заметила Бизнес-леди. – Мне всегда сложно справляться с эмоциями, когда я сталкиваюсь с чужой агрессией или саботажем. Гнев и страх разрушают меня. Я бы очень хотела научиться сохранять спокойствие.

– И непременно научишься, – миллиардер положил руку ей на плечо. – Я в тебя верю.

Внезапно на лицо его, казалось, набежала тень, хотя солнце по прежнему сияло ярко, а на небе не было видно ни облачка.

– Я очень люблю вас, котятки. – Голос Райли слегка дрогнул. – Я буду скучать по вам обоим. Возможно, когда-нибудь в будущем мы еще свидимся… По крайней мере, я на это надеюсь. Но кто знает, как повернется жизнь…

Глаза его чуть заблестели. Он посмотрел вверх, на ослепительно белый храм, невероятно прекрасный в лучах утреннего солнца. Затем вынул из кармана своих черных спортивных штанов небольшую картонную упаковку, достал какую-то капсулу и закинул в рот.

– Как вы можете понять из этой схемы, – абсолютно спокойным голосом продолжил Райли, – силовая тренировка повышает метаболизм всего вашего тела. Это полезно как для поддержания формы, так и для полноценного функционирования всех внутренних органов. Вот вам и еще один жирный плюс! Помните, я говорил вам, что долголетие –

ключ к Мастерству и Величию? Никто не может менять мир, лежа на кладбище.

Райли вскочил и стал энергично приседать. Закончив упражнение, он встряхнулся и сделал несколько шумных вдохов.

– Вы должны выучить как дважды два: чем в лучшей физической форме вы будете находиться, тем выше будут ваша продуктивность и качество жизни в целом. Поэтому не ленитесь и каждое утро старайтесь согнать с себя семь потов. Знаю: поначалу это будет трудно. Но оно того стоит, котятки.

– У меня возник еще один вопрос, – подала голос Бизнес-леди.

– Слушаю, – сказал миллиардер.

– А если мне захочется прозаниматься не двадцать минут, а, допустим, тридцать или даже целый час?

– Это будет очень круто! – Миллиардер хлопнул в ладоши. – Хочется дольше – занимайтесь дольше. Поймите, что формула «20/20/20» – не божественный завет, высеченный на каменных скрижалях. Это рекомендованная схема, которую вы используете в соответствии со своими потребностями. Запомните, друзья: любое знание, которым я делюсь с вами, вы должны адаптировать под себя. Оно должно стать гармоничной частью вашей жизни.

Миллиардер широко раскинул руки, словно хотел обнять весь Рим, который он так любил. У него был чрезвычайно взволнованный и вместе с тем гордый вид. Невооруженным

глазом было видно, как он счастлив снова вернуться в этот город, дышать его воздухом, ходить по тем же камням, по которым тысячи лет назад ходили императоры, гладиаторы, ремесленники, торговцы, свободные граждане и рабы. Он ощущал себя единым целым со всеми ними и сам был частью Рима.

– Надеюсь, – сказал он, вернувшись к реальности, – мы разобрались с первым «карманом времени». Давайте перейдем ко второму, не менее важному. – Он провел пальцем по второй строке таблицы. – Время между 5:20 и 5:40 вы должны посвятить медитации.

– Я никогда не понимал до конца, что такое «медитация», – признался Художник. Он уже не стеснялся задавать вопросы и показывать свое незнание.

– Помните, мы говорили о том, что отличает лидера от обычного человека? – сказал Райли. – Множество качеств, среди которых – умение в любой ситуации сохранять здравомыслие и спокойствие. Этому умению и учит медитация. Я знаю, есть много трактовок этого термина, но все они сводятся к одной сути. Медитация – это период глубокого покоя, тишины и уединения; время, когда вы встречаетесь со своей душой. Можно сказать, это самые драгоценные минуты в сутках. Ведь встреча с самим собой – огромная роскошь, которую большинство людей не могут себе позволить. Тишина – вот в чем человек нуждается больше всего. Двадцать минут тишины могут спасти вашу жизнь от плена внешней суеты –

плена, в котором находится все человечество. Медитировать – значит просто находиться в тишине и быть самим собой. Вы можете размышлять о том, кто вы, какой вы, зачем вы живете, кем надеетесь стать и чего хотите добиться. В эти двадцать минут вы можете пересмотреть свои ценности и духовные установки. Возможно, вам что-то мешает или что-то не устраивает. Возможно, пришла пора что-то изменить. Как вы узнаете об этом, если не будете спрашивать себя о своей жизни? Кроме того, в эти двадцать минут вы можете создать образ грядущего дня. Каким бы вы хотели его видеть? Что вы хотите чувствовать сегодня? Радость, покой, счастье, страх, сомнения, гнев? Как бы вы хотели разговаривать с людьми? С кем бы вы хотели встретиться? Каких встреч вы постараетесь избежать? Нарисуйте в воображении свой идеальный день – и увидите, что таким он и будет.

– Эти вторые двадцать минут будто предназначены для меня, – заметила Бизнес-леди. Она поправила выбившуюся из-под резинки прядь волос, и ее серебряные браслеты тонко звякнули. На одном из них была гравировка: «Совершенное утро – совершенная жизнь».

– Если вы так считаете, значит, так оно и есть, – ласково сказал миллиардер. – Размышляя о том, каким должен быть наступающий день, вы творите самую настоящую магию. Заклинатель называет это «наброском дня». От наброска зависит вся картина.

– Но как выбрать тему для размышления? – спросил Ху-

дожник. – Ведь день состоит из множества дел.

– Начните размышлять, и вы сами поймете, что для вас важнее всего, – откликнулся Райли. – Например, если вы хотите добиться мастерства в профессии, то подумайте о том, что нужно сделать сегодня для того, чтобы отточить какой-нибудь навык. Если же вас заботят отношения с кем-то из вашего круга, вы можете представить себе, как доброжелательно разговариваете с этим человеком, выслушиваете его, стараетесь понять. Берите ту сферу жизни, которая наиболее актуальна для вас. Представьте, что вы поливаете растения в саду: что вы польете – то и будет расти.

На край фонтана опустилась крупная бабочка. Вслед за ней прилетели еще три. Они напоминали дивные цветы, забытые кем-то у фонтана. Миллиардер посмотрел на них с какой-то грустной нежностью. Затем вынул уже знакомую упаковку таблеток и проглотил еще одну. Бизнес-леди и Художник переглянулись. Это начинало их всерьез беспокоить.

Миллиардер зачерпнул воды из фонтана и запил таблетку. Наклонившись над бассейном, он на секунду задержался, всматриваясь в свое отражение, и перевел задумчивый взгляд на площадь. «Я буду скучать по моему Риму», – подумал он.

Райли выпрямился. Он посмотрел на гордую белую лодку, высеченную великим Бернини, и перевел взгляд на цветочный магазин, который только что открылся. Цветочница выносила на улицу огромные вазы, полные прекраснейших роз.

– Что касается медитации, – продолжил он, – то вы должны сами определиться с тем, что это. Видите ли, никто лучше вас не знает вашу жизнь, ваши потребности. Двадцать минут тишины нужны для того, чтобы вы поняли, какое направление выбрать, по какой дороге пойти. Это не значит, что вы не будете ошибаться. Но вы всегда сможете остановиться, свернуть или даже вернуться обратно. На это у вас есть целых двадцать минут каждое утро. Пробуйте разные подходы. Ищите то, что поможет именно вам. Главное – войти в тишину и услышать там голос своей души.

– Мне кажется, эти двадцать минут станут величайшим открытием как для меня, так и для моего бизнеса, – призналась Бизнес-леди. – Его дела буквально поглотили меня. Мне было некогда остановиться и поразмышлять. В последние несколько месяцев я была занята лишь тем, что принимала решения и устраняла проблемы. У меня не было возможности продумывать свои действия хотя бы на пару шагов вперед. Получается, я только реагировала на внешние обстоятельства вместо того, чтобы выстраивать их. Кстати! – Она подняла руку, как ученица, которая хочет что-то сказать. – Я читала, что многие ученые, прежде чем совершить открытие, часами сидели в одиночестве, держа под рукой блокнот и ручку. И, когда их посещали озарения, они сразу же записывали их. Вероятно, это тоже вид медитации.

– Верно, – согласился миллиардер. – Это и есть медитация, но более продвинутого уровня. Чтобы получать озаре-

ния таким путем, нужно иметь очень развитое воображение. Вообще, воображение – это своего рода портал в иную реальность, в иное время. Знаете, я думаю, древние римляне имели колоссальное воображение! Посмотрите на памятники, на эти сооружения: каждое из них – просто сенсация! Весь Рим – продукт воображения, великолепно развитого и правильно примененного.

– А можно ли использовать второй карман времени для развития воображения? – спросил Художник.

– Да, разумеется! – воскликнул миллиардер. – В этот промежуток времени, между 5:20 и 5:40, вы можете и должны мечтать, визуализировать, изобретать и открывать! Чем дерзостнее будут ваши мечты, тем более великое будущее вас ждет. Как сказал Марк Твен, «через двадцать лет вы будете жалеть не о том, что сделали, а о том, что так и не решились сделать». Итак, сбросьте балласт сомнений, поднимите паруса мечты и ловите попутный ветер идей! Исследуйте. Мечтайте. Открывайте!

– Все великие художники мечтают о будущем, в которое мало кто верит, – изрек Художник.

– Именно! – кивнул миллиардер. – И помните о вспомогательной практике, которую вы можете использовать в эти вторые двадцать минут после пробуждения – о «наброске дня». Вы можете изложить свой набросок на бумаге, и это будет не что иное, как письменная медитация. Вы берете блокнот, ручку и записываете, каким должен быть сегодняшний

день в идеале. Делайте так – и увидите, что очень многие дни будут соответствовать вашему «наброску» – частично или полностью.

– Действительно, похоже на магию, – улыбнулась Бизнес-леди.

– Да! – обрадованно согласился миллиардер. – Но это работает! Здесь вступает в силу закон самосбывающихся пророчеств. Вы настраиваете себя на определенный сценарий, и весь день подсознательно ориентируетесь на те действия и решения, которые приведут вас к желаемому результату. Конечно, всего предугадать невозможно. Будут провалы, досадные случайности, трагические неожиданности. Идеал – вещь неуловимая. Иногда вы будете попадать в цель, а иногда – мазать. Но это не значит, что не нужно стремиться к совершенству. Все великие лидеры были перфекционистами и максималистами. Они стремились достичь идеального результата в любом деле. Если вы хотите достичь мастерства и величия, вам нужно поступать так же. И первое, с чего вы можете начать – каждое утро воображать свой идеальный день и записывать это на бумаге.

Миллиардер поднял вверх указательный палец левой руки. В то же мгновение с самого верха Испанской лестницы сбежала молодая женщина в черепаховых очках и модной льняной блузе и направилась к нему. В руках у нее был небольшой серебристый кейс.

– Привет, Вена! – Райли слегка поклонился ей.

– Ciao, segnor Rayli, – с уважением произнесла молодая женщина. – Рада приветствовать вас в Риме. Вот ваши вещи, сэр.

Райли покрутил кодовый замок и откинул крышку кейса. Внутри лежали три небольших дневника в переплетах из роскошной итальянской кожи. Ни слова не говоря, миллиардер протянул один из них Бизнес-леди, а другой – Художнику. Третий, по всей видимости, предназначался ему самому. Райли прижал свой дневник к сердцу, потом поднес его к губам и… лизнул его!

Бизнес-леди и Художник открыли рот от удивления. Миллиардер был явно доволен произведенным впечатлением.

– Когда мы будем пробовать молодое вино на дивных виноградниках Южной Африки, я объясню вам смысл этого ритуала, – загадочно произнес он.

– Южная Африка? – изумленно протянул Художник. – Мы и туда поедем?

– Дивные виноградники? Молодое вино? – ахнула Бизнес-леди.

Миллиардер в очередной раз не удостоил их ответом.

– Хорошо, Вена, спасибо за услугу, – сказал Райли женщине в серой блузе. – Ты, как всегда, пунктуальна и точна. Ci vediamo dopo[20].

Она кивнула, махнула рукой на прощание всем троим и, легко сбежав по ступеням, пробежала через площадь и скры-

[20] Ci vediamo dopo – итал. «увидимся после». – *Прим. ред.*

лась из виду.

– Быть может, вам интересно посмотреть, что там внутри? – Миллиардер повернулся к влюбленным и рукой указал на дневники.

Под кожаной обложкой, прямо на первой странице, находилась тщательно прорисованная схема.

– Ух ты! – присвистнул Художник. – Еще одна модель обучения!

– Si, – по-итальянски ответил миллиардер.

– Здорово! – восхищенно сказал Художник. – Обожаю твои схемы, брат. Для меня это бесценный инструмент, который делает запутанные концепции простыми и понятными.

– И очень практичными, – добавила Бизнес-леди. – Практика рождает мастерство, не так ли?

– Именно так, – улыбнулся миллиардер. – Не стоит благодарностей, котятки. Как бы меня ни радовало ваше восхищение, но я не буду воровать чужую славу. На самом деле все эти модели разработал Заклинатель. Он понимал, что невозможно лично обучить тысячи мужчин и женщин, поскольку наставничество занимает слишком много времени. И тогда он стал создавать наглядные схемы, своего рода шпаргалки, которые содержат всю философию и методологию клуба «Пяти Утра». Их гениальность – в простоте. Но на то, чтобы сделать их такими простыми и доступными, Заклинателю понадобилось не одно десятилетие. Умейте различать мастерство под кажущейся простотой – это признак гения.

Обыватель часто не ценит шедевры именно потому, что его обманывает легкость линий на картине или хорошо запоминающийся мотив. Но подлинный мастер не усложняет – напротив, он убирает все лишнее, оставляя необходимое. Что ж, давайте посмотрим на вашу схему.

– Ежедневное ведение дневника – еще одна обязательная привычка истинного лидера. – объяснял миллиардер. – И начать формировать эту привычку можно с того, что записывать в дневник ваш идеальный образ дня. То есть во втором кармане времени в качестве медитации вы можете выбрать работу с дневником. Обратите внимание, как тонко выделана кожа на обложке, а какая полиграфия! – Он покрутил свой дневник, показывая его со всех сторон. – Это ручная работа, выполненная всего в трех экземплярах. Я решил сделать вам такой подарок, чтобы вам хотелось начать вести записи.

Магнат окинул взглядом площадь, вгляделся в глубину Виа деи Кондотти, где не покладая рук работали дворники. На улочке уже появились первые туристы.

– Заклинатель, как и я, обожает Рим, – как бы невзначай заметил Райли. – Возможно, мы встретим его здесь. Сегодня утром он собирался на рыбалку в одно тихое местечко неподалеку. Кстати, обратите внимание на то, что в ваших дневниках в начале каждой недели есть планировщик задач. Видите красиво оформленную запись: «5:20–5:40: ведение дневника»? Это идея Заклинателя. Подсказка, ключ и напоминание о том, чем лучше заполнить второй карман време-

ни.

– Да, это полезное напоминание, – заметила Бизнес-леди. – Но боюсь, если я начну задумываться о том, каким должен быть мой идеальный день, у меня на это уйдет больше, чем двадцать минут.

– А вы не думайте, – подмигнул миллиардер. – Просто включите амбиции – и вперед. Записывайте самые смелые мечты, самые дерзновенные желания. Пусть поначалу это будет обрывочно, схематично и путанно – ясность придет со временем. Здесь, в модели ведения дневника, очень понятно объяснено, о чем еще можно писать. Во-первых, перечислите все то хорошее, что есть в вашей жизни. За что вы действительно благодарны Творцу. Записывайте в эту тетрадь и то, что вас огорчает. Разочарования, обиды и страхи, неожиданные препятствия или даже угрозы. – Он бросил короткий говорящий взгляд на Бизнес-леди. – Записывая то, что вас тревожит, вы учитесь управлять эмоциями, выпускаете наружу подавленную боль и обретаете устойчивость к стрессам.

– Признавая страхи, мы обретаем храбрость, не так ли? – спросила Бизнес-леди.

# ПРИВЫЧКА ВЕСТИ ДНЕВНИК
## Деконструкция

– Браво! – Миллиардер снова несколько раз энергично хлопнул в ладоши, а затем указал на следующую ячейку схемы.

– Это удивительно, но, посвящая двадцать минут в день ведению дневника, вы многократно увеличиваете шансы на успех в любом начинании. Когда вы пишете о том, что вас радует и за что вы благодарны этой Вселенной, вы фокусируете внимание на положительных сторонах своей жизни, подпитываете их позитивной энергией. Когда же вы описываете то, что доставляет вам дискомфорт и боль, вы учитесь справляться с негативными эмоциями, не даете им стать препятствием на пути к успеху. Чтобы облегчить боль, сначала нужно понять, где болит. Назвать вещи своими именами. Признаться в слабости, чтобы обрести силу. Эта практика способна совершить революцию в вашей жизни. Избавить вас от давней боли, исцелить старые раны. Ваша личная сила скрыта под грузом невыраженных чувств. Вы должны очистить от негатива Четыре внутренних царства, и тогда вашей судьбой станет управлять ваше истинное «Я».

– Надо же. – Художник покачал головой. – Никогда не думал об этом в таком ключе. Вы хотите сказать, что, когда я не выражаю эмоции, они накапливаются внутри и отравляют организм до такой степени, что я могу даже заболеть?

– Да, все так и есть, – подтвердил Райли. – Невозможно не испытывать гнева, страха, раздражения или душевной бо-

ли. Но эти чувства нуждаются в признании, иначе они будут блокировать ваши таланты и природную силу. Кстати, это основная причина того, что человек так «измельчал». В обществе не принято обнаруживать чувства, особенно когда они неуместны. На борьбу с негативными эмоциями уходит так много сил, что люди просто позабыли о своем высшем призвании. У них внутри накопилось так много страха, боли, гнева и печали, что их истинное «Я» не может пробиться сквозь все эти завалы эмоционального мусора. А ведь каждый человек – титан духа. Только он об этом не знает. А ведь каждый может совершать удивительные открытия, дарить истинную любовь, творить настоящие чудеса.

– Чудеса! – воскликнула Бизнес-леди. – Вы все время говорите о чудесах, волшебстве, магии. Никак не могу понять – вы шутите или…

– Да. Чудеса. – Миллиардер не дал ей договорить. – Волшебство и магия. Все это не пустые слова и не выдумки фантазеров. Что такое магия, вы поймете, оказавшись в Южной Африке. Есть магия здоровья, магия денег, магия радости… Но пока я не имею права об этом говорить.

Он взглянул на молодую женщину долгим пронзительным взглядом – так, что Бизнес-леди ясно почувствовала, что за его словами кроется какая-то тайна. Ей стало любопытно и в то же время несколько тревожно.

– Итак, повторю: чтобы исцелить рану, нужно знать, где болит, – продолжил Райли совершенно обычным тоном. –

Я знаю это как никто другой. В моей жизни было много боли, страданий и скорби. Мой бизнес несколько раз шел ко дну. Я потерял жену и перенес страшную болезнь. И сейчас в моей жизни не все так радужно. – Он осекся и как-то сгорбился. Глаза потухли, появилась одышка. Очередной тревожный знак – и как понимать его, ни Художник, ни Бизнес-леди не знали. Было ясно одно: с миллиардером происходит что-то не то.

Это состояние продлилось не больше минуты. Затем Райли выпрямился, воздел обе руки к небу и энергично сказал:

– Благая весть в том, что боль уходит. Да, я пережил много страданий, но сейчас в моей жизни больше радости. А в будущем, – он сделал большие глаза, – этой радости будет еще больше!

– Но как пережить боль, если она невыносима? – спросила Бизнес-леди.

– С помощью формулы «20/20/20»! – с готовностью ответил миллиардер. – Записывая в дневник свои чувства, вы освобождаетесь от них. Могу сказать, что в самые трагичные моменты моей жизни я спасался только тем, что подробно описывал все, что со мной происходит. Мне удалось прожить эти чувства и выйти из испытаний другим человеком. Теперь я благодарен судьбе за все эти невзгоды. Я благодарен клубу «Пяти Утра» за то, что мне удалось так вырасти. Я не живу в прошлом, как большинство людей. Я знаю, что это отнимает силы и портит настроение. Люди постоянно переваривают

события, которые давно в прошлом, но вместе с тем боятся встретиться со своими чувствами. В этом причина того, что счастливых и продуктивных людей – единицы. На первой же нашей встрече Заклинатель сказал мне, что между счастьем и мастерством существует прямая связь. Несчастливые люди – плохие работники и никакие лидеры. Лишь тот, кто счастлив, может создать нечто стоящее. Ваши дневники – это еще одна ступенька к счастью, потому что они помогут вам справиться с болью.

Райли подошел к влюбленным и сердечно обнял сначала Бизнес-леди, затем ее бойфренда.

– Согласен, что носить в сердце память о потерях – очень утомительное дело, – сказал Художник. – К сожалению, в искусстве больше, чем где бы то ни было, приходится сталкиваться с критикой, непониманием, завистью и поражением. Все это опустошает изнутри.

– Да, – кивнул миллиардер. – Но теперь вы знаете, как от этого избавляться. Прежде чем мы перейдем к третьему карману времени, хочу сказать еще пару слов о медитации в ее классическом виде. Заклинатель научил меня медитировать, и я с удовольствием поделюсь с вами этим знанием. Я очень ценю медитацию и прибегаю к ней не только утром. Медитация помогает сосредоточиться, дает уверенность в себе и глубокий душевный покой, который ничто не может поколебать. Возможно, вы думаете, что медитацию могут практиковать только избранные и просветленные люди. Но на са-

мом деле это очень простая практика, доступная абсолютно каждому. Она заключается в том, что вы садитесь в удобную позу и глубоко дышите. Больше ничего! Польза же от нее так велика, что человек и в самом деле становится просветленным: более осознанным, более здоровым, более стрессоустойчивым. Доказано, что медитация снижает уровень кортизола и способствует выработке эндорфинов. Кроме того, медитация – это самый короткий путь к своему истинному «Я». Она помогает установить прочную связь с самим собой, получить доступ к сверхспособностям. Конечно же, лучшее время для медитации – раннее утро, поэтому я советую вам, кроме ведения дневника, несколько минут посвящать классической медитации.

Миллиардер упал на землю и несколько раз быстро отжался. Затем сложил руки в молитвенном жесте, встал на одну ногу, другую поджал под себя и три раза поклонился. На этот раз Бизнес-леди и Художник не удивились: они уже почти привыкли к причудливым выходкам этого странного и мудрого человека.

– Ну что ж, – сказал он, завершив свой ритуал, – давайте перейдем к третьему карману времени, которым вы пользуетесь между 5:40 и 6:00. Сразу после этого мы попрощаемся с вами. Я нанесу несколько дружеских визитов, а вечером отправлюсь на дружеский ужин с Адриано. Надеюсь, вы не обидитесь на то, что я покину вас в незнакомом городе.

– Нет проблем, – ответил Художник, обнимая Бизнес-ле-

ди за талию, – мы найдем, чем заняться.

– Я слышала о неплохом ресторанчике недалеко Кампо-деи-Фьори, – сказала Бизнес-леди. – Знакомые очень хвалили его поваров, но еще больше их карбонару. Вот и будет повод попробовать.

– О да, это действительно невообразимо вкусно! – кивнул миллиардер, и вдруг согнулся, словно его ударили в живот.

– Вы в порядке, мистер Райли? – спросила Бизнес-леди, бросаясь к наставнику.

– В абсолютном, – прохрипел он, поднимаясь. – Времени мало… Я должен передать вам формулу в полном объеме. Но, прежде чем мы перейдем к третьей ее части, вы должны мне кое-что пообещать.

– Конечно! – в один голос воскликнули Художник и Бизнес-леди.

– Я уже упоминал об этом вскользь. Пообещайте, что когда знание, которое я передал вам, станет неотъемлемой частью вашей жизни, вы возьмете на себя труд наставничества, – слабым голосом произнес Райли. – Вы стали членами тайного клуба «Пяти Утра» для того, чтобы привлекать в него новых людей. Эта философия должна завоевывать новые сердца и изменять новые жизни.

– А вы? – испуганно спросила Бизнес-леди.

– Возможно, мне не придется больше брать учеников, – признался миллиардер. – Но времени и впрямь мало. Итак, третий карман времени нужно заполнить Знанием. Помните

метод «два на три»: чтобы удвоить доход и влияние, нужно утроить усилия, которые вы прикладываете для духовного и профессионального самосовершенствования. Итак, с 5:40 до 6:00 утра вы должны будете углублять свои знания. Учитесь! Получайте новую информацию. Оттачивайте свое мастерство. Двадцать минут в день – небольшой шаг, который позволит вам одолеть огромный путь.

– Мне почему-то вспомнились слова Леонардо: «Ты становишься мастером, когда превосходишь самого себя», – заметил Художник.

– Как замечательно сказано! – нежно проворковала Бизнес-леди, целуя его в щеку.

– Любимая! – воскликнул Художник, прижимая девушку к себе.

– Рим – город любви! – засмеялся миллиардер. – И я тоже влюбился в Риме.

Вдруг он резко перестал смеяться, принял театральную позу и громко продекламировал:

– «Каждый день приобретайте знание, которое поможет вам устоять против бедности, зависти и даже самой смерти. Пусть это будет небольшое знание – но зато хорошо усвоенное». Это Сенека, – пояснил он, открыв глаза. – Лидерство никогда не дается свыше. Оно всегда созревает изнутри. Итак, с 5:40 до 6 часов утра работайте над тем, чтобы повысить собственную ценность – как для себя, так и для общества в целом. Неудачники оправдываются тем, что судь-

ба не была к ним благосклонна. Но успех и влияние никогда не бывают результатом слепого везения. Роскошный сад не появляется на пустом месте. Нужно посеять семена, ухаживать за всходами и полоть сорняки. Сад можно только вырастить! Повышая свою ценность, вы подготавливаете себя к богатству, признанию, свободе – ко всему тому, чего вы хотите. Между прочим, – он улыбнулся, – на этой идее я сделал состояние. Вместо того чтобы улучшать и менять других, я улучшал и менял самого себя. По мере того, как росли мои знания, рос мой бизнес. Связи мои ширились благодаря репутации знающего и профессионального человека. Так я и построил свою империю. Все благодаря тому, что двадцать минут в день я тратил на то, чтобы обрести знание.

– Как это лучше всего делать? – поинтересовался Художник.

– Возможно, мой совет будет несколько старомоден, – ответил Райли, – но почитайте книгу. Я знаю: люди сейчас почти не читают, хотя тем самым они обкрадывают сами себя. Книги – это величайшие сокровищницы самых разнообразных знаний.

– Какую книгу? – уточнила Бизнес-леди. – Что-то из области моего бизнеса?

– Да, если это умножит ваши знания, – сказал миллиардер. – Но я бы посоветовал вам на первых порах читать биографии тех, кто достиг подлинного величия – в науке, искусстве и, кстати, в бизнесе тоже. Вы откроете для себя много

полезного. Также я рекомендую книги по личностному росту. Впрочем, я не настаиваю: выбор – за вами. Главное, чтобы это была учеба, а не развлечение. Кстати, умение учиться – неотъемлемое качество лидера. Я знаком практически со всеми богатейшими людьми планеты и могу с уверенностью сказать, что они действительно учатся всю жизнь! Они неустанно приумножают знания и извлекают из них выгоду. Человек, чья жажда знаний неиссякаема, непременно станет богатым.

Бизнес-леди сосредоточенно делала пометки в своем блокноте: «биографии лидеров», «личностный рост», «профессиональная литература». Художник через плечо подглядывал в ее записи, полагаясь на свою хорошо развитую зрительную память.

– Лично я считаю, что Вселенная очень справедлива, – философски рассуждал миллиардер. Ему явно стало лучше: лицо снова зарумянилось, спина распрямилась. – В любом ее уголке действует один и тот же закон: что даешь – то и получаешь. Хотите получить больше – отдавайте больше. Тем более что сейчас в ваших руках есть самый надежный, самый эффективный и универсальный инструмент для того, чтобы получить все, что вы хотите. Это формула «20/20/20». Как только вы начнете ее применять, сразу заметите положительные изменения во всех сферах своей жизни. – Магнат немного помолчал. – Что ж, собственно, пока это все, – он развел руками. – Сегодня вы, как всегда, были прилежны

и внимательны. Мне как наставнику это очень греет душу: значит, мои усилия не пропадут даром.

– Мы уже прощаемся с вами? – спросил Художник. – Как жаль…

– Да, жаль! – воскликнула Бизнес-леди. – Куда вы направляетесь сейчас?

– В город мертвых, – загадочно ответил Райли. – Хотите со мной?

# Глава 14
# Важность сна

*Вы не можете себе представить, как я дьявольски устал. Отдых – это единственное, чего я жажду. Я закончил свою работу шесть дней назад, но ум мой до сих пор не может остановиться. В моей голове днем и ночью крутится водоворот мыслей, ведущих в никуда…*
***Герберт Уэллс***

Римское солнце почти достигло зенита. Трое путников стояли на самом верху Испанской лестницы, откуда был виден почти весь старый город. Взгляд миллиардера был направлен в сторону Ватикана. Влюбленным показалось, что их наставник кого-то высматривает. И точно: Райли поднял руку и кому-то помахал. Через минуту на площадь выбежал мужчина с мегафоном в руках. Приблизив его к лицу, он что-то громко прокричал по-итальянски. Тут же с трех сторон к нему подъехали три женщины на красных сверкающих «веспах»[21], он что-то сказал им, те кивнули и, припарковав мотороллеры у подножья Испанской лестницы, убежали в направлении Виа Делле Карроцци.

– Ну вот и транспорт. – Миллиардер довольно потер ла-

[21] Vespa – марка культовых итальянских мотороллеров, выпускаемых с 1946 года по настоящее время. – *Прим. ред.*

дони. – Едем?

– В город мертвых? – мрачно спросила Бизнес-леди. Ей не хотелось слышать о смерти: внутри нее все еще жил страх, внушенный угрозами инвесторов.

– Просто доверьтесь мне, ладно? – сердечно сказал Райли.

Они спустились к скутерам. Выяснилось, что Бизнес-леди никогда на них не ездила, но Художник наскоро объяснил ей принцип управления, и уже через несколько минут они мчались по извилистым улочкам старого Рима. Благодаря миниатюрности и мобильности скутеров они ехали довольно быстро – даже несмотря на загруженные толпами туристов улицы. Художника, впрочем, не радовала скорость: ему хотелось рассмотреть красоты Рима во всех подробностях. Он только тихо ахал, когда они проезжали мимо какого-нибудь дома с затейливым декором или же неожиданно мелькнувшей в переулке древней базилики. На одной из улиц они услышали бродячего певца – с таким голосом он мог бы блистать в Ла Скала[22]! А на одной из площадей они увидели поистине сюрреалистическую картину: посреди классических зданий стояла пирамида в египетском стиле. Это была гробница Цестия.

Спустя примерно час они покинули город. Миллиардер ехал чуть впереди, показывая путь. Бизнес-леди только сейчас обратила внимание на то, что было написано на его

[22] *Ла Скала* – распространенное сокращенное название итальянского театра «Teatro alla Scala», основанного в 1778 году в Милане. – Прим. ред.

черном шлеме. «У раннего часа – золото во рту. Бенджамин Франклин». А на футболке сзади красовалась надпись: «Лучшие умирают первыми».

У Бизнес-леди защемило сердце. Она вдруг осознала, что скоро это сказочное приключение подойдет к концу. Возможно, она больше никогда не увидит Стоуна Райли, который неожиданно стал самым важным человеком в ее жизни.

Они выехали на узкую брусчатую дорогу, по краям которой росли апельсиновые деревья. Примерно через километр миллиардер остановился. Трое друзей бросили свои скутеры прямо у дороги, и Райли повел их по едва заметной тропинке. Но куда они шли – не знали ни Художник, ни Бизнес-леди. Наконец они увидели каменный бюст Гая Юлия Цезаря. Прямо за ним обнаружились заросшие травой каменные ступени, ведущие вниз.

– Нам сюда, – сказал миллиардер.

Они осторожно спустились по лестнице и оказались в заброшенном тоннеле. Там было темно, пыльно и холодно.

– Где мы? – тревожно спросил Художник. На лбу его блестели капельки пота.

– В катакомбах, – ответил миллиардер. – Здесь римляне когда-то хоронили своих мертвецов. Тут целая сеть лабиринтов – подземных улиц, где находятся гробницы знатных и простых граждан древнего Рима. Настоящий город мертвых!

– Зачем мы пришли сюда? – Голос Бизнес-леди дрожал, то ли от страха, то ли от внезапного холода.

– Чтобы вы поняли, что такое мир, – загадочно ответил миллиардер.

Вдруг из глубины темных лабиринтов послышались глухие шаги. В катакомбах кто-то был. И, судя по тому, что шаги становились все более громкими, этот кто-то приближался к ним.

Бизнес-леди и Художник смотрели на Райли широко открытыми глазами.

– Мне страшно, – сказала Бизнес-леди, прижимаясь к бойфренду.

Миллиардер молчал. Впереди показался тусклый свет, а затем появился человек в черном одеянии. Подойдя к путникам, он поднял выше свечу и снял с головы капюшон. В тот же миг раздался вздох облегчения: Бизнес-леди и Художник узнали этого человека. Перед ними стоял создатель клуба «Пяти Утра» – человек, который вдохновил миллионы людей и подарил им надежду на Величие.

Это был Заклинатель.

– Боже мой, как же вы нас напугали! – воскликнул Художник. За эти несколько минут он взмок от холодного пота.

– Прошу прощения, – виноватым голосом произнес Заклинатель. – Я не хотел вас пугать. Это все придумал наш мистер Райли.

– И тем не менее это было очень эффектное появление! – рассмеялся миллиардер. – Привет, старина. Спасибо, что выполнил мою просьбу.

Они сердечно обнялись.

– Ну что ж, – сказал Заклинатель, обращаясь к влюбленным. – Вы, наверное, гадаете, зачем прибыли в это мрачное место и к чему весь этот странный спектакль.

Бизнес-леди и Художник молча кивнули.

– Стоун попросил меня рассказать вам о ценности сна и о том, какое влияние он оказывает на процессы, происходящие глубоко в подсознании. От того, как мы спим, во многом зависят творческие способности, жизнестойкость и продуктивность.

– Но почему здесь? – удивилась Бизнес-леди.

– Потому что обитатели этого подземного города пребывают в вечном сне, – последовал ответ.

– А еще потому, – добавил Райли, – что люди, которые не умеют правильно спать, приближают свою смерть.

– Это правда?! – Бизнес-леди нахмурилась и скрестила руки на груди.

В свете свечи на ее пальце блеснуло тонкое помолвочное кольцо – недавний подарок Художника.

Ответа она не получила, потому что миллиардер, заметив кольцо, удивленно присвистнул:

– Ого! Когда вы успели?

– Вчера, – улыбнулся Художник. – Мы как раз хотели пригласить вас обоих на нашу свадьбу. Мы не собираемся устраивать пышное торжество, потому что присутствие таких гостей уже сделает событие особенным.

– Если хотите, можем устроить церемонию на моей вилле на Маврикии, – предложил миллиардер. – Разумеется, все расходы я возьму на себя, и не спорьте! – Он выставил ладонь вперед, пресекая все возражения. – И оплачу дорогу всем вашим гостям: друзьям, родственникам, случайным знакомым. Зовите всех, кто вам дорог, с кем вы хотите разделить радость этого особенного дня. Это будет мой свадебный подарок.

От пыли, покрывавшей старые гробницы, или же от волнения, миллиардер начал кашлять. Он схватился за грудь, стараясь остановить приступ, но не смог справиться с этим состоянием. Кашель душил его, и Бизнес-леди встревожилась не на шутку.

– Что с вами? – спросила она. – Может, поднимемся на поверхность?

– Ни в коем случае, – твердо сказал миллиардер. Кашель прекратился так же внезапно, как и начался.

– Итак, – прозвучал голос Заклинателя. – Вы уже знаете, что первые шестьдесят минут после пробуждения определяют ваш дальнейший день. А значит, и всю вашу жизнь, поскольку жизнь – это не что иное, как череда дней. Но! – Он поднял вверх указательный палец. – Не меньшее значение имеют шестьдесят минут перед сном. И, если вы хотите, чтобы ваша жизнь не хромала на одну ногу, вы должны уделить последнему часу вашего дня такое же внимание, как и первому.

Он поднес свечу к лицу, что только подчеркнуло мистическую атмосферу древних лабиринтов.

– Чтобы обрести сознание гения, нужно соблюдать баланс между тем, чему вы посвящаете свое утро, и тем, как вы проводите свой вечер. Сегодня вы познакомились с волшебной формулой «20/20/20». Это могущественный метод, который в состоянии изменить судьбу. Но он не будет работать, если вы не наладите свой сон. Скажите, как вам дается подъем в пять утра?

– Если честно, с большим трудом, – призналась Бизнес-леди. – Всякий раз, открывая глаза, я чувствую себя настолько измученной, что мне хочется крикнуть: «Убейте меня, но не заставляйте вставать так рано!»

– У меня то же самое, – сказал Художник. – До этой поездки на Маврикий я понятия не имел, что можно так рано вставать. Вообще-то, я – «сова». Иногда могу не спать до самого утра. Но в этой поездке мне хорошо спится. Наверное, всему виной долгие прогулки, солнце и свежий воздух.

– Ну что ж, это обнадеживает – улыбнулся Заклинатель. – Но я хочу сказать вам, что в целом ситуация катастрофична: над человечеством нависла невидимая, но громадная угроза. Интернет и социальные сети воруют не только время и силы, которые можно было бы посвятить созиданию – они крадут наш сон, в буквальном смысле! Исследования подтверждают: синий свет, исходящий от экранов электронных гаджетов, подавляет выработку мелатонина – вещества, которое

сообщает нашему мозгу, что мы утомлены и нам пора спать. Давно доказано, что чем больше человек пользуется гаджетами, тем ниже его когнитивные способности. Нет никаких сомнений, что вся эта виртуальная реальность, в плену у которой находится большинство людей, в итоге вызывает дисфункцию сна, а значит, сокращает жизнь…

– Я заметила, что если перед сном читаю сообщения или проверяю почту, то хуже засыпаю, – сказала Бизнес-леди. – И кстати, я уже думала о том, что мне нужен какой-то ритуал или упражнения для того, чтобы лучше спать.

– Да, ритуал! – с энтузиазмом подхватил Художник. – Который мы будем практиковать шестьдесят шесть дней, пока он не войдет в привычку. Я уверен, что привычка правильно засыпать так же важна, как и привычка вставать в пять утра. А главное – когда это станет частью нашей жизни, нам и самим не захочется убивать время в гаджетах.

– Вы оба мыслите в абсолютно правильном направлении, – поддержал их Заклинатель. – Действительно, ко сну нужно готовиться особым образом. Расслабить тело, освободить разум. Не должно быть ни малейшего телесного напряжения, ни капли тревоги. Плохой сон представляет смертельную опасность, потому что он может спровоцировать многие неизлечимые болезни. Кроме того, после неправильного сна человек чувствует себя разбитым, что напрямую сказывается на его интеллектуальных и физических способностях. Он не может полноценно выполнять работу, ему

трудно сосредоточиться. Человек, который регулярно не высыпается, не может быть счастливым.

– Я всегда это знала, – кивнула Бизнес-леди. – Только почему-то никогда об этом не задумывалась.

– Никто не задумывается, – подал голос миллиардер. Он сидел на корточках, прислонившись спиной к каменной кладке стены. – Не хотите присесть? – неожиданно предложил он. – В ногах правды нет, а сидеть на корточках очень полезно для спины и желудочно-кишечного тракта.

Бизнес-леди и Художник смущенно помотали головами.

– Скажите, сколько часов нужно спать? – спросил Художник.

– Дело не в количестве, а в качестве сна, – пояснил Заклинатель. – Вы вообще знаете, что происходит с организмом, когда вы спите? Активность мозговых нейронов резко падает. В мозг поступает спинномозговая жидкость, которая как бы омывает все клетки. Это позволяет не только восстановить повреждения, но и устранить патологические процессы, которые наметились во время бодрствования. Во сне мозг исцеляется.

– Так вот почему говорят: «Сон – лучший лекарь!» – догадалась Бизнес-леди.

– Расскажи им о СТГ, – сказал из темноты миллиардер.

– Я как раз к этому подошел, – улыбнулся Заклинатель. – Итак, СТГ, соматотропный гормон, или, как его еще называют, гормон роста. Он вырабатывается только в гипофизе,

и – внимание! – только во время сна. Теперь вы понимаете, почему считается, что дети растут во сне? Но СТГ важен не только для растущего организма. Этот гормон производится гипофизом всю жизнь, потому что он отвечает за активное долголетие. Благодаря СТГ старые клетки заменяются новыми, и органы могут функционировать многие годы. Когда у человека нормальный уровень СТГ, он чувствует себя бодрым, у него появляется желание жизнь, увеличиваются познавательные способности. А еще он практически не болеет и долго живет.

– О, я понял! – воскликнул Художник. – Чтобы уровень СТГ был нормальным, нужно много спать, да?

– Это и так, и не так, – сказал Заклинатель. – Повторю: главное – не количество, а качество сна. Чтобы СТГ выработался в достаточном объеме, необходимо пять полных циклов сна. Один цикл проходит примерно за девяносто минут; но тут все индивидуально. Во всяком случае, спать нужно не меньше семи с половиной часов.

– И не больше девяти, – назидательно заметил миллиардер. Он уже поднялся с корточек и теперь энергично приседал, разминая ноги.

– Да, не больше девяти, – согласился Заклинатель. – Избыточный сон так же вреден, как и недосыпание.

– Все это безумно интересно, – сказал Художник. – Но все же мне бы хотелось узнать кое-какие практические вещи. Например, как правильно проводить вечерние часы, чтобы

правильно заснуть и хорошо выспаться. Может быть, есть какая-то наглядная модель по типу тех, которые мы уже видели, когда проходили Трехшаговую формулу успеха и формулу «20/20/20»?

– Да, – кивнул Заклинатель. – Такая модель существует. Я разработал подробную и понятную схему, где как раз собраны все основные действия, которые вы должны выполнить перед сном. Все это проверено на моем личном опыте. Вот уже много десятилетий я делаю именно так и прекрасно высыпаюсь.

Заклинатель порылся в складках своей монашеской мантии и извлек оттуда небольшой тубус. Затем он отвинтил крышку и вытряхнул два тонких свитка. Один свиток Заклинатель отдал Бизнес-леди, другой протянул Художнику.

Художник немедленно развернул свой свиток и подставил его под свет свечи. На пергаменте была начерчена таблица.

– Потрясающе! – восхищенно выдохнула Бизнес-леди. – Даже просто читая все это, я уже чувствую покой и благодарность. В первую очередь за то, что судьба подарила мне знакомство со всеми вами.

Она обвела взглядом троих мужчин.

Миллиардер взглянул на нее и громко прошептал: «Мое богатство, моя мудрость, моя сила всегда со мной. Я герой, а не жертва. Я лев, а не овца. Я люблю жизнь и делаю все, чтобы с каждым днем она становилась все лучше. Чем больше я отдаю, тем больше получаю. Чем больше я помогаю другим,

тем больше я счастлив».

| | |
|---|---|
| 19:00–20:00 | • Последний прием пищи.<br>• Выключить все гаджеты.<br>• Исключить любые эмоциональные раздражители |
| 20:00–21:00 | • Беседа по душам с любимым человеком или другом.<br>• Лучшее время для второй медитации.<br>• Чтение духовной литературы или прослушивание мантр.<br>• Дыхательная гимнастика или восстанавливающие упражнения.<br>• Расслабляющая ванна с ароматическими солями |
| 21:00–22:00 | • Проветрить комнату, обеспечить полное затемнение, вынести из спальни все электронные гаджеты.<br>• Подготовить спортивную одежду для первого утреннего «кармана времени». Положить ее рядом с кроватью.<br>• Вечерняя практика благодарности |

– Я тоже счастлив, что все мы встретились в этой жизни, –

сказал Художник с нежностью в голосе. Он прижал к себе Бизнес-леди и поцеловал ее в макушку.

– Ах, если бы весь мир стал одним большим «Клубом Пяти Утра»! – мечтательно произнесла Бизнес-леди. – Мы бы жили на самой счастливой планете во Вселенной. А знаете что? – Она высвободилась из объятий Художника и взяла Заклинателя за руку. – Я ведь сомневалась в том, что этот метод мне подходит. Я думала, что вставать в пять утра могут только супергерои, которым достаточно спать три-четыре часа в сутки. Теперь я знаю, что никто не отнимет у меня необходимых часов сна – мне просто нужно раньше ложиться! Как гениально и как просто!

– Я не могу отвечать за весь мир, – рассмеялся Художник, – но точно знаю: начинать надо с себя. Если каждый из нас произведет в своей жизни маленькую революцию, мир уже изменится к лучшему. Ведь мы меняем не только собственную жизнь. Мы влияем на всех, кто находится рядом с нами!

– Да-да! – радостно воскликнула Бизнес-леди. – Махатма Ганди: «Если хочешь изменить мир, изменись сам!» – я как раз читала об этом прошлым вечером, перед тем, как заснуть.

Она убрала со лба выбившуюся из-под резинки прядь волос. В свете свечи снова сверкнуло помолвочное кольцо, подаренное Художником.

– При всем уважении, – строго произнес Заклинатель, –

фактически его слова звучали несколько иначе. То, что говорите вы – скорее фраза, сформированная со временем культурой, испытывающей дефицит коллективного внимания.

– Это так, – сказал миллиардер. – На самом деле он говорил: «Когда человек меняется, меняется и отношение к нему. Если бы люди смогли изменить себя, изменился бы и мир. Нет нужды оглядываться на других – посмотри на себя».

– Браво, Стоун! – зааплодировал Заклинатель. – У тебя потрясающая память. Но ваша мысль, несомненно, верна. – Он повернулся к Бизнес-леди. – И я абсолютно согласен с вами в том, что если бы каждый житель нашей планеты стал членом клуба «Пяти Утра», мы жили бы в совершенно другом мире. Ведь неважно, кто ты: бизнесмен, политик, финансист или ученый; художник, архитектор, спортсмен или учитель; пожарный или таксист – кем бы человек ни был по жизни, он всегда может найти время для вечернего ритуала, который поможет ему полноценно выспаться и восстановить свое тело. А утренняя формула «20/20/20» позволит выстроить идеальный день – без страха, грусти, агрессии и посредственности. Только представьте себе мир, в котором каждый человек проводит свои дни в радости, душевном покое, творчестве и любви!

Он помолчал.

– Что ж, – наконец сказал Заклинатель, – думаю, урок усвоен. Теперь же мне пора. С тобой, Стоун, мы увидимся за

ужином. Если не ошибаюсь, сегодня подадут качо-э-пепе?

– Да, – миллиардер кивнул. – Адриано уже заказал для нас столик.

Вдруг он сильно закашлялся и пошатнулся. Видно было, что левую руку его свело судорогой… Бизнес-леди тревожно посмотрела на Райли и перевела взгляд на Заклинателя. Тот молчал, смотря куда-то в сторону.

– Мне нужно идти, прощайте, друзья, – глухо сказал Заклинатель, когда приступ Стоуна прекратился. Он исчез в темноте лабиринта.

Трое друзей выбрались из катакомб и направились к месту, где оставили скутеры. Вскоре они уже мчались по живописной пригородной дороге, мимо старинного акведука, и спустя час достигли городских стен. Рим стоял в пробках, но благодаря маленькому размеру мотороллеров они ловко объезжали автомобили, грузовики и автобусы. Водители застрявших в пробках машин с завистью смотрели им вслед. Еще через полчаса друзья добрались до Испанской лестницы. Оставив скутеры у фонтана, они взбежали вверх по ступеням.

– Ну что ж, – сказал миллиардер. – Мы с вами прощаемся там же, где встретились в пять утра. Но сначала, – он хитро посмотрел на них, – хочу сделать вам еще один подарок – такой же, какой в свое время преподнес мне Заклинатель.

С этими словами он громко хлопнул в ладоши. Со стороны виллы Боргезе послышался странный звук, как будто к

ним приближался пчелиный рой. Бизнес-леди и Художник задрали головы и посмотрели в небо. То же самое сделали и другие туристы, которых в этот час было полным-полно на Испанской лестнице. В римском небе парил серебристый дрон.

– Мама, мама, смотри, квадрокоптер! – завопил мальчик в джинсовой кепке. Его мать, красивая женщина с цветами в руках, уставилась на непонятный предмет, паривший в нескольких метрах над ее головой.

Миллиардер же был занят тем, что с помощью миниатюрного пульта управлял полетом дрона. Беспилотник плавно опустился прямо у ног Бизнес-леди.

– Ну что ж, давайте посмотрим, что принес нам мой маленький друг, – весело сказал Райли. Он поднял квадрокоптер и отсоединил небольшой деревянный ящичек, прикрепленный на то место, куда обычно вешают видеокамеру. В ящичке оказался сложенный в несколько раз лист папиросной бумаги, на котором была нарисована таблица с мельчайшим текстом. К нему прилагалось увеличительное стекло. Оно было очень кстати: обычным взглядом разглядеть написанное было непросто.

– Еще одна модель? – спросила изумленная Бизнес-леди.

– Да, – довольным тоном произнес Райли и положил увеличительное стекло на пергамент.

– Я тут подумал, что на первых порах вам понадобится шпаргалка, как следует выстраивать свой день, чтобы он стал

идеальным, – сказал Райли. – Но прошу, не относитесь к этому как к неким нерушимым заповедям. Этот листок – вовсе не скрижаль завета, а просто образец, на который можно ориентироваться. Вы вольны располагать своим временем так, как вам хочется. Возьмите за основу этот план и адаптируйте его под себя. Кстати, вы заметили, что в моей модели вечерний режим отличается от того, что давал вам Заклинатель?

Художник и Бизнес-леди дружно кивнули.

– Потому что это моя жизнь, – пояснил миллиардер. – Посмотрите на нее и составьте план своего дня. Обязательно проверяйте этот план на практике, убирайте то, что вам не подходит, добавляйте что-то новое. Ваша задача – составить свою собственную подробную карту дня, которая будет вашим путеводителем по часам дневной активности. Делайте то, что делает любая хорошая хозяйка, пробуя новый рецепт. Сначала она ориентируется на то, что написано в поваренной книге, но, готовя блюдо снова и снова, раз за разом добавляет свои ингредиенты. В результате получается «фирменное» блюдо с неповторимым вкусом и ароматом.

Структура идеального дня

Время без гаджетов

| Время | Действия | Пояснение |
|---|---|---|
| 4:45 | • Пробуждение и подъем.<br>• Утренний туалет | **«Предполетная подготовка» для выполнения формулы «20/20/20»**<br>• Возможность встряхнуться ото сна, перевести сознание в режим бодрствования.<br>• Умывание холодной водой тонизирует кожу, стимулирует выработку дофамина, заряжает энергией |
| 5:00–5:20 | • Интенсивные физические упражнения.<br>• Практика глубокого дыхания.<br>• Обливание холодной водой.<br>• Прослушивание бодрой музыки или мотивирующих аффирмаций | **Первый карман времени: Движение**<br>• Поднимает уровень энергии с нуля до 100%.<br>• Физические упражнения воспитывают мышление гения, увеличивают личную продуктивность.<br>• Движение «растворяет» гормон стресса и повышает уровень гормонов радости и счастья |
| 5:20–5:40 | • Медитация.<br>• Молитва.<br>• Ведение дневника.<br>• Практика благодарности.<br>• Создание идеального образа дня | **Второй карман времени: Размышление**<br>• Медитация замедляет старение и продлевает жизнь.<br>• Ведение дневника повышает осознанность.<br>• Планирование сосредоточивает фокус внимания на первостепенных задачах |
| 5:40–6:00 | • Чтение.<br>• Аудиокниги и лекции.<br>• Получение новых знаний, просмотр обучающего видео | **Третий карман времени: Личностный рост**<br>• Формула «Два на Три».<br>• Закладывается фундамент для будущих свершений.<br>• Появляются новые идеи и вдохновение для их реализации.<br>• Повышается уровень личной конкурентоспособности, появляется ГКП |
| 6:00–8:00 | • Общение с родными и близкими.<br>• Время для личных дел. Важно:<br>- не читать новости;<br>- не проверять почту;<br>- не просматривать соцсети | • Ежедневное общение с семьей укрепляет связи и улучшает качество жизни.<br>• Нивелируется привычка «залипать» в гаджетах.<br>• Повышается уровень гормонов счастья и спокойствия |

| Время | Действия | Пояснение |
|---|---|---|
| 8:00–13:00 | • Правило «90/90/1».<br>• Метод «60/10».<br>• Работа над приоритетными направлениями | • Двойной цикл элитных достижений.<br>• Выход на уровень АКВ.<br>• Построение вашего личного Менло-Парка* |
| 13:00–17:00 | • Работа над второстепенными направлениями.<br>• Встречи.<br>• Организаторская деятельность.<br>• Перерыв | • Менее творческая работа требует меньших затрат энергии.<br>• Развитие административных навыков, укрепление связей.<br>• Текущее планирование.<br>• Возможность расслабиться в середине дня |
| 17:00–18:00 | • Второй цикл отдыха и активности.<br>• Вечерний расслабляющий комплекс | • Время для игр и творчества.<br>• Личное время для обновления и отдыха.<br>• Солнечные ванны, прогулка на свежем воздухе, дыхательная гимнастика |
| 18:00–19:30 | • Отключить все гаджеты.<br>• Ужин с семьей.<br>• Занятия, приносящие удовольствие.<br>• Время с любимым человеком | • Укрепляются внутрисемейные связи.<br>• Появляется жажда жизни.<br>• Отношения с любимыми становятся более глубокими |
| 19:30–21:30 | • Чтение художественной литературы.<br>• Вечерняя запись в дневнике.<br>• Подготовка к раннему подъему.<br>• Убрать из спальни все электронные приборы и гаджеты.<br>• Медитация перед сном | • Ритуал перед сном.<br>• Расслабляющая ванна с ароматическими солями.<br>• Полное затемнение комнаты.<br>• Проветривание на ночь |
| 21:30 | • Глубокий сон | • Вырабатывается СТГ.<br>• Восстанавливаются нейроны мозга, обновляются клетки всего тела |

время без гаджетов

– И эти «фирменные» блюда наших дней сложатся в «фирменную» кухню нашей жизни! – засмеялся Художник, поглаживая свой дневник.

– Неповторимую, удивительную, полную чудес «кухню»! – добавила Бизнес-леди. – Мне уже не терпится приступить к «готовке»!

– Я безумно рад, что вы поняли мою мысль, – улыбнулся миллиардер. – Великая жизнь складывается из отдельных дней, а дни – из часов, которые вы должны прожить с максимальной отдачей.

Он поднял голову к небу и стал следить за парой чаек, которые с резкими криками носились друг за другом. Бизнес-леди подумала, что, хотя он и прожил в Риме много лет, все же он очень выделяется на фоне римской толпы. Все в нем, от изысканных манер до эксцентричных выходок, говорило о том, что этот человек принадлежит к совершенно иному обществу. И дело было не его в богатстве (хотя он и одевался чрезвычайно просто, но качество одежды выдавало в нем состоятельного человека) – дело было в его внутреннем содержании. От Стоуна Райли исходила волна покоя, любви и тепла.

Впрочем, эта любовь явно не относилась к чайкам, ко-

---

[23] Менло-Парк – место, где находилась экспериментальная лаборатория Томаса Эдисона. – *Прим. ред.*

торые своей небесной ссорой нарушили лад этого веселого римского полудня.

– С этими мерзкими пернатыми существами нужно что-то делать, – размышлял он вслух, демонстрируя несвойственное ему раздражение. – Они оккупировали все крыши в районе Испанской площади! Ох, ладно. – Он вернулся к реальности. – Давайте обратимся к нашей модели. Итак, я дал вам структуру идеального дня, с помощью которой вы сможете выйти на космические темпы личной производительности и эффективности. Надеюсь, вы обратили внимание на то, что в течение дня вам не придется особенно много заниматься работой. Все дела распределены по степени важности, и каждым делом вы занимаетесь по чуть-чуть. В этом и заключается главный секрет вашего роста. Каждый день вы понемногу наращиваете свое мастерство, укрепляете здоровье, уделяете время для радости и общения с теми, кто вам дорог. Кирпичик за кирпичиком вы выстраиваете грандиозное здание вашего величия. Небольшие, едва заметные ежедневные улучшения, которые кажутся вам сущей ерундой, приведут вас к цели намного быстрее, чем резкие рывки, требующие напряжения всех сил. Не гонитесь за одной грандиозной победой – отдайте предпочтение победам небольшим, но ежедневным. Только они принесут вам подлинную славу, успех и богатство. Формула «20/20/20» программирует ваш день, но все последующие часы вы должны посвятить тому, чтобы воплотить эту программу в жизнь.

– Несмотря на то, что общая схема ясна, в этой модели есть несколько пунктов, которые мне совсем непонятны, – сказала Бизнес-леди. – Например, что это за правило «90/90/1»?

– И метод «60/10», – добавил Художник.

– Скоро вы все узнаете, – ответил миллиардер с загадочным видом. – Самое сладкое я приберег на десерт. Я расскажу вам об этом на нашем последнем уроке. – Он горько вздохнул.

В его глазах показались слезы. Он как-то непривычно крепко обнял двоих учеников и, не говоря ни слова, сбежал по Испанской лестнице.

– Ci vediamo[24]! – крикнул он снизу и растворился в римской толпе.

[24] Ci vediamo – итал. «увидимся». – *Прим. пер.*

# Глава 15
# Тактика гения

*Если бы вы знали, какого труда это стоило, вы бы не назвали это гениальностью.*
***Микеланджело***

– Сан-Паулу – совершенно особенный город, – с восторгом заявил миллиардер, когда машина, свернув на обочину, стала обгонять плотный поток автомобилей, устремившихся к мегаполису.

По обыкновению он сидел на переднем сиденье, рядом с водителем, который, казалось, ни слова не понимал по-английски.

Всего четверть часа назад эксцентричный наставник и его скромные ученики прилетели в Бразилию и теперь направлялись в люкс-отель, расположенный в самом сердце финансовой столицы Латинской Америки. А вот автомобиль, доставлявший гостей туда, на этот раз был самый обычный, эконом-класса. За рулем сидел водитель в рубашке с коротким рукавом. Было видно, что он прекрасно ориентируется в хитросплетении улиц, забитых пробками и множеством людей.

– Какой огромный город, – заметил Художник.

– Как же я счастлива, что мы поженимся именно в Брази-

лии! – воскликнула Бизнес-леди. – И как я благодарна вам за этот подарок!

– Да, брат, спасибо! – Художник подался вперед и похлопал миллиардера по плечу.

– Я знаю, ты хотел, чтобы церемония состоялась на Маврикии, где мы полюбили друг друга, – нежно проворковала Бизнес-леди, обнимая жениха.

– Там настоящий рай, – согласился Художник. – Но ведь твой отец бразилец. И похоронен здесь. Я знаю, как много он значил для тебя.

– Да. – Она слегка погрустнела. – Знаешь, я действительно счастлива, что наш брак свершится на земле, где лежит мой отец.

– Если счастлива моя жена, счастлив и я, – улыбнулся Художник, прижимая к себе любимую. – «Я хочу, чтобы ты прожила сто лет, ну а я – на один день меньше, чтобы мне не пришлось тосковать без тебя», – процитировал он Алана Милна[25].

Машина ехала по широким проспектам Сан-Паулу. Мимо проносились великолепные неоготические соборы, шикарные небоскребы, в которых отражалось бездонное небо, за площадью мелькнуло изысканное здание муниципального театра. Они остановились на красный свет светофора рядом со знаменитым парком Ибирапуэра. Влюбленные, дер-

[25] Алан Александр Милн (1882–1956) – английский писатель, наиболее известный как автор книги «Винни-Пух и все-все-все». – Прим. ред.

жась за руки, восхищенно смотрели на сказочный город, залитый жарким бразильским солнцем.

Миллиардер бросал на них короткие взгляды в зеркало заднего вида. Он был задумчив. Слова Художника напомнили ему о покойной жене. Несмотря на то, что ее не стало много лет назад, Райли не мог перестать думать о ней. Он вспоминал время, когда был так счастлив – счастлив с ней, – но не захватывающие поездки в экзотические страны и не изысканную кухню лучших ресторанов мира, а простую жизнь, наполненную теплом и любовью. Он вспоминал разделенную с ней дешевую, но безумно вкусную пиццу, приправленную оливковым маслом; чтение книг у камина в тишине, которую нарушал лишь редкий треск горящих поленьев; прогулки под звездами, походы в кино и покупку продуктов в супермаркете – он помнил все и любил это, любил свою жену. Он думал о вечерах, когда они, обнявшись, танцевали под тихую музыку в своей спальне; о том, как она терпеливо учила его итальянскому и как заливисто смеялась, когда он, как заядлый двоечник, коверкал слова. Величайшие сокровища мира для Райли были заключены в этих простых моментах, в тех обычных вещах, которые большинство людей воспринимают как должное… Пока не потеряют…

Художник высунул руку из окна, чтобы поделиться своим счастьем со всем миром. На безымянном пальце блестела золотая полоска обручального кольца – символ его любви.

– Я люблю! – почти кричал он. – Люблю тебя! Ты мой рас-

свет! Мое начало! Только сейчас я понял, как был одинок раньше. Холст и кисти были моими единственными друзьями. Искусство было смыслом всей моей жизни. Но рядом не было никого, и никто не мог согреть мне душу. Я не знаю, как смог бы жить дальше в этом одиночестве.

Бизнес-леди слушала его, улыбаясь. Она удивлялась тому, как много успело произойти за тот короткий срок, что прошел с конференции Заклинателя. Она преобразилась. Ее мышление, ее душа, даже ее тело – все было не таким, как раньше. И она твердо знала: возврата к прошлому не будет.

Страхи, сомнения, правила, запреты – все это осталось позади. Она покинула тюрьму, которую год за годом возводила себе сама. Она избавилась от токсичных эмоций и попрощалась с обидами. Она больше не боялась угроз и знала, что инвесторы уже не тронут ее. И она была готова к новым вызовам. Теперь у нее были силы для того, чтобы справиться с тем, что посылает ей жизнь. Но главное – она простила всех своих обидчиков. Она сумела увидеть в них то, что еще недавно жило и в ней самой – раненую душу, боль, жгучую потребность в помощи и принятии. Она знала, почему они так ведут себя: они просто не могут по-другому, потому что каждый человек действует исходя из того уровня сознания, которым он обладает. Она и сама, до того как попасть на конференцию к Заклинателю, знала только то, что в мире бизнеса надо быть циничным и жестоким. И старалась быть «настоящей» Бизнес-леди, действующей без жалости и

сочувствия.

А теперь… Теперь она стала совсем иным существом – тонким, чувствующим, понимающим. Ее бесконечно удивляла эта внутренняя трансформация. Но в то же время она знала, что только сейчас стала собой.

С того дня, как они покинули Рим, прошло три недели. Все это время Бизнес-леди и Художник практиковали формулу «20/20/20». Для первого «кармана времени» Бизнес-леди выбрала спринт и силовые тренировки. Затем, приняв холодный душ, она в течение вторых двадцати минут медитировала и занималась практикой благодарности. В своем роскошном дневнике из итальянской кожи она записывала все, за что ей хотелось поблагодарить Вселенную этим утром. А с 5:40 до 6:00 она слушала аудиокнигу о самых известных предпринимателях и лидерах промышленности. Утро стало для нее благословенным временем, которое она целиком и полностью посвящала себе самой. День ото дня она росла – как человек, как личность. Это замечала как она сама, так и ее жених.

Самым сложным в ее новой, преображенной жизни было отказаться от смартфона, ноутбука и других гаджетов. Бизнес-леди всегда следила за технологиями и скупала все технические новинки. И сейчас ей приходилось прикладывать недюжинные усилия, чтобы одергивать себя всякий раз, когда рука тянулась к электронному устройству. Но она осознавала, что с помощью технологий просто пытается убежать

от самой себя.

И ее усилия были щедро вознаграждены. Молодая женщина чувствовала, как растет ее внутренняя сила. А вместе с силой пришли покой, безмятежность и счастье. Она вступала в самый удивительный период своей жизни. Каждый новый день был радостнее предыдущего. Конечно же, огромную роль во всем этом играла любовь. Только сейчас Бизнес-леди ощутила себя женщиной в полной мере.

Все это произошло благодаря тайному клубу «Пяти Утра», который позволил ей раскрыть свои природные таланты и выйти из-под токсичного влияния поверхностного мира. Время с 5 до 6 утра действительно стало для нее Часом Победы. Она все больше и больше ощущала себя настоящей властительницей Четырех Внутренних Царств. Получив власть над собственным духом, она укрепила свое влияние и во внешнем мире. Удивительным образом ей удалось договориться с инвесторами. Без всякого давления с ее стороны они согласились на ее условия. Бизнес-леди сохранила не только контрольный пакет акций, но и свою команду, и пост генерального директора. Все страхи и переживания остались позади. И теперь она не чувствовала ничего, кроме глубокой благодарности за все эти испытания. Без них ее личностный рост не был бы таким стремительным.

Скоро она выходит замуж. Встреча с Художником стала для нее самой большой неожиданностью и самым большим подарком. Всю жизнь она считала себя «настоящей» Биз-

нес-леди, что в ее понимании складывалось в необходимость отдавать все силы работе и только работе. Но в глубине души ей всегда хотелось, чтобы рядом был близкий человек, который смог бы разделить ее успехи и провалы, радости и огорчения. Она запрещала себе мечтать о семье, но все больше и больше ощущала, как ей не хватает семейного тепла и уюта.

И теперь, слушая слова влюбленного Художника, она не могла поверить своему счастью. Бизнес-леди взяла его за руку и тоже хотела сказать, как она его любит…

Раздался выстрел.

Лобовое стекло разбилось вдребезги. Взвизгнули тормоза, машину закрутило на месте. Двое громил с автоматами бросились к такси. Водитель оказался не робкого десятка: нажал на педаль газа и резко вывернул руль, сбив одного из бандитов. Раздалась автоматная очередь. Водителя ранило в ухо; миллиардер резко пригнулся. Художник и Бизнес-леди спрятались под задним сиденьем.

– Остановите машину и откройте дверь, – приказал Райли с поразительным спокойствием. – Все под контролем. – Он указал на маленькую красную кнопку под бардачком.

Такси остановилось, и в тот же миг бандит в лыжной маске рванул дверь на себя.

– Всем выйти из машины! Руки на капот! – гаркнул он.

Водитель и пассажиры повиновались.

Второй бандит, прихрамывая, подбежал к ним и схватил Бизнес-леди за шиворот.

– Тебе же говорили: отдай компанию! – прорычал он. – Готовься к…

Он не успел договорить и рухнул на землю, сраженный мощным ударом в темя. Бизнес-леди оглянулась: площадь заполнили люди в бронежилетах с пистолетами, направленными в сторону такси.

Поперек дороги стоял длинный внедорожник камуфляжной расцветки. Завязалась перестрелка. В воздухе завис белый вертолет, на боках которого огромными оранжевыми буквами было написано «К5У».

К миллиардеру один за другим подъехали четыре мотоцикла, на котором сидели двое мужчин и две женщины в военной форме. Это была личная охрана Стоуна Райли. «Спасите пассажиров – это члены моей семьи», – только успел сказать он, и его тут же увезли прочь. Бизнес-леди взяли в кольцо и стали отводить к бронированному внедорожнику. Только сейчас молодая женщина заметила, что Художника нигде нет. Она вырвалась из кольца людей в бронежилетах и бросилась туда, где стояла изрешеченная пулями машина. Один из военных схватил ее в охапку и силой затолкал во внедорожник.

– Там мой жених! – закричала она что есть мочи. – Мне нужно найти его!

Она вырывалась изо всех сил, и рослый охранник едва сдерживал ее. Он понимал, что девушка находится в состоянии острого шока, и крепко сжимал ее руку, не давай ри-

нуться под пули.

– Да пустите же, мне больно! – вскрикнула Бизнес-леди и сильно дернулась. От неожиданности ее защитник на мгновение ослабил хватку. Доли секунды хватило женщине, чтобы выскользнуть из его рук, пинком открыть дверь и выскочить из автомобиля. Со скоростью олимпийского чемпиона она перебежала шоссе и исчезла в дыму перестрелки. Бразильцы, наблюдавшие эту сцену с ужасом и любопытством, что-то кричали ей вслед.

Убедившись, что Художника нет в расстрелянном автомобиле, Бизнес-леди вбежала в ближайшее кафе. Она надеялась, что ее жених укрылся там. Но, кроме напуганных посетителей и бармена, спрятавшегося под стойкой, она никого не нашла. Тогда Бизнес-леди стала заглядывать во все уличные забегаловки, каждый раз рискуя стать жертвой шальной пули. На полу одной из кафешек Бизнес-леди вдруг заметила кожаный дневник художника, с которым он не расставался с того памятного дня, когда на самой вершине Испанской лестницы миллиардер открыл им формулу «20/20/20». Дневник был запачкан кровью.

– О Господи, нет, нет, нет! – закричала она. Схватив дневник, она пошла, повинуясь интуиции, мимо припаркованных машин, за угол элегантного здания. Она сама не помнила, как оказалась в глухом переулке, куда не доносился шум перестрелки и гул магистрали. Проходя мимо одного из подъездов, она услышала стон и щелчок затвора. Молодая жен-

щина вошла в подъезд, и на мгновение ослепла: после яркого бразильского солнца в темноте трудно было что-либо разглядеть. Когда зрение вернулось к ней, она увидела ужасающую сцену. В углу лежал Художник, по всей видимости, тяжело раненный. Над ним склонился бандит с пистолетом. Дуло было направлено прямо в голову Художнику. Услышав звук шагов, бандит обернулся. Он был очень молод и, по всей видимости, очень напуган. Бизнес-леди подняла руки, показывая, что она безоружна.

– Стой где стоишь, или я прикончу его! – срывающимся голосом крикнул бандит.

– Стою, – абсолютно спокойным тоном произнесла Бизнес-леди, продвигаясь на шаг вперед. – Послушай меня, парень, – говорила она, глядя бандиту прямо в глаза. – Я знаю, что ты на самом деле не хочешь убивать ни его, ни меня. Я также знаю, что ты не хочешь остаток жизни провести в тюрьме. Я предлагаю тебе сделку. Ты отдаешь мне пистолет и уходишь на все четыре стороны. Ни я, ни он не скажем о тебе ни слова полиции. Ты будешь свободен и останешься жив. Ведь, если ты убьешь нас, Райли обязательно тебя найдет. И тебе не сносить головы. Ты еще такой молодой. У тебя впереди вся жизнь. Просто отдай мне пистолет.

Произнося все это, она медленно продвигалась вперед, пока наконец не остановилась на расстоянии вытянутой руки от бандита. Он, казалось, остолбенел. Но тело его содрогалось от страха. Лицо было искажено ужасом и отчаянием.

Бизнес-леди, напротив, выглядела уверенной и очень спокойной. Бандит отвел пистолет от Художника. Бизнес-леди хотела уже протянуть руку, чтобы забрать оружие, но внезапно дуло уперлось ей в грудь.

– Я убью тебя, – процедил бандит.

Последовала пауза. С очаровательной улыбкой Бизнес-леди мягко взялась за ствол и медленно отвела его от себя. Не спуская глаз с преступника, она забрала у него пистолет. Глаза бандита округлились. Эта хрупкая женщина вела себя как заправский спецназовец.

– А теперь – вон отсюда, – все с той же улыбкой, но безапелляционным тоном приказала Бизнес-леди.

Повторять не пришлось. Парень скользнул мимо и выскочил из подъезда.

Больше его никто никогда не видел.

Бизнес-леди тут же кинулась к Художнику.

– Ты весь в крови. Держись, я тебя вытащу. – Она обхватила Художника, намереваясь поднять его.

– Все в порядке. – Он выдавил из себя улыбку и сел. – Жить буду, рана не опасная. Просто помоги мне подняться.

Опираясь на ее плечо, он встал.

– Ты только что спасла мне жизнь, детка, – нежно сказал он. – Можно сказать, сегодня я родился второй раз. Какое счастье, что ты меня полюбила!

– Я сделала это не потому, что люблю тебя, – ответила она неожиданно строго.

– Тогда почему же? – недоуменно спросил Художник. – Разве ты смогла бы справиться с бандитом, если бы не любила меня больше жизни? То, что ты сделала, просто невероятно!

– Смогла бы, – твердо сказала Бизнес-леди. – И дело тут не в любви.

– А в чем? – Художник растерянно посмотрел на нее.

– В клубе «Пяти Утра». Благодаря этой практике я получила силу, которая позволила мне не потерять самообладание в этой ситуации. Я понимала, что мы оба стоим на краю жизни и смерти. Но я была абсолютно уверена в том, что все закончится хорошо. Ведь мы с тобой принадлежим к кругу самых успешных, влиятельных и эффективных людей мира. Разве мог какой-то трусливый сопляк противостоять такой силе? Все, чему нас учил Райли, действительно работает. Да, я люблю тебя! – с жаром воскликнула она. – И я знаю, что мы будем невероятно счастливы вместе. Мы поженимся, я рожу тебе двух, а лучше – трех замечательных детишек. Мы заведем кучу собак и кошек, у нас будет собственная конюшня, а в доме поставим большой аквариум с экзотическими рыбками. Но прежде всего мы будем друг для друга не мужем и женой, а собратьями по клубу «Пяти Утра». Это значит, что бы ни произошло, мы должны поддерживать, прикрывать и спасать друг друга.

– Так ты спасла мне жизнь только потому, что я – член клуба? – выдохнул Художник. Он отстранился от Бизнес-ле-

ди и оперся о дверной косяк. Было видно, что ему очень не понравились ее слова.

– Конечно нет! – улыбнулась Бизнес-леди. – Я бы бросилась тебе на помощь, даже если бы ничего не знала о методе Пяти Утра. Я бы заплатила любую цену, только бы ты остался жив. Отказалась от компании – да что от компании! Я бы жизнь за тебя отдала! Но согласись: без всех этих знаний сегодняшний день мог бы стать последним для одного из нас. Но кажется, выстрелов больше не слышно? Давай-ка выбираться отсюда. Люди Райли наверняка нас обыскались.

* * *

На следующий день они встретились за обедом в пентхаусе Райли. Фигура его выглядела стройной и подтянутой, он был сосредоточен… и очень счастлив.

– В хорошенькую заварушку мы вчера попали! – весело сообщил он, разливая шампанское по бокалам.

– Заварушку? – переспросил Художник. – Вообще-то, я чуть не умер! Этот кошмар будет преследовать меня до конца моих дней. Если бы не она, – он с любовью посмотрел на Бизнес-леди, – сегодня на этом столе было бы на один бокал меньше.

– Да, дорогая, вы показали себя настоящим героем. – Миллиардер похлопал девушку по плечу. – Я очень горжусь вами. Вы, юная леди, настоящее чудо. Очаровательное и бес-

страшное.

– Спасибо, – она покраснела от смущения.

– Я наблюдал за вами из вертолета, – серьезно сказал миллиардер. – И видел, как смело ты бросилась на поиски Художника и как верно ты угадала направление, в котором его увел тот бандит! Со всей ответственностью заявляю: вчера ты проявила настоящую гениальность!

– Она – богиня, – благоговейно произнес Художник. – Видели бы вы, как легко она расправилась с террористом! Можно было подумать, что она – босс, а он – подчиненный!

– Теперь вы понимаете, котятки, что может дать человеку клуб «Пяти Утра»? А ведь с момента нашей первой встречи прошло совсем немного времени. Представьте, что будет, когда пройдут первые шестьдесят шесть дней вашей утренней практики. А через год вы себя просто не узнаете. Ваша воля станет твердой, как алмаз, а сила – почти бесконечной. Получив власть над собственной жизнью, вы сможете управлять жизнями других людей. Если обстоятельства будут складываться не в вашу пользу, вы без труда сможете изменить их так, как нужно вам. К вам само по себе будет приходить то, что необходимо: деньги, вещи, знания, связи. Вы обретете непоколебимый авторитет и станете безусловными лидерами в своей области. Но хочу вас предупредить: на том, кто владеет огромной силой, лежит огромная же ответственность.

Он посмотрел на влюбленных долгим пытливым взглядом.

– Всегда помните о том, что сила и власть должны служить миру, а не использовать его в своих интересах. Служение – вот высшая цель. Кого мы называем величайшими героями? Не тех, у кого было несметное богатство, и не тех, кто обладал неограниченной властью, а тех, кто посвятил свою жизнь служению человечеству. Вы должны думать не о том, как возвысить себя, а о том, как сделать этот мир лучше. Пусть ваша сила будет направлена на приумножение гармонии. Лишь тогда вы достигнете подлинного величия и станете истинным Вершителем Истории.

Он поднял свой бокал. То же самое сделали и гости. Бизнес-леди слегка поперхнулась ледяным шампанским. Она выглядела смущенной и озабоченной.

– И еще одно, – продолжил миллиардер. – Всякий подвиг должен быть оценен по достоинству. Всякий героизм должен быть вознагражден. Так вот, милая леди: у меня есть для вас награда. Потому что вчера вы повели себя как настоящий герой.

– О, пожалуйста, мистер Райли. – взмолилась Бизнес-леди. – Мне ничего не надо. Мой любимый жив – и это лучшая награда для меня!

– В самом деле? – Райли приподнял бровь. – Ну что ж… Выбор ваш. А я уж хотел вместе с вами порадоваться хорошим новостям.

– Так расскажите же! – в один голос воскликнули влюбленные.

– Сегодня утром мои юристы встретились с вашими инвесторами, которые вчера так вероломно и жестоко нарушили все договоренности, – сообщил миллиардер.

– И? – Бизнес-леди замерла в ожидании.

– Мои люди сделали им предложение, от которого они не смогли отказаться. – Лицо магната озарилось довольной улыбкой. – И теперь акции, которыми владели инвесторы, принадлежат мне.

– Не может быть! – ахнула Бизнес-леди. – Но это же огромная сумма!

– Я считаю это одной из самых выгодных моих сделок, – рассмеялся Райли. – Ваши инвесторы были столь любезны, что уступили мне свою долю по цене в несколько раз ниже рыночной.

– Но как вам это удалось? – спросил пораженный Художник. – Ведь они настоящие бандиты, их не так-то просто запугать! Вчера мы все увидели, на что они способны!

– Пусть это останется моей маленькой тайной, – кокетливо сказал миллиардер. – Так или иначе, теперь компания находится полностью в вашей собственности. – Он отвесил небольшой поклон в сторону Бизнес-леди. – Кроме того, они подписали бумагу, в которой сказано, что ни они сами, ни их доверенные лица больше не будут пытаться купить акции или как-то повлиять на работу корпорации.

От потрясения Бизнес-леди потеряла дар речи и застыла, как римская статуя. Молодая женщина никак не могла пере-

варить эту новость. Она смотрела на миллиардера с благоговейным ужасом, будто он был не человеком, а каким-то всемогущим божеством.

Миллиардер, довольный произведенным эффектом, не смог усидеть на месте. Он вскочил из-за стола и стал отбивать лихую чечетку на дубовом паркете гостиной. Он танцевал самозабвенно, как шаман, одержимый потусторонним духом. Человек, входивший в десятку богатейших людей мира, вел себя как ребенок, которому купили новую игрушку.

«Кто он – безумец или волшебник? – думала Бизнес-леди. – Я никогда не встречала и никогда не встречу человека, который обладал бы такой властью и вместе с тем вел себя так легкомысленно. Я бесконечно им восхищаюсь!»

А миллиардер все не унимался. Исполнив одну особенно затейливую дробь, он хлопнул в ладоши, и вдруг заиграла музыка. Бизнес-леди и Художник переглянулись, засмеялись и – пошли танцевать. Они скакали, бегали, махали руками и трясли головой. Этот безумный танец позволил им сбросить все тревоги и напряжение вчерашнего дня. И когда музыка смолкла, они втроем повалились на широкую софу и еще долго смеялись. Этот смех окончательно уничтожил все кошмары и прогнал все опасения.

Когда веселье улеглось, Бизнес-леди наконец-то смогла найти слова для того, чтобы поблагодарить магната за его невероятную щедрость.

– Знаете, все то, что произошло вчера и сегодня, застави-

ло меня взглянуть на жизнь и на саму себя другими глазами, – призналась она. – Я поняла, что трагедия и триумф – как две стороны одной медали. И что невзгоды, если их не избегать, а напротив, встречать с открытым забралом, могут привести к победе.

– Ты абсолютно права, моя милая, – кивнул миллиардер. – Но позволь мне уточнить: все это возможно лишь в том случае, если у человека есть глаза, чтобы видеть, и сердце, чтобы любить. А сейчас мне бы хотелось обсудить более приятные вещи. Ведь скоро ваша свадьба, и вам наверняка интересно узнать, как пройдет это событие. Мои люди постарались все подготовить наилучшим образом. Пока мы с вами разговариваем, начальник штаба (да, я создал целый штаб по подготовке торжества), – рассмеялся он, – посылает человека в оранжерею, чтобы тот выбрал самые красивые и свежие лилии сорта «Касабланка».

– Это мои любимые цветы! – всплеснула руками Бизнес-леди.

– Я знаю, – таинственно улыбнулся Райли. – Лилии будут повсюду: в твоем свадебном букете, на столах, в танцевальном зале. Другой человек пригласил музыкантов – те уже здесь, и сейчас репетируют ваши любимые мелодии. Еще двое дежурят в аэропорту: они встречают ваших гостей – за каждым из них я отправил свой личный самолет. Все гости будут жить в самом респектабельном и роскошном отеле, в лучших номерах. Уверен, эта свадьба запомнится им как

лучший уикенд в их жизни. А я…

Вдруг он быстро закрыл рот обеими руками и наклонил голову. Но подавить приступ ему не удалось: его накрыл жуткий, разрывающий изнутри кашель. Он отошел в самый конец гостиной и присел на модельный датский стул, обитый белой кожей. Его тело содрогалось, было видно, что ему не хватает воздуха. Бизнес-леди ощутила страх, граничащий с ужасом. Ей казалось, что миллиардер сейчас умрет. Но, что делать, ни она, ни Художник не знали.

Наконец приступ прекратился. Несколько минут магнат молча сидел в углу, пытаясь отдышаться. Затем он поднял голову, взглянул на влюбленных и тихо сказал:

– Она связалась не с тем парнем. Битва еще закончена.

Он подошел к резному бюро, достал фотографию покойной жены и стал смотреть на нее сосредоточенным грустным взглядом. Тяжко вздохнув, он на мгновение прижал карточку к сердцу и спрятал обратно. Когда он вернулся к влюбленным, то выглядел уже совершенно здоровым и довольным.

– Словом, я хочу, чтобы вы ни о чем не думали и сосредоточились исключительно на практиках клуба «Пяти Утра», – продолжил он как ни в чем не бывало. – Сегодня я хотел бы поговорить с вами о десяти тактиках, которые придадут мощное ускорение всем вашим делам. Десять маленьких ежедневных подвигов. Совершайте их – и вы станете Героями с большой буквы. Я и сейчас могу гордиться вами: вы состоите в клубе «Пяти Утра» очень непродолжительное вре-

мя, но столь успешно применяете формулу «20/20/20», что уже показываете результаты, которые сделали бы честь лучшим членам нашего клуба. Десять ежедневных тактик позволят вам выйти на постоянную орбиту успеха и не терять высоту ни при каких обстоятельствах.

Он слегка щелкнул пальцами, дверь открылась, и двое крепких парней внесли в гостиную большой предмет, накрытый белой тканью. Кажется, это была картина. Они поставили ее у стены, после чего один из них удалился, а другой встал рядом с картиной, ожидая распоряжений. На его футболке было написано: «Все мечтают стать легендой, пока не настает время делать легендарную работу».

– Это один из моих свадебных подарков, – пояснил миллиардер и дал отмашку.

Изящным жестом помощник сдернул с рамы ткань. Под ней обнаружился великолепно написанный портрет Томаса Эдисона. Над головой великого изобретателя размашистыми буквами была начертана надпись: «Все великие открытия были сделаны в одиночестве. Суета порождает лишь банальности».

Художник подошел ближе и стал с восхищением рассматривать полотно.

– Кто автор портрета? – спросил он.

– Один из лучших портретистов современности, – гордо ответил Райли. – Мой друг и член клуба «Пяти Утра». Я отдал ему свою квартиру в Цюрихе под мастерскую. Он уже

в преклонных годах и много лет как отошел от живописи. Все свободное время он посвящает медитации или преподаванию. Но для меня согласился сделать исключение и к вашей свадьбе написать портрет Эдисона. Между прочим, детки, работы этого художника висят в самых известных галереях и стоят целое состояние. Если вы когда-нибудь захотите продать полотно (а вы имеете на это полное право), то сможете больше никогда не работать.

Миллиардер снова взмахнул рукой, и помощник повернул портрет к стене. На обратной стороне холста была написанная маслом таблица с названием «Десять тактик прижизненного гения».

– Вас, вероятно, интересует, почему я подарил вам портрет именно этого деятеля, – сказал миллиардер. – Все дело в том, что Томас Эдисон – один из немногих примеров высокоорганизованного гения, который всю свою жизнь подчинил одной цели – изобретательству. Он зарегистрировал тысячу девяносто три патента! Именно ему мы обязаны практически всеми техническими удобствами: от лампочки до кинокамеры. Его личность – мощный пример для подражания, а его биография стоит того, чтобы изучить ее во всех подробностях. Между прочим, это ему принадлежит фраза «Быть занятым и делать дело – совсем не одно и то же. Цель любой работы – открытие и мастерство».

– Я много слышал об Эдисоне, – вклинился Художник. – Говорят, секрет его успеха – в феноменальной способности к

концентрации. Кажется, он практиковал медитацию для того, чтобы совершить открытие или усовершенствовать изобретение.

– Все верно, – кивнул миллиардер. – Эдисон старался каждую минуту своей жизни использовать с толком. Он твердил: «Не понимаю людей, которые говорят, что им не хватает времени. Если вы встаете в семь и ложитесь в одиннадцать – у вас есть целых шестнадцать часов для того, чтобы совершить что-то стоящее. Беда большинства в том, что они хватаются за несколько дел кряду; я же концентрируюсь на одном и неизменно добиваюсь успеха».

– Отлично сказано! – воскликнул Художник. Сегодня он выглядел необычно – из-за того, что наконец сбрил свою короткую бородку и заколол дреды. Он был одет в черное, что предавало ему солидности, а выбивавшиеся из общего образа армейские ботинки подчеркивали его мужественность. – Знаете, – сказал он задумчиво, – я все чаще думаю о том, что вы говорили на Маврикии в самом начале нашего знакомства. Об окне внимания – индивидуальном когнитивном диапазоне, который у каждого из нас ограничен. Любая мелочь, на которую мы отвлекаемся, уменьшает этот диапазон. И если таких мелочей много, то на основное дело нашей жизни практически не остается ресурсов. Меня глубоко задела та схема на папиросной бумаге, что спустилась к нам с неба в Риме. Действительно, из-за привычки «залипать» в гаджетах человечество подвержено огромному риску того, что вы в од-

ной из бесед назвали «цифровым слабоумием». Знаете, что я сделаю сразу после свадьбы? Оборудую новую мастерскую, куда не будет доступа никому, кроме меня. В нее не проникнет ни один посторонний звук. Кроме того, я планирую почти полностью отказаться от гаджетов. Я уже составил целую программу «цифровой детоксикации». Больше никаких социальных сетей, никакого гугл-серфинга. Связь с внешним миром – только по делу и только в специальное отведенное для этого время. Творчество не любит внешнего шума. Для того чтобы стать настоящим художником, мне необходимо пространство, полное безмолвия и пустоты.

Он перевел дух. Бизнес-леди и миллиардер слушали его очень внимательно, понимая, что сейчас он говорит очень важные для себя вещи.

– И еще я осознал, в чем была моя ошибка, – продолжил Художник после небольшой паузы. – Я начинал картину за картиной, и эти незаконченные полотна повисали на мне, как гири на ногах. Отныне я намерен посвящать себя только одному проекту в одну единицу времени. Я больше не буду растрачивать свою творческую энергию на множество разных сюжетов. Я уверен, что у Эдисона были тысячи гениальных идей, но он всякий раз сосредоточивался лишь на одной из них – до тех пор, пока она не получала свое идеальное воплощение. Только благодаря этой тактике он стал гением. И я хочу пойти по его стопам.

– Как же мне близко все то, о чем ты только что сказал! –

взволнованно произнесла Бизнес-леди. – Хоть мой бизнес и далек от искусства, но мне необходимо опираться на те же принципы. Раньше я тоже распылялась на множество проектов, которые казались мне перспективными. В результате у меня не хватало то людей, то знаний для того, чтобы закончить хотя бы один из них. Теперь я намерена концентрироваться лишь на одном продукте за раз. Что-то мне подсказывает, что это единственно верный путь к процветанию.

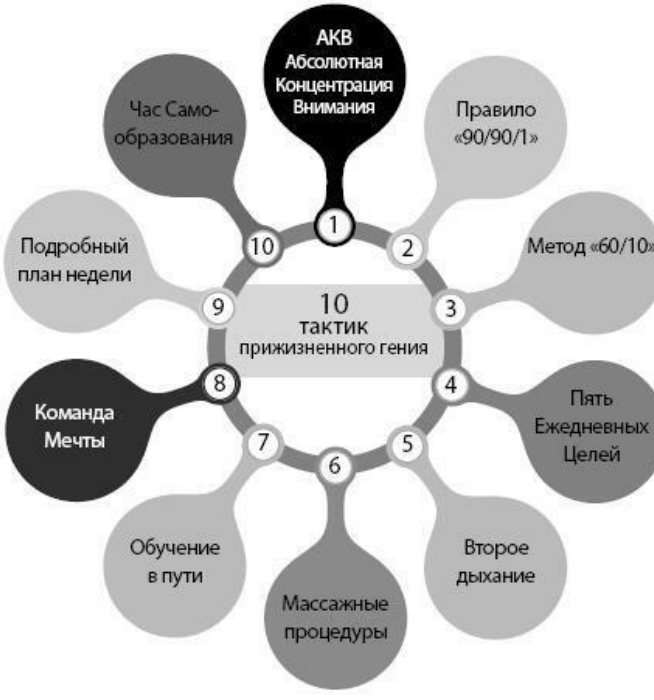
– Браво! – зааплодировал миллиардер. Вид у него был чрезвычайно довольный. – Я уже говорил и повторю еще раз: вы – лучшие из всех моих учеников! Я уверен, что вас ждет великое будущее. Рассказать вам еще что-нибудь об Эдисоне?

– Да! – дружно воскликнули жених и невеста.

– Его считали довольно грубым и нелюдимым человеком. – Райли сложил руки на груди. – Но это было далеко не так. Просто он не отвлекался на людей, любящих пустые разговоры и бесполезное времяпрепровождение. У Эдисона была команда высококвалифицированных помощников. С ними он проводил практически все свое время. Рано утром он поднимался в свою лабораторию в Менло-Парке, где его, как правило, уже ждали ассистенты. Там они работали над одним-единственным изобретением – до тех пор, пока не был готов полностью рабочий агрегат.

Миллиардер указал на схему на обратной стороне холста.

10 тактик прижизненного гения




– Формула «20/20/20» позволила вам раскрыть в себе природную силу, которая всегда была с вами, но дремала до поры. И вам еще предстоят удивительные открытия. Вы даже не подозреваете, какие способности и таланты скрыты внутри каждого из вас. Но открыть эту силу – еще не все. Нуж-

но день за днем укреплять ее, учиться ею управлять. Только таким путем можно достичь подлинного мастерства и величия. Подъем в пять утра и формула «20/20/20» – это первый шаг. Второй шаг – десять тактик гения, которые всегда будут с вами, за портретом Эдисона.

Он сделал паузу и со значением посмотрел на будущую супружескую пару.

– Я знаю: завтра – ваша свадьба, – сказал миллиардер. – Вам нужно как следует подготовиться к этому событию, и я не хочу задерживать вас. Но все же я не могу вас отпустить без объяснений. Как видите, сама схема довольно проста, и она перекликается с Планом Идеального Дня, который спустился к нам с небес в Риме. Но к ней есть ключи, которые подробно объясняют значение терминов и порядок действий. Давайте же прочтем их вместе!

**Тактика № 1.**
**Абсолютная Концентрация Внимания (АКВ)**

*Обзор*

Привычка отвлекаться на малозначащие дела убивает творческое начало. Цифровые технологии представляют собой двойную опасность: во-первых, они обладают способностью полностью захватывать внимание; а во-вторых, серфинг в интернете, социальные сети, проверка почты и просмотр видео отнимают энергию, необходимую для достижений.

Таким образом, гаджеты ставят под угрозу ваше физическое, психическое, духовное, финансовое и профессиональное благополучие.

Деньги, влияние и власть в современном мире сосредоточены в руках нескольких десятков человек. Эти люди получили такую силу потому, что сумели достичь АКВ – Абсолютной Концентрации Внимания.

В древности для защиты городов и замков возводили огромные толстые стены, чтобы противник не мог проникнуть внутрь. АКВ можно уподобить крепостной стене, которая охраняет мозг человека, где сосредоточены основные жизненные активы.

Всего их пять:

1. Интеллект.
2. Физическое здоровье.
3. Сила воли.
4. Природные таланты и индивидуальные склонности.
5. Время.

Как и любая крепостная стена, зона АКВ имеет ворота, которые открываются и закрываются. Через эти ворота может пройти только то, что не представляет опасности для пяти основных активов. Люди, информация, виды деятельности – пускать в крепость своего разума стоит лишь то, что может поддержать, укрепить и развить ваши основные активы. Все отрицательное, токсичное и нечистое не должно проникнуть внутрь.

АКВ – единственная надежная система защиты от негативного влияния внешнего мира, которая останавливает все, что представляет угрозу для вашего величия.

АКВ не только сохраняет физическую и умственную энергию, необходимую для достижения цели. Она также освобождает колоссальное количество времени и в конечном итоге продлевает вашу жизнь.

Как и всякую крепостную стену, АКВ нужно постоянно укреплять и ремонтировать. Каждое утро вам нужно проверять, насколько крепки ворота и не проникло ли внутрь то, что враждебно вашему уму. Поверхностные и ненужные вам сообщения от людей, не связанных с вами общей целью, рассылки, реклама, развлекательное видео, чаты и социальные сети, серфинг в интернете – все это несет разрушение вашему разуму и не должно проникнуть в зону вашего внимания.

Особая опасность всех этих вещей заключается в том, что они кажутся вполне невинными и безобидными. Но они подобны грибку, который незаметно разъедает стены, так что они в конце концов превращаются в песок. Эти враги могут разрушить вашу жизнь.

Сердцевиной этой философской концепции является ваш личный Менло-Парк. Эта метафора подразумевает уединенное место, где можно полностью сосредоточиться на одном-единственном деле – том, что в данную минуту для вас важнее всего.

Менло-Парк – это место, где вы оттачиваете свое мастер-

ство и выходите на уровень гениальности. Именно здесь начинается ваш путь к профессиональному и личному лидерству. Это пространство, наполненное творческой энергией в концентрированной форме, сокровищница духа, инкубатор озарений. Никто, кроме вас, не имеет туда доступа. Чем больше времени вы проводите в своем Менло-Парке, тем больше пропитываетесь этой энергией созидания и достижения.

Уединение не означает, что вы изолированы от людей. Зона АКВ устроена таким образом, что вы можете по желанию открывать свое внутреннее пространство людям, чьи цели, интересы, нравственные установки совпадают с вашими. Поиск единомышленников – важная задача. Люди, поддерживающие ваши устремления, являются источником вдохновения, радости, любви и важной стратегической частью достижения вашей цели.

Кроме того, вы можете избирательно впускать в ваше внутреннее пространство идеи, вещи и события, которые обогащают вашу личную реальность. Красота, радость, добро, любовь – все это может стать благодатной почвой, на которой расцветут ваши таланты и мастерство.

*Реализация*

Чтобы обеспечить информационную чистоту вашей личной реальности, необходимо сделать ряд шагов.

Продайте телевизор, этот инструмент промывки мозгов и

пожиратель энергии.

Не слушайте, не смотрите, не читайте новости. Забудьте о газетах и радио. Жизненно важная информация все равно не пройдет мимо. Интересуйтесь только новостями вашей профессиональной сферы.

Не посещайте крупные торговые центры, где на каждом шагу встречаются поглотители внимания, такие как визуальная и аудиореклама, агрессивные, рассеянные и недружелюбные люди. Покупайте одежду, продукты и другие необходимые товары в небольших магазинчиках, где опасность потери концентрации минимальна. Всегда составляйте список товаров и, идя в магазин, преследуйте конкретную цель. Избегайте спонтанных покупок.

Удалитесь из всех социальных сетей. Развивайте только те связи, которые будут плодотворны для вашего профессионального и личностного роста. Избегайте случайных виртуальных знакомств: они отнимают энергию и представляют опасность для вашего бизнеса.

**Тактика № 2.**
**Правило «90/90/1»**

*Обзор*

Ранжируйте дела по степени значимости. Сконцентрируйте большую часть усилий на работе первостепенной важности. Стремитесь достичь в этом деле наибольших высот. Оттачивайте свое мастерство каждый день. Двигайтесь неболь-

шими шажками, только не останавливайтесь.

Пусть вашим жизненным кредо станет небольшой ежедневный прогресс. Помните: мастерство мирового уровня дает ГКП – гигантское конкурентное преимущество. В любой отрасли есть тысячи специалистов, но виртуозов своего дела – единицы. Их услуги всегда востребованы и оплачиваются по достоинству.

Руководствуйтесь правилом легендарных мастеров: одно время – одно дело: концентрируйтесь только на одном деле в одну единицу времени. Не распыляйтесь на множество проектов. Шедевры не терпят конкуренции. Чтобы создать инновационный продукт, который сделает жизнь тысяч людей лучше, нужно видеть перед собой только одну цель и идти к ней, не отвлекаясь на постороннее.

На работе занимайтесь работой, а в часы отдыха – отдыхайте.

Планируйте свой день таким образом, чтобы каждому делу было свое время. Не совмещайте разные дела. Не заказывайте товары через интернет в рабочее время. Отложите в сторону профессиональную литературу во время отдыха. Не сплетничайте и не рассказывайте анекдоты во время деловых переговоров.

*Реализация*

Создайте план на три последующих месяца.

Выберите один навык, один проект, одну идею, которой

вы будете посвящать первые девяносто минут своего рабочего времени в течение девяноста дней.

Эта тактика называется «Правило 90/90/1»: девяносто дней, девяносто минут, одно дело.

Выделите полтора часа каждый день, лучше в одно и то же время. За пять минут до этого уберите телефон, компьютер и другие устройства, которые не нужны для вашей работы. Купите коробку и напишите на ней жирными буквами: 90/90/1. Сложите в нее все гаджеты и вынесите коробку из комнаты. Это простое действие поможет вам установить временные границы и сконцентрироваться на деле. Блокируйте доступ к любым развлечениям, будь то электронное устройство, книга или другое занятие. Контролируйте себя с помощью внешних действий – это работает.

**Тактика № 3.**
**Метод «60/10»**

*Обзор*

Исследования подтверждают, что лучшие мастера избегают трудоголизма. Большое заблуждение – считать, что тот, кто все свое время посвящает работе, обязательно добьется успеха. Это не так. Элитные специалисты понимают, что энергия движется по синусоиде. Они распределяют свои усилия и время таким образом, чтобы чередовать периоды глубокой сосредоточенности на работе с периодами расслабления и отдыха. Они соблюдают баланс между действием и без-

действием. Эта практика позволяет достичь выдающихся результатов и при этом сохранить ресурсы для будущих достижений.

Всегда помните, что великие открытия и инновационные продукты не появляются в результате истощения. Гений должен быть полон сил, энергии и вдохновения. Эти ресурсы не бесконечны и нуждаются в восстановлении. Профессионалы мирового уровня уравновешивают всплески активности «ничегонеделанием» и следят за уровнем собственной энергии. Они никогда не доводят себя до истощения, всегда оставляя базовый уровень энергии, которого хватит на то, чтобы выполнить восстановительные процедуры, такие как медитация, игры, ванна, прослушивание музыки и другие занятия, заряжающие энергией.

*Реализация*

Метод «60/10» лучше всего выполнять следующим образом. Заведите таймер на шестьдесят минут и постарайтесь в этот час сохранять абсолютную концентрацию внимания. Поначалу будет непросто. Возвращайте свои мысли к выполняемой работе, и постепенно вы обретете привычку к концентрации. Чтобы лучше сосредоточиться, нужно свести все движения к минимуму. Ваше физическое тело должно быть помощником вашему уму. Выполняйте только те физические действия, которые необходимы для работы. Когда таймер подаст сигнал, заканчивайте работу.

Следующие десять минут посвятите восстановлению сил. Вы можете заниматься физической активностью, медитацией, творчеством или получением новых знаний.

Если ваше физическое тело почти не двигалось, пока вы были сосредоточены на работе, выберите активное восстановление. Это может быть гимнастика или прогулка на свежем воздухе. Очень важно: ходить нужно быстро, чтобы добиться интенсивного кровообращения.

Если же, наоборот, ваша работа предполагает движение, то после нее лучше сесть в медитацию. Примите неподвижную позу, в которой вам проще всего расслабиться. Не думайте ни о чем. Просто дышите и расслабляйте тело.

Если работа не предполагает интенсивной интеллектуальной деятельности (вы что-то пилите, режете, шьете, монтируете и т. д.), период восстановления можно заполнить получением новых знаний. Например, почитать книгу или послушать аудиолекцию на профессиональную тему.

Прекрасным вариантом для восстановления сил может стать творчество. Вы можете рисовать, играть на музыкальных инструментах, танцевать под любимую музыку или заняться любым другим делом, которое приносит вам удовольствие.

Через десять минут такого отдыха возвращайтесь к работе и шестьдесят минут концентрируйтесь только на ней. Затем дайте себе десять минут на восстановление.

Чередуйте периоды активности и отдыха таким образом в

течение всего дня.

**Тактика № 4.**
**Пять Ежедневных Целей**

*Обзор*

Если хотите выиграть большую битву – научитесь одерживать незначительные победы.

Этому правилу следуют все самые успешные бизнесмены, финансисты, промышленники, политические и духовные лидеры.

Тактика Пяти Ежедневных Целей позволит вам сохранить продуктивность даже в те дни, когда обстоятельства будут складываться наихудшим для вас образом.

Жизнь не течет линейно. Есть периоды благоденствия и успехов, но рано или поздно приходит время тревог и неудач. Процветает лишь тот, кто в любой ситуации сохраняет энергию и работоспособность и старается извлекать уроки из поражений.

Правило Пяти Ежедневных Целей позволит вам выжить во время любой катастрофы и победить, несмотря ни на что. Оно заключается в том, чтобы сконцентрироваться на всех выгодных сторонах своего положения. И поощрять себя за микропобеды, которые вы одерживаете в течение дня.

Для того чтобы эти победы случались, их необходимо планировать. А для того чтобы они действительно стали победами, ставьте перед собой заведомо достижимые цели. Таким

образом вы избежите самообвинения – этого убийцы уверенности в себе.

*Реализация*

Утром, следуя формуле «20/20/20», во вторые двадцать минут, которые вы посвящаете образу идеального дня, поставьте перед собой пять крошечных целей. Эти цели должны быть, во-первых, разумными и полезными (то, чего вы собираетесь достичь, должно способствовать вашему профессиональному или личностному росту), а во-вторых, выполнимыми, то есть не должны отнимать у вас много сил и времени.

Практикуйте это правило каждый день и обязательно записывайте все достигнутые цели в дневник. Через месяц прочитайте – вы увидите, что одержали 150 небольших побед! Итого за год у вас будет достигнуто 1825 целей! Вы удивитесь, когда поймете, какой эффект дала эта простая практика. К тому же ваша уверенность в себе вырастет в десятки раз. Вы почувствуете, что у вас есть сила для того, чтобы справиться с любыми обстоятельствами.

**Тактика № 5.**
**Второе Дыхание**

*Обзор*

Регулярная ежедневная практика позволяет выстроить новые нейронные связи. Это значит, что ваше новое пове-

дение становится привычкой и вы начинаете повторять эти действия автоматически.

Когда привычка сформирована, мозг перестает тратить энергию на создание нейронных цепочек, отвечающих за новый тип поведения. Высвобождается огромное количество сил. Вы чувствуете себя полным энергии и вдохновения.

Это мы и называем «Вторым Дыханием».

Этот процесс тесно связан с нейробиологией физических упражнений и сна. Когда вы активно двигаетесь – бегаете, приседаете, танцуете, играете в подвижные игры, – в мозге вырабатываются вещества, которые помогают вам улучшить концентрацию внимания. Также снижается уровень кортизола – гормона тревоги и стресса.

Правильный сон способствует выработке СТГ – гормона роста, который отвечает за обновление клеток всего организма. Нормальный уровень СТГ позволяет продлить молодость и отодвинуть старение на несколько десятков лет.

Тренировка «Второго Дыхания» складывается из трех составляющих: формирования положительных привычек, физических упражнений и правильного сна.

Исследования показывают, что эти три фактора являются лучшей профилактикой против старости. Такие возрастные заболевания, как атеросклероз, болезнь Альцгеймера, старческая деменция и все сосудисто-сердечные недуги могут быть побеждены с помощью тренировки «Второго Дыхания».

К этому можно прибавить ежедневную медитацию, а также диету, богатую натуральными белками, витаминами и клетчаткой.

Заклинатель предлагает закрепить эффект способом, который он называет «Польза 16/8». Шестнадцать часов (включая, разумеется, время сна) нужно воздерживаться от пищи, а затем, в течение восьми часов – понемногу есть и пить.

Тренировку «Второго Дыхания» рекомендуется проводить дважды в день. Первой такой тренировкой является утренняя формула «20/20/20». Вторую тренировку можно запланировать на вечер.

Две тренировки в день дадут вам Гигантское Конкурентное Преимущество в отношении физического здоровья и энергии. Вы будете моложе и энергичнее всех своих коллег и конкурентов. Ваши результаты будут намного превосходить лучшие показатели в вашей отрасли. И при этом у вас останется еще много времени и сил на творчество, отдых и личные отношения.

*Реализация*

Запланируйте вторую тренировку в конце рабочего дня, чтобы восполнить энергетический баланс и открыть второе дыхание для отличного вечера.

Большинство людей после работы чувствуют себя, как выжатый лимон, и у них не остается сил на интересный, полезный и разнообразный отдых.

Свои «батареи» необходимо заряжать не только ночью, когда вы спите. Но всякий раз, когда вы чувствуете себя уставшим.

Доказано, что усталость без правильного восстановления заставляет человека потреблять сахар в больших количествах. Это приводит к ожирению и, как следствие, – к еще большей усталости.

Часовая прогулка на свежем воздухе после работы позволит снизить мозговую активность, отвлечься от работы и насытить организм кислородом. Когда кровь насыщена кислородом, уровень энергии повышается, а тяга к сладкому значительно снижается.

!

*Во время прогулки ни в коем случае нельзя пользоваться смартфоном и другими гаджетами. Вы должны находиться «здесь и сейчас». Это позволит мозгу «переварить» информацию, полученную в течение дня, разгрузиться и освободить ресурс для новых идей.*

Кроме того, прогулки после работы укрепляют мышцы и сердечно-сосудистую систему.

Старайтесь выбирать для прогулок уединенные места, где нет людей, машин и домов. Лучше всего для этой цели подойдут леса и парки со множеством деревьев и водоемом. Общение с природой восстанавливает клетки мозга и запускает цикл обновления всего организма. Натуралист Джон Мьюр хорошо выразил это, сказав: «Природа дает человеку

гораздо больше того, что он ищет».

Прогулку можно заменить шестидесятиминутной поездкой на велосипеде, плаванием или занятием йогой на свежем воздухе (зимой можно заниматься в хорошо проветриваемом помещении).

**Тактика № 6.**
**Массажные процедуры**

*Обзор*

Исследования показали, что люди, которые регулярно радуют свое тело массажными процедурами, менее подвержены болезням, дольше остаются молодыми и сохраняют активность мозга до самых преклонных лет.

Как массаж воздействует на организм? Известно, что после массажа уровень кортизола снижается на 31 %. Уровень дофамина (гормона удовольствия и мотивации) повышается на 32 %, а серотонина – на 28 %.

Чем так хорош массаж? Он не только «разгоняет» кровь по всему телу, но и позволяет тесно взаимодействовать с другим человеком, обмениваясь с ним энергией. Массаж – это одновременно и физиотерапия, и тренинг социальных отношений.

Благодаря массажу мышцы расслабляются, устраняются блоки и зажимы. С помощью массажа можно избавиться от многолетних болей, которые возникают из-за напряжения мышц, отложения солей и воспалений.

Но при выборе массажиста следует ориентироваться на профессионалов, способных делать массаж глубоких тканей. Поверхностное поглаживание хорошо для релаксации, но не дает оздоровления. Признак правильного массажа – терпимая боль. Во время процедуры вам должно быть немного больно; но ощущения при этом не должны быть столь неприятными, чтобы их нельзя было вытерпеть.

*Реализация*

Найдите специалиста по массажу всего тела. Ищите человека с медицинским образованием и солидными рекомендациями. По возможности поговорите с его пациентами, послушайте отзывы.

Договоритесь с массажистом о сеансах два раза в неделю по полтора часа. Внесите их в свое расписание. Очень важно включать массаж в свой еженедельный план. Помните: что запланировано – то и сделано. Расплывчатые планы дают расплывчатые результаты.

Не оправдывайтесь большим количеством работы и других дел.

Массаж относится к занятиям первостепенной важности. Если ваше расписание слишком плотно, откажитесь от двух-трех второстепенных дел в пользу него.

Массаж самым прямым образом влияет на ваши достижения. Он уравновешивает ваше физическое самочувствие и психическое состояние. Дает ощущение легкости, радо-

сти, способствует вдохновению, укрепляет здоровье и дарует долголетие.

Возможно, вас смущает то, что два полуторачасовых сеанса обойдутся вам в целое состояние. Что ж, место на кладбище и похороны стоят не меньше!

**Тактика № 7.**
**Обучение в пути**

*Обзор*

Известно, что большинство людей ежедневно проводят в дороге не менее двух часов: час – до места назначения и час – обратно. Если умножить эти часы на среднюю продолжительность жизни, то получится, что каждый человек тратит на дорогу примерно тысячу двести дней – то есть больше трех лет!

И эта цифра будет только расти, учитывая тот факт, что города разрастаются, увеличивается количество машин и, чтобы добраться, скажем, до места работы, требуется все больше и больше времени.

Что делает средний человек в дороге? Слушает новости, популярную музыку, низкопробные анекдоты по радио. Или болтает по телефону о вещах, которые никак не обогащают его внутренний мир. Если человек ездит на работу не на собственном транспорте, а пользуется автобусом или метро, он «залипает» в телефоне или же просто дремлет.

А между тем время, которое вы проводите в дороге, –

это огромный ресурс, который можно использовать для обучения, саморазвития и повышения профессионального мастерства.

*Реализация*

Обучение в дороге – это техника, позволяющая вам приобрести новые знания во время следования между пунктами назначения, в том числе по пути на работу и с работы.

Для начала определите, какая область знаний вас интересует. Хотите ли вы укрепить и развить ваши профессиональные навыки? Быть в курсе передовых исследований в вашей области? Или же собираетесь овладеть новым предметом?

Выберите нужный курс, аудиокнигу или лекцию и загрузите его в свой плеер или телефон. Старайтесь получать знания курсами, потому что мозг лучше усваивает информацию, когда она подается системно.

Не ленитесь заниматься самообразованием, используя для этого часы, которые вы тратите на дорогу. Ведь новые знания дают новые идеи. А идеи – это то, что стоит дороже всего в мире. Одна-единственная идея, которая придет вам в голову при прослушивании лекции или книги, может принести вам миллионы.

Самообразование работает на ГКП. Помните: нет в мире лучшей инвестиции, чем инвестиция в собственное образование. Необязательно инвестировать деньги (тем более, что платное обучение стоит дорого) – вы можете учиться бес-

платно, отдавая взамен только свое дорожное время.

**Тактика № 8.**
**Команда Мечты**

*Обзор*

Профессиональные спортсмены олимпийского уровня, богатейшие бизнесмены и самые успешные промышленники никогда не действуют в одиночку.

Лидеры в любой области стараются создать вокруг себя команду единомышленников – людей, имеющих общие интересы и преследующих одни и те же цели. В спорте высоких достижений такие люди называются «Командой Мечты».

Зачем нужна такая команда? Любое достижение мирового уровня требует огромных ресурсов. Таких, как время, здоровье, интеллектуальные способности, деньги, влияние, связи. Никто не может сосредоточить все эти ресурсы в одних руках. К тому же человеческий опыт ограничен, и лидеру всегда требуется опытный наставник, советник или группа консультантов.

Майкл Джордан не мог самостоятельно следить за своей физической формой – для этого у него был личный врач. Мухаммед Али не мог тренировать сам себя перед чемпионатом по боксу – для этого у него был личный тренер.

Мастера мирового уровня не выполняют всю работу сами и не следят за каждым ее нюансом. Создание любого продукта – это множество разных действий. Более примитивные,

рутинные и не требующие высокой квалификации виды деятельности мастера отдают другим исполнителям. Себе же оставляют лишь то, что никто, кроме них, сделать не в состоянии. Таким образом, они высвобождают огромное количество времени и сил для того, чтобы полностью сосредоточиться на своих задачах.

*Реализация*

Разбивайте процесс работы на разные виды деятельности. Делегируйте другим те задачи, которые не интересны вам или слишком просты, а потому не способствуют вашему профессиональному росту. Занимайтесь лишь тем, что развивает вас или получается у вас мастерски. Важную роль играет и эмоциональный настрой – дело должно нравиться. То, что вам не по душе, смело перепоручайте другим.

Такой подход позволяет повысить производительность и качество конечного продукта. К тому же вы делаете то, что любите, работа не отнимает силы, а наоборот, заряжает энергией. После такой работы вы будете чувствовать спокойствие и удовлетворенность.

В свою «Команду Мечты» приглашайте людей, которые умеют мастерски выполнять порученные им виды работ. Обращайте внимание также и на их интересы: идеальная команда – это коллектив, где каждый занимается тем, что у него получается лучше всего и что ему действительно нравится.

«Команда Мечты» может включать в себя не только про-

фессионалов, работающих с вами над одним проектом. Туда могут входить и люди, которые помогают вам сохранять нужное для эффективной работы состояние. Например, личный тренер по йоге или фитнесу, диетолог, массажист, финансовый консультант, психолог, специалист по связям с общественностью.

**Тактика № 9.**
**Подробный план недели**

*Обзор*

Что запланировано – то и сделано. Этим правилом руководствуются самые эффективные лидеры.

Тот, кто планирует «в общих чертах», не записывая все действия, которые требуется совершить, не указывая временные рамки, не продумывая запасные варианты на случай форс-мажора, никогда не добьется успеха. Представьте себе человека, который собирается покорить Монблан[26] без подробной карты ландшафта и учета погодных условий.

Спонтанность – одно из важных качеств гения, оно является высшим проявлением интуиции, когда внутренний компас подсказывает, что нужно изменить направление и действовать не так, как предписывает план. Однако все время полагаться на интуицию – безответственно. Вступая в новую

[26] Монблан – вершина одноименного горного массива в Альпах, на границе Италии и Франции, самая высокая точка Европы (ее высота составляет более 4800 метров). – *Прим. ред.*

неделю, вы должны иметь перед собой ясный и продуманный сценарий, по которому пройдут следующие семь дней. Это сэкономит вам огромное количество времени, энергии и обезопасит от непредвиденных обстоятельств.

*Реализация*

Придумайте свой еженедельный ритуал для создания подробного плана на грядущую неделю. Лучшее время для такого ритуала – утро воскресенья. Опытным путем определите количество времени, которое вам для этого требуется. Минимальное время планирования – тридцать минут.

Начните с того, что кратко опишете в дневнике события прошедшей недели. Затем подумайте, какие уроки вы извлекли из того, что случилось, и сделайте выводы: оптимизируйте действия, пересмотрите стратегии, проранжируйте ваши дела по степени важности и так далее. Запишите все это в дневнике.

После тщательного анализа прошедших семи дней приступайте к планированию будущей недели.

Возьмите большой лист бумаги и начертите на нем таблицу, в которой в верхней строке проставьте дни недели, а в левом крайнем столбце – часы дневной активности, с пяти утра до одиннадцати вечера. Начинайте заполнять ячейки, подробно описывая все запланированные дела. Ключ в том, чтобы перечислить как можно больше действий.

В ячейках должны быть записаны не только деловые

встречи и рабочие проекты. Там должна быть и формула «20/20/20», и все ваши сеансы «90/90/1», циклы «60/10», и тренировка «Второго Дыхания». Также оставьте время для общения с близкими людьми и друзьями, время для хобби, отдыха, медитаций и развлечения.

Это график необходимо держать в своей комнате или в своем рабочем кабинете (оптимально – и там, и там). Подробный план недели должен все время быть у вас перед глазами.

Важно: составляйте планы только от руки, не пользуйтесь электронными устройствами: когда вы заполняете ячейки собственноручно, улучшается концентрация внимания, появляется внутренняя готовность для выполнения всех дел. К тому же письмо от руки стимулирует мозговую активность.

**Тактика № 10.**
**Час Самообразования**

*Обзор*

Чем больше у вас знаний, тем шире кругозор и лучше результаты. Все легендарные личности обладали безграничным любопытством и неуемной жаждой знаний. Всякий великий мастер – это вечный студент. Станьте одним из них и постоянно совершенствуйте свои знания.

Помните о том, что получение новых знаний защищает мозг от старческой деменции. Если вы хотите сохранять ясность ума в течение всей жизни, занимайтесь самообразова-

нием.

*Реализация*

Посвящайте учебе минимум шестьдесят минут в день. Этот час должен быть вписан в ваш подробный недельный план.

Сформируйте привычку учиться. Упражняйтесь до тех пор, пока ежедневное обучение не станет для вас таким же естественным процессом, как обед или прогулка после работы.

Эти шестьдесят минут самообразования по значимости не уступают утреннему «Часу Победы». Всего один час в день позволит сделать ваши познания глубокими, развить интуицию, зажечь любознательность и укрепить амбиции, которые являются топливом для любых достижений.

Если хотите стать в своей области настоящей «суперзвездой», учитесь каждый день.

Конкретные рекомендации по самообразованию таковы. Читайте книги по тому предмету, которым вы хотите овладеть. Делайте это с карандашом в руках. Выписывайте особо важные места в тетрадь. И каждый день, перед тем как приступить к чтению нового фрагмента, просматривайте свои заметки.

Получать новые знания можно также посредством онлайн-лекций и обучающих видео. Можно записаться на курс очного или дистанционного обучения к специалисту, кото-

рый достиг выдающихся высот в своей области. Если вы найдете такого человека, постарайтесь установить с ним не только деловые, но и личные отношения, чтобы вы всегда могли с ним проконсультироваться.

Самообразование сделает вас незаменимым человеком. Ваша организация и отрасль в целом не смогут работать без вас. Вы будете пользоваться непререкаемым авторитетом и безграничным уважением подчиненных, коллег и партнеров.

Итоги

Следуйте этим Десяти тактикам – и всего через год вы добьетесь потрясающих результатов: улучшите свое финансовое положение, станете одним из лидеров отрасли, обретете влияние и заведете полезные знакомства.

Но главной наградой будут радость и душевный покой, которые не покинут вас даже в самые тяжелые моменты жизни.

Вы станете поистине счастливым человеком.

* * *

– У меня есть еще один подарок для вас двоих, – сказал миллиардер, когда они закончили чтение. Он подошел к бюро, достал фотографию своей покойной жены. – Каждый год в день Святого Валентина мы шли ужинать в наш любимый ресторан. Я дарил ей сто восемь красных роз, коробку швейцарского шоколада, который заказывал специально для нее у лучшего шоколатье в Цюрихе, и еще одну вещь. А затем я

опускался перед ней на одной колено и читал ей стихи.

– Что это за «еще одна вещь»? – перебил Художник.

Миллиардер немного смутился и опустил глаза.

– Шелковое белье, – быстро выпалил он и украдкой подмигнул своему любопытному собеседнику.

Тут он одним прыжком вскочил на массивный дубовый стол, закрыл глаза руками – точь-в-точь, как ребенок, играющий в прятки, – и громко, с неподдельной страстью, прочел стихотворение Спенсера Майкла Фри:

Прикосновение – целая повесть.
Коснусь твоей руки – и это одно
Расскажет тебе о моей любви
Больше, чем розы, хлеб и вино.

Розы завянут, хмель испарится,
А хлеб успеет зачерстветь.
Но это минутное прикосновенье
Останется с нами навсегда.

– Как красиво! – воскликнул растроганный Художник.

Райли открыл глаза и внимательно посмотрел на него. Чем больше миллиардер узнавал Художника, тем яснее становилось, какое нежное сердце бьется в его могучей груди. Порой казалось, что Бизнес-леди во всем опережает своего жениха: она была более смелой, более решительной, более активной, чем он. Но Райли видел, что это лишь вершина

айсберга. Художник обладал великой силой – талантом, любовью и бесконечной добротой. Ее можно было спутать со слабостью, но это была сила, делавшая его могущественным человеком.

– Я тоже пишу стихи, – признался Художник, взяв Бизнес-леди за руку. – Я сочинил для тебя стихотворение, которое хотел прочитать на свадьбе.

– Я бы хотела услышать его сейчас, – нежным голосом произнесла невеста. – Можно?

– Конечно, – ответил Художник. – Я назвал его «Давай не расставаться никогда».

Наша встреча была случайной,
Но твой мимолетный взгляд,
Твоя тонкая красота
И душевная сила
Стали бальзамом для моей усталой души.
Мы плывем по океану возможностей
На корабле великого знания.
Нас позвал ветер перемен,
И мы рискнули отправиться в плавание.
Нет победы без решающей битвы.
Нет принятия без отвержения.
Нет спасения без опасности.
Нет воскресения без смерти.
Победят только те, кто посмеет.
Я никогда не знал, что такое любовь,
Я не видел двойных радуг.

Я не думал, что один поцелуй
Приведет к величайшему счастью.
Если ты споткнешься, я подхвачу тебя,
Если тебе станет страшно, я обниму тебя,
Если черная мысль посетит тебя —
Я отгоню ее веселой песней.
Я выпью бокал за твой успех,
Я буду с тобой в дни поражений.
Если ты захочешь уйти, я пойду с тобой,
Потому что в любой путь
Лучше отправляться вдвоем.
Я знаю, что я не заслужил этот дар,
Но я обещаю быть достойным тебя.
Давай никогда не расставаться,
И встретим вместе сто тысяч рассветов,
Пока не наступит наш последний рассвет.

Художник опустился на колени перед невестой и расцеловал ее руки. Лицо ее зарумянилось. Она была смущена и глубоко тронута этим стихотворением.

Миллиардер, глядя на них, не смог сдержать слез.

# Глава 16
# Двойной цикл достижений мирового уровня

*Разве можно быть несчастливым со свободой, книгой, цветами и луной?*
***Оскар Уайльд***

Наслаждаясь одиночеством, миллиардер сидел на просторной террасе своего южноафриканского коттеджа во Франсхуке. Перед ним стоял небольшой деревянный столик, на котором лежали дневник в кожаной обложке и ручка. Мистер Райли писал мемуары. Сегодня предметом его воспоминаний стала потрясающая свадьба Художника и Бизнес-леди в Сан-Паулу. Миллиардер видел много влюбленных пар, но никогда еще ему не приходилось встречать двух людей, которые бы настолько подходили друг другу.

«Вселенная действует парадоксальным, непонятным на первый взгляд, но совершенно разумным образом, – записывал Райли. – И если есть на земле союз, который был создан на Небесах, то это союз Художника и Бизнес-леди».

Беззаботно пели птицы. Садовники в синих комбинезонах рыхлили землю виноградника и подвязывали молодую лозу. Чтобы не мешать хозяину, они негромко переговаривались на своем южноафриканском наречии. Мощные виноградные

лозы на деревянных кольях обещали дать богатый урожай. Загадочный синий туман медленно окутывал горы, окружающие долину Франсхук.

Чуть раньше, в 5 часов утра, миллиардер с Бизнес-леди и Художником чудесно прокатились на горных велосипедах по живописным окрестностям. Магнат показал молодоженам свою винодельческую ферму. Затем по узкой улочке, носящей гордое имя Дэниела Хуго, они проехали через колоритную африканскую деревню. Живые изгороди были сплошь усыпаны белыми, розовыми и бордовыми цветами. Среди зеленых кустов белой лентой извивалась грунтовая дорога из песчаника. Это было прекрасное место, ни в чем не уступавшее по красоте маврикийским пляжам. Именно здесь должен был состояться один из последних уроков для новых членов клуба «Пяти Утра».

Они остановились в конце селения, под низким раскидистым лавром, и там, вдыхая свежий аромат его листьев, молодожены услышали новые наставления.

Миллиардер напомнил им о том, как важно соблюдать баланс между профессиональным и личностным ростом.

– Быть мастером в проявлении лучших человеческих качеств – не менее важно, чем быть мастером в своем деле. Для того и другого – свое время, – говорил Райли. – Даже природа не плодоносит круглый год, оставляя себе время для отдыха и обновления. В периоды спячки животные и растения накапливают силы для нового рывка. Чтобы жизнь ваша бы-

ла такой же гармоничной и мудрой, как сама природа, необходимо чередовать внешнюю активность с периодами внутреннего покоя.

Он также объяснил им то, что само по себе материальное богатство – не гарантия долговременного благополучия, безопасности и успеха. Богатство сердца, щедрость души – вот что может и должно стать основой подлинного Величия.

– Те, кто работает лишь для того, чтобы накопить как можно больше денег, ничем не лучше ручных белок, которые день-деньской не покидают своего колеса, – грустно улыбался миллиардер. – Я знаю немало таких людей, и, по моим наблюдениям, деньги не приносят им счастья. Кажется, что элементы шикарной жизни лишь раздражают их. Они стараются полностью погрузиться в работу, чтобы заглушить гнетущее чувство внутренней пустоты. Чтобы избежать этого, сделайте своим приоритетом собственную душу. А деньги придут к вам сами, как естественная награда за мастерство.

Когда заря растворилась в ярком свете дня, они покинули этот гостеприимный уголок и направились дальше, в горы, чтобы полюбоваться прекрасными видами. Всю дорогу магнат был весел и бодро крутил педали своего дорогого велосипеда с красной карбоновой рамой. Он много смеялся и шутил. Правда, смех его все чаще прерывался приступами кашля. Тогда магнат останавливался и, достав большой носовой платок, прижимал его ко рту. Каждый раз на платке оставалось немного крови – симптом, на который молодоже-

ны, впрочем, не обратили особого внимания. Они были полностью поглощены друг другом и великолепной природой, которая заставляла их чувствовать себя абсолютно счастливыми. К тому же Райли выглядел замечательно: с лица его не сходил румянец, глаза сияли, а голос звучал звонко и уверенно.

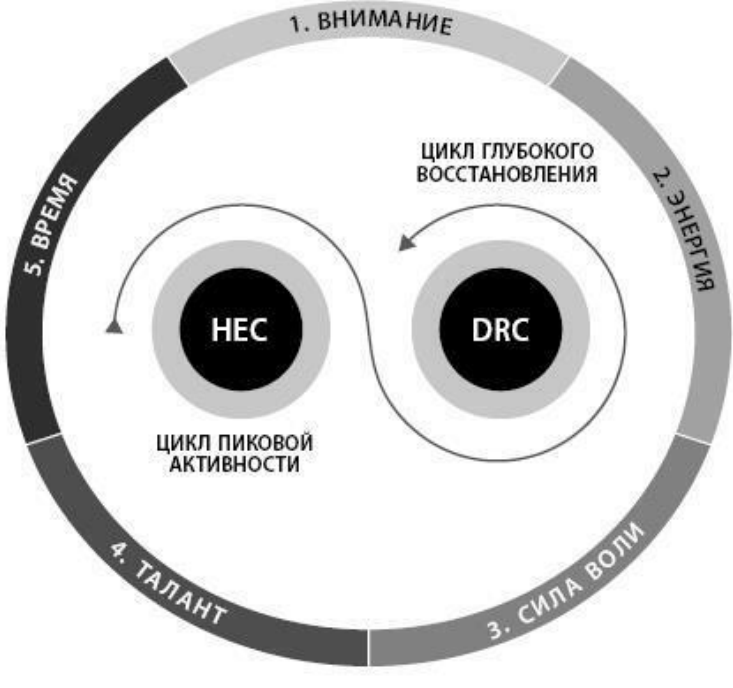
В полдень они заехали в сельскую таверну, чтобы перекусить. Устроившись за широким дубовым столом, они наслаждались простой деревенской пищей. Когда тарелки были убраны, миллиардер вынул из своего синего дорожного рюкзака небольшую дощечку, на которой была начерчена еще одна схема.

Молодожены с интересом вглядывались в рисунок, ожидая пояснений.

– Вселенная может подкинуть вам любой сюрприз, – начал свои наставления Райли. – Жизнь не течет линейно. Сегодня вы наслаждаетесь успехом, а завтра терпите поражение. Но в любых обстоятельствах есть нечто такое, что вы должны сохранить в неизменном виде. Это – ваши внутренние активы, в том числе способность трезво мыслить, владеть своими чувствами, сохранять концентрацию и отделять важное от второстепенного. Видите ли, никто не может стать героем без внутренней опоры. Психологическая и нравственная устойчивость – фундаментальное качество лидеров. И эта внутренняя опора позволит вам долго оставаться на мировом уровне – не день и не месяц, а всю вашу

жизнь.

Двойной цикл высоких достижений




В этом, кстати, заключается главный секрет многократных олимпийских чемпионов, чьи рекорды могут побить только они сами. Это тайна великих мастеров искусства, первооткрывателей, гениальных ученых, легендарных биз-

несменов и мудрых правителей.

Миллиардер закашлялся.

– И первое, что вы должны беречь, – продолжил он, – свое собственное здоровье. Мы не всегда имеем доступ к собственной душе, но мы всегда в контакте со своим телом. Следите за его состоянием. Когда вы устали – отдыхайте. Когда чувствуете, что у вас иссякают силы, останавливайте любую деятельность и займитесь восстановлением. На вершине Испанской лестницы я говорил вам, что стать легендой очень просто: живите долго, вот и все. Это один из главных ключей к мастерству и гениальности. А прожить долго – не так сложно, как кажется. Вам нужно всего лишь найти свой собственный баланс между интенсивной работой и предельной концентрацией и отдыхом. Тогда вы будете всегда свежи, молоды и полны энергии.

Миллиардер сделал паузу и несколько раз глубоко вздохнул.

– Возможно, вы задавались вопросом: почему большинство тех, кто стремится к успеху, не достигают своей цели, несмотря на упорный труд? – сказал он, глядя на низко плывущие облака, которые почти задевали горы. – Все эти люди совершают две роковые ошибки. Они либо нещадно эксплуатируют свои внутренние ресурсы, как то: талант, интеллект, здоровье, либо же чрезмерно экономят их, размазывая все эти дары тонким слоем по полотну жизни, как масло по куску хлеба. Оба этих пути ведут в никуда.

В первом случае люди быстро сгорают и, будучи еще молодыми, остаются совершенно без сил. Во втором – их таланты атрофируются из-за недостаточного применения. Результаты их экономных усилий довольно скромны и ничем не выделяются на общем фоне. Гении не насилуют свой талант, но и не берегут его чрезмерно. Они знают о цикличности и живут в соответствии со своими индивидуальными циклами активности и отдыха.

Им принесли кофе, собранный на южноафриканских плантациях – очень крепкий и очень сладкий. С наслаждением потягивая густой напиток, миллиардер продолжал свою речь.

– Все те, кого мы называем великими, знали о таком феномене, как «суперкомпенсация». Спортсмены, цирковые акробаты, танцоры балета имеют потрясающе сильные мышцы и невероятную растяжку. Как они этого добиваются? С помощью суперкомпенсации. Сначала они напрягают мышцу до предела, так, что ткани растягиваются и рвутся. А потом дают ей отдых. В период восстановления новые клетки принимают ту форму, какой она была во время напряжения. Постепенно мышцы укрепляются и растут.

Он сделал глоток.

– Точно так же можно тренировать и ваши пять внутренних активов, – объяснял он. – Они «растягиваются» и «напрягаются» во время вашей пиковой активности. А затем, в периоды отдыха и восстановления, укрепляются и растут.

Вся штука в том, чтобы сначала выйти за пределы возможного, а потом остановиться и полностью расслабиться. Быстрого эффекта такая тактика не принесет, но она приведет вас к непревзойденным результатам в долгосрочной перспективе. Большинство людей не видят ничего дальше собственного носа. Они хотят получить все сразу и не думают о том, что будет через десять лет. Всегда помните о синусоиде жизненных циклов – помните, я в Сан-Паулу говорил о ней?

– Да, – кивнула Бизнес-леди. – Мы помним каждое ваше слово.

– Отлично, – улыбнулся миллиардер. – В начале двадцатого века не было никого сильнее русских тяжелоатлетов. Никто не мог понять, в чем причина их необыкновенной силы и выносливости. Когда немецкие медики стали пристально изучать методы их подготовки, то выяснилось, что секрет непобедимости русских заключается в идеальном соотношении работы и отдыха.

– Надо же! – удивился Художник. – А я думал, что борец тем сильнее, чем больше он тренируется.

– Вовсе нет! – с жаром воскликнул миллиардер. – Парадоксально, но факт: сила увеличивается не тогда, когда вы ее специально тренируете, а когда отдыхаете. Помните, что я говорил еще на Маврикии: человек растет во сне! Потому что во сне вырабатывается СТГ – гормон роста. И этот процесс происходит одинаково на любом уровне. Касается ли это физического тела, интеллекта или духовности. Разумное

сочетание активности и отдыха – вот главное правило великолепной производительности.

Миллиардер встал, надел рюкзак и схватился за руль велосипеда.

– Эту истину открыл мне Заклинатель, когда я еще только начинал свое дело, – сказал он, занося ногу над рамой. – Благодаря этому знанию я построил глобальную бизнес-империю.

Они быстро поехали по горному склону вдоль ухоженных виноградников.

– Странно, – звонко выкрикнула Бизнес-леди, стараясь перекричать свистящий в ушах ветер. – Я всегда была уверена: для того, чтобы сделать как можно больше и достичь как можно лучшего результата, нужно посвятить работе все имеющееся у меня время. Я ведь до встречи с вами даже не знала, что такое отдых!

– О, это заблуждение старо как мир! – прокричал в ответ Райли. – «Усерднее трудиться, чтобы больше произвести» – это ложное убеждение сгубило не один талант. Такой термин, как «выгорание», появился лишь недавно, но люди «выгорали», начиная с доисторических времен. Если вы заглянете в биографии некоторых гениев, то удивитесь тому, что многие из них к концу своей жизни теряли вдохновение и погружались в глубокую депрессию. А все потому, что работали на износ, не щадили свой талант и надорвали душевные мышцы. Да, они оставили нам немало шедевров. Но бы-

ли ли они счастливы? Мой ответ – нет.

Впереди показался крутой поворот. Миллиардер обогнал молодоженов, чтобы первым пройти опасный участок.

– Истощение – вот враг номер один для каждого, кто хочет достичь величия не только в глазах других, но прежде всего в своих собственных, – продолжил он, когда они выехали на равнину. – Люди уже стали задумываться над тем, что природные ресурсы исчерпаемы и надо расходовать их разумно. Но наши собственные человеческие ресурсы тоже не бесконечны! И они нуждаются в разумном распределении и восстановлении.

– Так это же не что иное, как метод «60/10»! – возбужденно прокомментировал Художник. Его загорелое лицо, раскрасневшееся от ветра и движения, расплылось в широкой улыбке. Сейчас он был куда более подтянутым, чем пару месяцев назад, когда они впервые встретились на конференции Заклинателя. Ежедневные физические упражнения и ранний подъем пошли ему на пользу. Бизнес-леди невольно залюбовалась им: в стильном велосипедном костюме (подарок миллиардера) ее супруг выглядел совсем как участник Тур де Франс[27].

– Мыслишь верно! – согласился с ним миллиардер. – Но сейчас я говорю о более продолжительных циклах, которые

[27] Тур де Франс – самая известная и престижная многодневная велосипедная гонка, проводимая во Франции и в близлежащем зарубежье с 1903 года. – *Прим. ред.*

происходят не в течение дня, а на протяжении месяцев и даже лет. Когда мы остановимся, я подробно объясню вам, как определять эти циклы и структурировать свою жизнь так, чтобы она полностью им соответствовала. Знание своих личных циклов – великая вещь. Она позволит вам меньше работать, но при этом больше осуществить. Это то, что профессиональные спортсмены называют периодизацией. Если вам удастся поймать свою индивидуальную цикличность, вы опередите всех, кто сейчас находится в авангарде вашей отрасли.

Начался крутой подъем, и несколько минут они усиленно крутили педали, стараясь взобраться в гору. Миллиардер первым достиг вершины, откуда открывался потрясающий вид. Они остановились на небольшой полянке, полной диких цветов. Райли достал схему, положил ее на траву и указал на ту часть, которая называлась «Пять активов гения».

– Как вы уже убедились на собственном опыте, каждое утро ваша внутренняя «батарейка» заряжена, вы полны физической и творческой энергии. Утро – это время, когда ваши личные активы находятся на предельно высоком уровне. Это, так сказать, данность – то, чем располагают все люди. Но решающим в ваших ежедневных сражениях станет то, как вы распорядитесь этими активами. Ведь очень легко растратить драгоценную энергию своей души на пустопорожние занятия, которые в конечном итоге сделают вашу жизнь несчастной. Тот, кто знает о Двойном цикле высоких дости-

жений, не тратит, а приумножает эти активы. Он подобен разумному управляющему, который вкладывает полученные им средства в то, что принесет ему еще больший доход. Итак, вы готовы стать таким управляющим своей жизни?

– Абсолютно готовы! – ответил Художник за себя и свою супругу.

– Ну что ж, – улыбнулся Райли, – тогда начнем наш урок. – Эта небольшая модель говорит нам, из чего состоит само понятие гениальности. Умственная концентрация, физическое здоровье (а значит, энергия), сила воли, врожденные таланты и способности (которыми Создатель наградил каждого человека) и то, что составляет основу жизни – ваше время. Раннее утро недаром называется «Часом Победы»: в пять утра все эти активы, эти составляющие гениальности, выходят на свой пиковый уровень. И, если вы хотите, чтобы ваша жизнь была на высоте, эти драгоценные утренние часы нужно посвятить развитию и приумножению своих активов. Ошибка многих людей в том, что, едва проснувшись, они хватаются за телефон и начинают просматривать новости, проверять почту, отвечать на сообщения в соцсетях и ставить «лайки» непросмотренным фотографиям – то есть делают ровно то, что противопоказано гению!

– «Противопоказано гению», – как ученица, повторила Бизнес-леди, записывая слова миллиардера в дневник. Она сняла велосипедный шлем, под которым обнаружился яркий шифоновый шарфик, повязанный на манер банданы. (Этот

шарфик Художник купил ей в Риме).

– Суть в том, что путь к мастерству – не долгий подъем в гору, который требует постоянного напряжения сил: на пути к величию вам необходимо время от времени спускаться в долину и наслаждаться отдыхом и покоем. Если представить этот процесс графически, он будет напоминать кардиограмму. В одни моменты сердечный ритм выходит на пиковые значения, в другие – падает. Величайшие мастера, сохранившие творческий дар и уверенный навык до самой старости, знали этот секрет. Они чередовали периоды фантастической работоспособности с периодами затишья, когда их талант нуждался в отдыхе и энергетической зарядке. Я попрошу вас внимательно всмотреться в эту модель. Есть ли у вас какие-нибудь вопросы? Что-то осталось непонятным?

– Схема простая, все ясно как белый день, – сказал Художник, вдыхая полной грудью свежий горный воздух. – Вот это, – он указал на схему, – цикл высокой активности. А это – цикл глубокого восстановления.

– Все верно, – кивнул миллиардер. На его черной спортивной футболке красовалась белая надпись: «Самая большая любовь моей жизни – Я САМ!»

– Итак, чтобы одерживать победы, как в профессиональном, так и в личностном плане, нужно соблюдать ритм, данный нам самой природой, – продолжил магнат. – Главное – найти этот ритм, отследить свои собственные индивидуальные циклы.

– И как это сделать? – поинтересовалась Бизнес-леди.

– Нужно прислушиваться к себе и следить за уровнем энергии, – ответил Райли. – Активные периоды характеризуются высоким уровнем эмоциональной и физической энергии. В это время вы буквально одержимы работой; вы, как маньяк, сфокусированы на одной-единственной цели, вам хочется работать днем и ночью, вы полны вдохновения и готовы свернуть горы. А когда наступает период восстановления, уровень энергии падает. Вы теряете интерес к какой-либо деятельности, вам хочется только расслабляться и заниматься лишь тем, что не требует напряжения интеллектуальных или физических сил. Это действительно похоже на сердечный ритм: удар – пауза, удар – пауза.

– Мне ужасно нравится эта концепция! – В глазах у Бизнес-леди появился азартный блеск. – Мне не терпится начать использовать все эти циклы. Почему-то я уверена, что это поможет мне найти гармонию между личной жизнью и бизнесом.

– Да, безусловно, – коротко ответил миллиардер. – Но я прошу вас не совершать одну ошибку, которую делают все начинающие… Фаза активности продолжается обычно определенное время. Но бывает так, что время вышло, а эмоциональный настрой на работу все еще сохраняется: человек продолжает действовать, игнорируя сигналы тела. Это чревато переутомлением, чего никак нельзя допускать. Как только вы «поймаете» свои циклы – соблюдайте их, не выхо-

дя за временные рамки. Помните, что фаза отдыха не менее важна. Именно в ней происходит основной рост. Когда вы отдыхаете, то усваиваются новые знания, мозг перестраивается на новый образ действия.

– Все это очень необычно, – покачал головой Художник. – Я всегда думал иначе.

– И это неудивительно, друг мой! – подхватил миллиардер. – Сама мысль о том, что отдых самым непосредственным образом влияет на производительность, кажется нелепой. А все потому, что нас запрограммировали думать, будто нужно трудиться от восхода до заката. Если в какие-то часы мне ничего не создаем и не производим, то чувствуем себя виноватыми из-за того, что напрасно теряем время. Вот, кстати, взгляните-ка на это.

Он откинул клапан на небольшой поясной сумочке, и достал оттуда два золотых кругляша на цепочках.

– Это что, медали? – шутливо спросил Художник.

Вместо ответа магнат протянул им медальоны. Супруги стали рассматривать неожиданный подарок. На одной стороне медали было выгравировано:

Универсальное уравнение легендарной производительности

На другой:

Вызов + Преодоление + Отдых = Рост + Выносливость

– Билли Джин Кинг часто повторяет: «Давление – это привилегия», – сказал миллиардер. – Кажется, я уже цитировал вам эту великую теннисистку. Трудности, препятствия, отчаянные попытки их преодолеть и связанные с этим страдания – на самом деле могут быть благом.

– Вы уверены? – произнесла Бизнес-леди.

– Да, – кивнул миллиардер. – Я даже больше скажу: это непременные условия для личностного, профессионального и духовного роста. Талант не созревает в тепличных условиях. Все учителя, гуру и коучи постоянно говорят о том, что необходимо выходить из зоны комфорта, если хочешь чего-либо добиться в жизни. И кстати, лучшее время для достижений – когда вам меньше всего хочется чего-то достигать. Преодолевая свое нежелание, вы воспитываете волю и укрепляете самодисциплину. А уж если судьба посылает вам стрессовую ситуацию – вы должны поблагодарить Небо, ибо всякое препятствие – это величайший дар. Большинство людей стремятся к так называемой стабильности, подразумевая под ней постоянную безопасность, сытость и комфорт. Но для души нет ничего губительней, чем такой застой. Если вы чувствуете, что застоялись, не ждите, пока случится что-то экстраординарное – сами бросьте вызов судьбе! Помните: мышцы тренируются только тогда, когда мы постоянно увеличиваем нагрузку на них! Но после «тренировки», то есть когда проблема будет решена, обязательно дайте себе отдых – не бросайтесь в пылу азарта в новую битву. Рост происхо-

дит во время отдыха, не забывайте это.

Миллиардер подошел к краю склона и посмотрел вниз, где зеленели роскошные виноградники. Затем он обернулся к супругам и продолжил:

– Как-то раз на одном из благотворительных обедов я встретился с олимпийским чемпионом. Знаете, что он сказал мне тогда?

– И что же? – откликнулся Художник.

– Он сказал: «Я отдыхаю, чтобы мои тренировки возымели эффект», – ответил Райли. – Вот это я называю – глубокое знание предмета. Потому он и стал олимпийским чемпионом!

– Просто удивительно! – пробормотала Бизнес-леди. – И очень необычно.

– На самом деле все естественно, – сказал миллиардер. – Представьте, что вы поставили перед собой цель накачать… хм… ягодицы. Обычно, занимаясь гимнастикой, вы приседаете по пятьдесят раз. Но если вам нужна лучшая форма, то вы начнете приседать по сто раз. А если обычная норма – сто, вы станете приседать двести. Поначалу такой режим вызовет у вас дискомфорт. Мышцы начнут болеть, поскольку мышечная ткань будет растягиваться и рваться (физиологи называют это явление «микроразрывами»). Но важно другое: вы не можете приседать по двести раз каждый день, потому что в этом случае получите травму. Вам нужно будет входить в этот режим постепенно: день поприседали – день

отдохнули; на третий день вернулись к прежней норме; на четвертый – удвоили, и затем – снова отдых.

– Да, я слышал, что в спорте необходимы восстановительные периоды, – заметил Художник. – Только я не знал, для чего.

– Для роста мышц, разумеется, – подхватил миллиардер. – Помните, когда мы были на Маврикии, я рассказывал вам, что вырос на ферме?

– Да, – кивнула Бизнес-леди.

– Так вот, еще тогда, будучи простым деревенским пацаном, я усвоил мудрость двойного цикла: фермеры прекрасно с ним знакомы и вовсю им пользуются. Они называют это сезонностью. Например, весна – сезон сева, когда нужно удобрять землю и сажать семена. Затем следует краткий период отдыха, пока вырастает рассада и созревают плоды. Потом наступает время сбора урожая, когда все фермеры снова активно трудятся. И вот что интересно: урожай созревает именно в то время, когда никакие работы не ведутся!

Миллиардер достал из рюкзака термос с кофе и налил еще горячий напиток в походную кружку. Как и все его личные вещи, она была украшена витиеватой надписью: «Путь к великой мечте начинается с малого шага».

Из леса выпорхнула бабочка. На ее огромных ярко-желтых крыльях четко выделялись кроваво-красные прожилки. Вслед за ней с ближайшего дерева сорвались три орла и, взвившись в небо, закружили прямо над поляной.

– Сам не знаю почему, но я просто без ума от бабочек, – произнес миллиардер, наблюдая за полетом лесной красавицы. – Я уверен, что это самые прекрасные создания на земле. Я часто думаю, что все это – бабочки, радуги, падающие звезды, роскошные полнолуния и великолепные закаты – было бы бессмысленным, если бы никто не мог ими любоваться. И как обидно, что большинство людей носят на своих глазах шоры и не видят всей этой красоты!

Он отхлебнул еще кофе.

– Впрочем, что винить остальных, когда я и сам когда-то был похож на робота? – вздохнул он. – Знали бы вы меня, когда мне было двадцать! Я относился к себе так серьезно, будто от меня зависят судьбы мира. Я считал, что время – слишком большая роскошь, чтобы тратить его на любование закатами и прогулки под луной. Каждый мой час был расписан. Даже в дороге я умудрялся заниматься бизнесом. В долгих перелетах, когда все остальные пассажиры спали, я составлял планы продаж и думал, как завоевать новые рынки. «Время – деньги», – думал я и старался каждую минуту превратить в доллар. Кажется, при таком подходе я был просто обречен на успех, ведь мир приветствует молодых и деятельных. Но правда была в том, – на глазах его выступили слезы, – что я чувствовал себя дряхлым, уставшим от жизни стариком. Я был полностью измотан. Если бы не встреча с Заклинателем, я бы наверняка заболел и умер от умственного и физического истощения. Он спас мне жизнь – с помо-

щью вот этой самой модели, которую мы с вами сейчас обсуждаем.

Миллиардер допил кофе, обтер травой кружку и убрал ее в рюкзак вместе с термосом.

– В молодости я подавал большие надежды, – сказал он с улыбкой. – Нет, серьезно! У меня был явный организаторский талант – все мои партнеры признавали это. Но напряженный график и безумное количество работы, которое я взвалил на себя, полностью истощили мой гений. Сначала все шло прекрасно, но спустя какое-то время моя эффективность резко упала. Я занимался тем, что придумывал новые продукты и новые пути вывода их на рынок – эта работа очень хорошо оплачивалась. Но с какого-то момента компания, на которую я работал, стала все чаще находить мои идеи банальными и устаревшими. Потому что мой мозг просто не мог работать в таком сумасшедшем режиме. И, когда я познакомился с Заклинателем, первое, что он мне посоветовал – взять долгосрочный отпуск. Сначала я воспринял этот совет в штыки. Но когда он показал мне модель двух циклов, я нашел, что эта схема вполне разумна и должна работать. Я действительно взял отпуск. Правда, и во время отдыха я тогда все время порывался заниматься какими-то делами. Но, к счастью, Заклинатель был рядом и каждую минуту контролировал меня.

Он вытянул руки вперед и начал приседать в очень быстром темпе. Закончив, он встряхнул руками, вытер со лба пот

и, отдышавшись, продолжил свои откровения.

– Но я не сдавался без борьбы! Я был упрям как осел. Дело в том, что расслабление противоречило самой моей природе. Я не понимал, к чему все эти бессмысленные прогулки, дыхательные упражнения, пляж, заплывы с дельфинами. Ведь от всего этого не было никакого толка! В то время для меня толк заключался в цифрах на моем счету. Теперь-то я понимаю, что отдых – это именно то, что позволяет расти и нам, и нашему благосостоянию.

– Все это мне очень отзывается, – с пониманием сказала Бизнес-леди. – Когда я не работаю, то испытываю чувство вины, будто имею право жить, только если буду работать день и ночь.

– Забота о себе – это тоже работа, – заметил миллиардер. – И очень серьезная! Баланс между активностью и отдыхом – это фундамент, на котором строится здание вашей производительности. И чем крепче фундамент, тем выше и устойчивее будет само здание. А что касается работы днем и ночью, то через это я прошел и знаю: такая работа только вредит производительности. Пока у вас есть силы, вы сможете выдерживать этот режим, но, когда силы кончатся, вы будете ужасно уставать даже от самых простых действий. Вы станете раздражительны, капризны, вас перестанут радовать даже те вещи, которые вы любите больше всего на свете. А сейчас я абсолютно счастлив! – воскликнул он с воодушевлением. – Большую часть времени я провожу на море или в горах,

катаюсь на велосипеде, ем простую деревенскую еду, читаю книги, которые я всегда мечтал прочесть, наслаждаюсь молодым вином и подолгу смотрю на огонь в камине.

– Но что же случилось потом, когда вы вышли из того длительного отпуска, проведенного в компании Заклинателя? – спросил Художник.

– Потом произошла удивительная вещь, – откликнулся Райли. – Я вдруг понял, что мои прежние таланты вернулись ко мне в полном объеме. Более того: я осознал, что не хочу работать на чужую компанию, и основал свое дело. Я сам занялся разработкой собственных идей. Но теперь я был умнее и чередовал периоды напряженной работы с периодами расслабления. Благодаря этому Двойному циклу достижений мой бизнес очень быстро пошел в гору. А ко мне вернулась радость жизни. Я стал получать настоящее удовольствие от того, чем занимаюсь – касалось ли это отдыха или работы.

Миллиардер взял свой синий рюкзак, извлек оттуда кусок белой парусины и расстелил его на траве как скатерть. На ткани был рисунок: Альберт Эйнштейн на парусном судне.

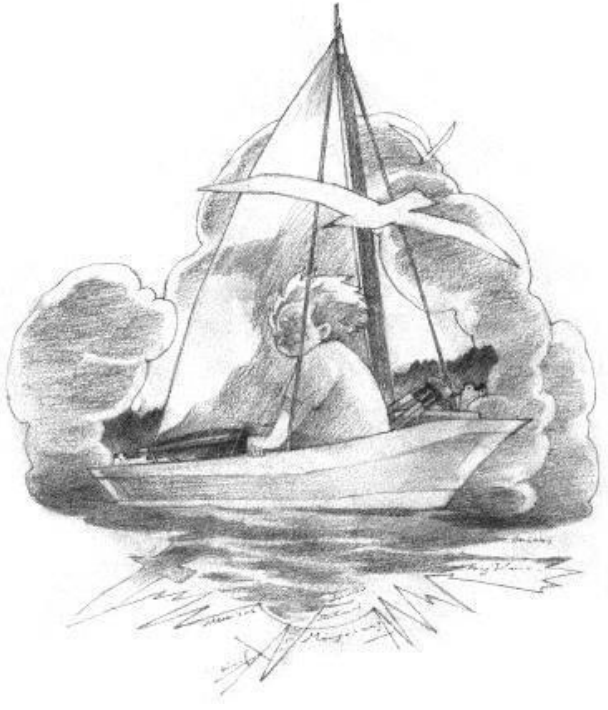
– Веселье, – сказал он, – это необходимая часть жизни. Оно напрямую влияет на ваш интеллект, физическое здоровье и духовный рост. Все легендарные личности имели одну общую черту. Хотите знать, какую?

– Конечно же, хотим! – хлопнула в ладоши Бизнес-леди.

Миллиардер хитро прищурился, поднял руки вверх и, как

заправский акробат, прошелся колесом по поляне. Остановившись, он задрал голову к небу и прокричал:

Этот день – великое сокровище! Он пройдет, и больше его не будет! Все деньги мира не вернут мне прожитых минут! Как проживу я этот день? Родится ли еще одна мечта? Иль я позволю страхам и сомнениям сокрушить мой разум? Отныне я не знаю, что такое «не могу». Я все могу – покорить любую вершину, достичь дна самого глубокого океана – лишь я определяю границы своих возможностей! Пусть критики бросают в меня камни – я лишь посмеюсь над их неумелыми попытками остановить меня. Я использую эти камни как строительный материал и построю из них дворец своего величия! И, если кто-нибудь назовет меня чудаком, я лишь улыбнусь ему в ответ. Ведь если и есть волшебники, благодаря которым этот мир полон чудес, то это – чудаки!



Словно в ответ на его слова, из леса вылетел целый рой бабочек. Желтым ветром они пронеслись по поляне и упорхнули вниз, к цветущим виноградникам. Солнце достигло зенита, но на другой стороне африканского неба белел тоненький серп растущей Луны. Это было поистине чудесно.

Бизнес-леди прижалась к мужу.

– Это волшебство, настоящее волшебство! – воскликнула

она.

Выдержав небольшую паузу в блаженном созерцании желтого облака бабочек, миллиардер продолжил:

– Все гении, все великие люди действительно любили веселиться и проводить свой досуг за тем, что отзывалось их сердцу. Они поняли, что веселье – это мощная форма выздоровления. Все они заряжали свои «батарейки», проводя досуг за теми занятиями, которые отзывались в их сердцах. Эйнштейн любил ходить под парусами. Аристотель и Чарльз Диккенс обожали ежедневные прогулки. Голливудская суперзвезда Мерил Стрип вязала, Стив Возняк играл в поло, Билл Гейтс осваивал бридж, а Сергей Брин часто делал трюки на трапеции. Отдых – не пустая трата времени, – подчеркнул магнат. – Это обязательная составляющая пути к достижениям. Это стимулятор выработки тех самых идей, которые принесут вам величие. Поэтому работайте меньше, чтобы сделать больше. По сути, это и есть суть «Двойного цикла великих достижений».

– Теперь я еще глубже понимаю ценность метода «60/10», – сказал художник. – Я думаю, это также означает, что вполне нормально иметь и несколько выходных каждую неделю.

– Не только нормально, но и необходимо! – довольно поддакнул Райли. – Вы должны защищать ваши пять активов гениальности, беречь их и для этого учиться максимально восстанавливаться после деятельности. Говоря конкретнее, бе-

рите как минимум два полных выходных каждую неделю. Но помните, никаких гаджетов! Вам необходимо полное восстановление, чтобы ваша результативность со временем только росла и давала все более долгосрочный эффект.

Кстати, есть одна хитрость. Каждый квартал вы можете прибавлять к вашим выходным маленький кусочек. Поверьте, это не окажет никакого отрицательного влияния на ваши достижения – вы все равно будете успевать все задуманное за отведенное время. Но потом, через пару десятков, лет вы вдруг увидите, что без ущерба и даже с огромной пользой для своих свершений отводите на отдых времени больше, чем могли себе когда-то представить. Да, срок, конечно немалый. – Райли засмеялся, увидев округлившиеся глаза слушателей. – Но он принесет такие плоды, о которых вы сейчас не можете даже мечтать.

Я пользовался этой хитростью на протяжении десятилетий. Мои «временные кусочки» постепенно накапливались, и теперь я свободно позволяю себе отпуск на целых три месяца – потому что знаю, что времени для работы у меня останется столько, сколько мне нужно. Так что, как только наступает июнь, я удаляюсь от дел и провожу время в глубоком восстановлении своих сил. Я хожу под парусами, езжу на велосипеде, сплю, читаю, купаюсь, отдыхаю с друзьями, провожу самые прекрасные моменты со своими близкими – словом, смакую жизнь по полной программе. Вы, котятки, пока не сможете позволить себе столько времени на отдых,

но у вас все впереди – просто попробуйте для начала делать так, как я сказал.

Кстати, во время этих восстановительных циклов я стараюсь как можно чаще размышлять, осознавать, медитировать, открывать свой разум, за что Вселенная щедро вознаграждает меня великолепными идеями, с лихвой окупающими мое отсутствие на рабочем месте. И поэтому я возвращаюсь в офис всегда в тысячу раз более воодушевленным, живым и рвущимся в бой, из которого неизменно выхожу победителем.

Райли свернул кусок паруса, сунул его в рюкзак и вскочил на велосипед. Супруги, не говоря ни слова, последовали за ним по одной из тайных троп прямо в глубь леса. Они миновали рощу эбеновых деревьев и спустились в долину виноградников. Проехав еще с полкилометра, они нашли идеальное место для привала – окруженный виноградными шпалерами пригорок, поросший густой травой.

– Знаете, ребята, – сказал Райли, спешившись. – Я объездил практически весь земной шар. И могу сказать, что Шамбала, Атлантида или Рай – это не какое-то мистическое место, куда могут попасть только святые, мудрецы и пророки. Это то самое место, где мы находимся здесь и сейчас. А станет оно раем или адом – зависит только от нас самих. Когда я это понял, я испытал огромное облегчение. Мне уже не надо было что-то искать, потому что все, что мне надо, всегда рядом со мной. Творить чудеса – это лучшая работа на земле.

– Чудеса? – переспросила Бизнес-леди. – Вы имеете в виду те чудеса, которые происходят в нарушение всех физических законов?

– Вроде магии? – уточнил Художник. Он снял кроссовки и носки и с удовольствием погрузил босые ноги в мягкую густую траву.

– Можно сказать и так, – кивнул миллиардер. У него был такой загадочный вид, что супруги никак не могли понять, шутит он или говорит всерьез.

– Я понял, друзья мои, что нищета – это не отсутствие денег, – говорил он все более загадочным тоном. – Нищета – это отсутствие духа.

Бизнес-леди и Художник переглянулись. Они никак не могли уловить мысль, которую хотел донести до них Райли.

– Я мог бы уйти от дел много лет назад, – продолжал миллиардер. – Уже в молодости у меня было столько денег, что я мог бы до конца жизни ни в чем себе не отказывать. Но тогда передо мной встал вопрос: чего я хочу больше всего? И я понял, что должен стать чудотворцем.

– Час от часу не легче, – вздохнул Художник. – Боюсь, мы совсем перестали понимать вас.

По проселочной дороге прогромыхал грузовик, в кузове которого сидели несколько рабочих. Заметив туристов на пригорке, они заулыбались и приветственно замахали руками.

– Хорошего дня! – выкрикнул один из них.

– Все очень просто, – продолжал Райли, подняв руку, ответно приветствуя проезжавших. – В моих руках сосредоточены огромные деньги и огромная власть. Я занимаюсь делом, которое приносит мне истинное удовольствие. У меня есть дома в разных уголках света, а также яхты, слуги, самолеты. Я могу позволить себе любую игрушку – и время от времени я радую себя последними изобретениями науки и техники или редкими предметами искусства. Но парадокс в том, что я могу прекрасно обойтись без всего этого. Я как чародей, владеющий волшебной палочкой. Хочу – совершаю чудо, хочу – нет. Разница в том, что действующее начало здесь Я, а совсем не волшебная палочка. Я пытаюсь вам сказать, что все ваши цели – это не вы. Не ставьте знак равенства между собой и своими достижениями. Они могут быть, могут не быть. В вашей реальности вы – главное действующее лицо. Вы – волшебник.

В зарослях виноградной лозы послышалась трель вьюрка. Райли умолк, чтобы насладиться песней маленького певца.

– Волшебство, – прошептал он. – Повсюду волшебство.

Вьюрок допел свою песню и упорхнул. Магнат, словно очнувшись от сна, оглядел супругов и, улыбнувшись, сказал:

– Видите, как прекрасна жизнь! Не уподобляйтесь большинству, которое в погоне за призрачными целями упускает драгоценные моменты. Жизнь – не подарок, а одолжение. Дни летят так же быстро, как деньги, взятые в долг. Не успеете оглянуться – и вот вы уже встречаете свой закат в

компании многочисленных внуков. Итак, рая нет! – громко воскликнул он. – Утопия, Шангри-Ла, Нирвана – всего лишь названия, которыми люди, говорящие на разных языках, пытались обозначить особое состояние души, непреходящее блаженство, красоту, любовь и силу. А сердцевина этой внутренней нирваны – благодарность. Не уставайте выражать свою признательность этой Вселенной, которая одаривает вас так щедро. Благодарите за каждую мелочь – и вы станете источником чудес, настоящим магом.

«Стоун говорит о вещах, которые еще неподвластны нашему разуму», – подумал Художник. Бизнес-леди слушала миллиардера с настороженно-любопытным выражением лица. Она понимала, что он говорит о каких-то очень важных вещах, но понять его было трудно.

– Моя жизнь – это непрерывный поток красоты, – восторженно произнес Райли. – И это не потому, что я могу путешествовать по красивейшим местам мира. Красота не имеет отношения к богатству. Она внутри. И, если она есть, прекрасным становится любое место и событие. Вчерашний вечер я провел в гостях у простой деревенской семьи. Огонь пылал в очаге. Я смотрел на пламя и чувствовал бесконечную радость от того, что я могу просто сидеть и смотреть, как пляшут огоньки, слушать, как потрескивают угли. Сейчас я гляжу на эти пышные виноградники, и меня переполняет то же чувство радости. Эта радость со мной везде – в лесу, в горах, на море, в пустыне. Она не покидает меня ни зимой, ни

летом. Все потому, что я сохранил свою способность удивляться. Я умею видеть величие в самых незначительных вещах и явлениях. Мне не нужно идти в художественную галерею, чтобы увидеть шедевр (хоть я и люблю искусство). Я могу увидеть произведение мастера в любой травинке или камушке. Магия – там, где я.

Он вздохнул и посмотрел в небо.

– И вот что я еще скажу вам, ребята. Если хотите стать магами, примите ваше прошлое. Я знаю, каждому из вас довелось немало пережить. Но все это были уроки, за которые следует сказать Судьбе «спасибо». Прошедшее нельзя вернуть, но за него можно поблагодарить. Мы растем лишь тогда, когда прощаем себя за совершенные ошибки и перестаем обвинять кого-либо в своих несчастьях. Я уже сказал вам, что взрослых нет, но есть травмированные дети во взрослых телах. Чтобы вырасти, нужно вернуться к детской невинности и непосредственности. Нужно вновь взглянуть на мир глазами ребенка. И вы увидите Рай.

– Мне кажется, я понял… – задумчиво произнес Художник. – Пикассо сказал: «Чтобы научиться рисовать, как Рафаэль, мне потребовалось всего четыре года. Но чтобы научиться рисовать, как ребенок, мне потребовалась вся моя жизнь». Думаю, он имел в виду именно то, о чем мы сейчас говорим.

Со стороны гор повеяло свежестью. Неожиданный ветер зашелестел виноградными листьями и растрепал дреды Ху-

дожника. Райли улыбнулся одной из своих самых странных улыбок, упал на колени и стал молиться. В небе появилась стая белых голубей.

Ветер стих так же внезапно, как и начался. Миллиардер встал с колен.

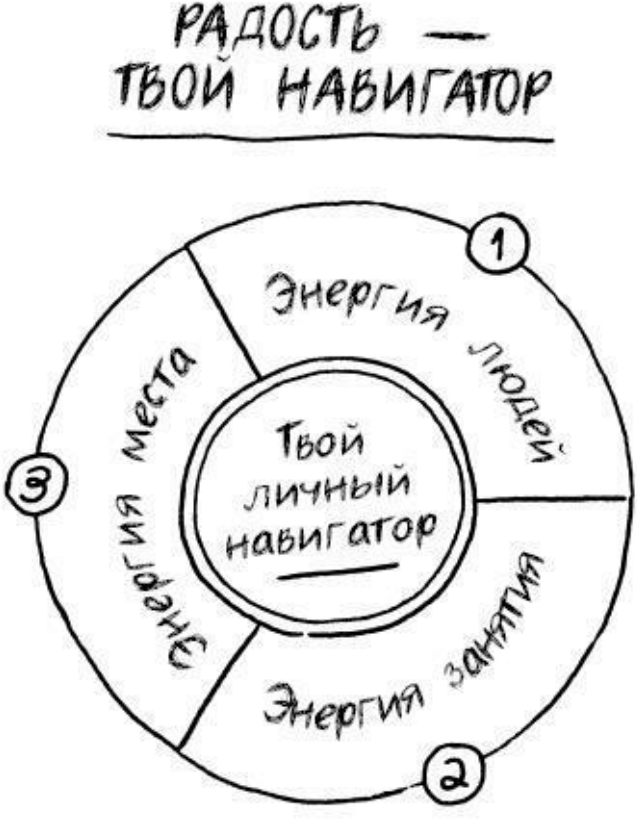
– В последнее время я по-особому отношусь к ветру, – объяснил он. – Это дыхание неба. Я не ценил этого прежде, но теперь преклоняюсь перед каждым проявлением жизни. Она поистине велика и волшебна. Она и есть та высшая реальность, к которой стремятся мудрецы. Но, чтобы открыть ее, вам нужно будет время от времени отключаться от суеты. Делайте свою работу, общайтесь с друзьями, смотрите хорошие фильмы, слушайте хорошую музыку. Но не придавайте этому большого значения. Все это лишь иллюзия, своего рода сон наяву. Всегда будьте готовы пробудиться от этого сна и вернуться сюда, в настоящую жизнь. А лучше всего – не покидайте ее никогда.

Он взял палку, нашел кусок голой земли и начертил схему.

– Вы спрашивали меня о магии, – сказал он, указывая на модель, нарисованную на островке земли. – Стать волшебником очень просто: занимайтесь тем, что приносит вам радость. Используйте наслаждение как путеводитель. Доверяйте своему сердцу. Если какое-то занятие делает вас счастливыми, посвящайте свои часы именно ему. Сердце точно знает, где вы должны быть в каждый момент времени. Оно – са-

мый надежный навигатор. Голове доверять не следует, потому что в ней слишком много правил, ограничений, рамок и запретов. Интеллект хорош, когда он подчинен сердцу. Интуиция мудрее разума.

– Я всегда считал иначе, – заметил Художник.




– Это неудивительно, – развел руками миллиардер. – Мы живем в мире, где считается, что нужно руководствоваться в первую очередь доводами рассудка, а уж потом – чувствами.

Но что такое разум, из чего он состоит? Если вы хорошенько проанализируете свои принципы и ценности, то поймете, что среди них очень мало того, что придумали вы сами. В большинстве своем они навязаны вам средой, в которой вы родились и выросли. Если вы спросите свое истинное «Я», согласно ли оно с тем или иным принципом или правилом, то можете получить совершенно неожиданный ответ. Разум помогает вам выживать в этом мире. Но только ваша истинная личность знает, как не только выжить в нем, но и стать одним из его творцов. Присмотритесь к своим фантазиям и мечтам. Ведь все это – двери, за которыми открываются потрясающие возможности, неподвластные разуму.

– Не уверена, что понимаю вас, – сказала Бизнес-леди.

– Ты поймешь это со временем, – по-отечески ласково произнес Райли. – Просто поверь мне и следуй за своей радостью. Общайся только с теми людьми, которые понимают и поддерживают тебя. Делай только то, что заставляет тебя любить жизнь. Живи только в тех местах, которые заряжают тебя энергией.

– Легко сказать! – воскликнула молодая женщина. – А на практике это осуществить не так-то просто.

– И мне это известно лучше, чем кому-либо другому, – улыбнулся Райли. – Но ты можешь начать с малого и постепенно наполнять радостью все стороны своей жизни. Еще раз повторю: радость должна стать вашим навигатором. Следуйте за ней, и в один прекрасный день вы поймете, что она

– повсюду.

Вдруг миллиардер схватился за грудь и согнулся пополам. Лицо его исказила гримаса боли. Он едва не упал, но сильные руки Художника подхватили его. Супруги усадили миллиардера на траву и дали воды.

– Все в порядке, – слабо улыбнулся он. – Это бывает.

Через минуту лицо его вновь зарумянилось, и он вскочил на ноги, словно не было никакого приступа. Магнат весело хлопнул в ладоши, и тотчас из-за виноградного плетня вышел человек в рабочей форме. В руках он держал новенькую серебристую лопату.

Райли взял инструмент и начал копать землю – прямо там, где стоял. Вскоре послышался глухой удар, как будто лопата наткнулась на какой-то предмет. И действительно: еще пара взмахов – и под комьями земли обнаружилась металлическая крышка. Райли опустился на колени и стал рыть землю руками. Вскоре он достал небольшой железный сундучок. При этом он громко пел йодлем, подражая австрийским певцам.

Художник и Бизнес-леди были сильно заинтригованы.

Внутри сундука оказались одиннадцать странных предметов, напоминающих амулеты. К каждому из них был прикреплен небольшой бумажный свиток. Миллиардер наклонился над сундуком и пропел:

Великая сила Вселенной течет сквозь меня.

Все, что мне нужно, уже на пути ко мне.
И, если моя мечта еще не исполнилась,
Значит, завтра меня ожидает еще более великое.
Все маги знают об этом
И ждут своего часа.

– Что ты делаешь, брат? – удивленно спросил Художник.

– Творю заклинание, – просто ответил миллиардер. – Я же говорил вам, что магия – часть моей жизни.

Бизнес-леди вскрикнула: сундук поднялся в воздух и завис над землей. Увидев это, Художник потерял дар речи. Лишь когда сундук снова оказался на траве, Художник смог совладать с изумлением.

– Оптическая иллюзия?! – нетерпеливо выкрикнул он. – Верно?

– Может да, а может и нет, – ответил Райли, только усиливая загадочность произошедшего.

– А что это за предметы? – спросила Бизнес-леди. – Они тоже имеют отношение к магии?

– И еще какое! – с готовностью откликнулся миллиардер. – Это самые настоящие талисманы, каждый из которых содержит одно правило волшебника. Всего этих правил одиннадцать. Я руководствуюсь ими последние тридцать лет и благодаря этому стал невероятно богат и столь же невероятно счастлив. Сегодня я дарю их вам, потому что хочу, чтобы и ваша жизнь стала такой же волшебной, как моя.

– А что это за свитки? – спросил Художник.

– Там содержатся магические ключи к талисманам, – пояснил миллиардер. – Ну что, хотите познакомиться с моей магией поближе?

Супруги рассеянно кивнули.

* * *

Первый талисман выглядел как маленькое карманное зеркальце. На приложенном к нему свитке были вытеснены слова.

**Магическая заповедь миллиардера № 1**

**Чтобы творить чудеса в мире, научись творить чудо внутри себя самого**

Посмотри в зеркало – и увидишь Мага. Если тебе кажется, что оно отражает кого-то другого, значит, настала пора познакомиться с самим собой. Начиная, помни, что сейчас ты будешь представлен самому важному человеку в своей жизни.

Аудиенция с важным лицом всегда происходит в тишине и уединении. Никто не должен стать свидетелем твоего сердечного разговора с самим собой.

Французский математик Блез Паскаль писал: «Все проблемы человечества проистекают оттого, что люди неспособны выносить свое собственное общество».

Освободись от суеты и погрузись в тишину. Ту тишину,

которую может обеспечить только раннее утро. Бегство от тишины – это бегство от свободы. Только в тишине и покое ты можешь услышать голос собственной души и вспомнить, зачем пришел в этот мир.

Твое истинное «Я» – Маг и Творец. Оно полно энергии, способной на любые чудеса. И чем больше ты общаешься с ним, тем больше проявляется в тебе эта магическая сила. Каждое утро посвящай разговору со своей душой, и в один прекрасный день ты увидишь в зеркале Мага.

Ты станешь гражданином республики магов. Твоими братьями станут мудрецы, провидцы, пророки и гении. Никола Тесла, Альберт Эйнштейн, Грейс Хоппер, Томас Эдисон, Джон Д. Рокфеллер, Мария Кюри, Эндрю Карнеги, Кэтрин Грэм, Сэм Уолтон, Розалинда Франклин, Стив Джобс и еще многие из тех, кто достиг подлинного Величия.

Все они проводили много времени в одиночестве. Они знали Первое Правило Волшебника: магические способности возрастают в бесшумном созерцании собственной души. В беседе с тем, кто был с тобой до твоего рождения и не покинет тебя после смерти.

Так что смотри в зеркало – до тех пор, пока не поймешь, что ты и есть Маг.

Второй талисман выглядел точь-в-точь как живой цветок. Бизнес-леди даже показалось, что он пахнет. Они развернули второй свиток.

**Магическая заповедь миллиардера № 2**
**Ценность материального мира – в тех чувствах, которые мы испытываем, когда созерцаем его.**

Порой кажется, что окружающие нас вещи – обуза, которая мешает нашему продвижению вперед. Во многих случаях так оно и есть – особенно, когда мы приобретаем то, что на самом деле нам не нужно. Вещи стали данью моде и символом престижа. Но мир вещей не исчерпывается модной одеждой и техническими новинками.

Вспомните свое детство. Ведь тогда вас окружали совсем другие вещи. Они удивляли и вдохновляли, они открывали вам чудеса этого мира.

Падающие с неба снежинки, каждая из которых имела свою неповторимую форму. Или растянутая на траве паутина, покрытая капельками росы. Пожелтевшие листья клена, пахнущие свежим арбузом. Все это тоже вещи, но они не обременяли вас, а наоборот – помогали исследовать и открывать удивительное.

Перестройтесь с волны обыденного на волну необычного! Научитесь видеть чудесное в самых привычных вещах. Ведь, чтобы сотворить чудо, нужно знать, как оно устроено.

Чаще смейтесь. Чаще танцуйте. Чаще играйте.

Миллиардер свернул свиток.

– Флоренс Скавел Шинн[28] говорила: «За одну ночь мир может измениться самым волшебным образом», – сказал он. – Я уверен, что она говорила о восприятии. Жизнь полна волшебства, но мы не замечаем его. А ведь оно на каждом шагу! Морской бриз, который играет вашими волосами. Белки в парке – почти ручные, без страха подбегающие к людям за орешком или семечками. А музыка! Какое чудо – музыка! – вдохновенно воскликнул он. – Она бывает столь прекрасной, что душа рвется на части. Музыка заставляет меня плакать. Разве все это можно купить за деньги? Нет! Магия никогда не стоила ни цента. Потому что это она владеет миром, а не мир – ею. Друзья мои, я очень вас прошу: никогда не приносите свою радость в жертву деньгам. Деньги сами по себе не принесут вам счастья. Потому что счастье – это то, что вы чувствуете. Ни за какие деньги нельзя почувствовать удовлетворение от хорошо выполненной работы, душевное тепло от беседы с лучшим другом или благодарность за прожитую жизнь. Помните, когда мы были в Риме, я лизнул свой дневник? И вы сначала посмотрели на меня как на сумасшедшего, а потом спросили, что я делаю?

Супруги кивнули.

– Я обещал вам все объяснить на виноградниках Южной Африки. Вот мы здесь, и я выполняю свое обещание. Видите ли, это один из ритуалов, которые помогают мне сопри-

[28] Флоренс Скавел Шинн (1871–1940) – американская художница, иллюстратор и автор книг по самосовершенствованию. – *Прим. ред.*

касаться с магией. Таким образом я выразил свой восторг перед мастерством тех, кто создал эту удивительную вещицу. Чем больше я восхищаюсь чем-то, тем большей радостью наполняется моя душа. Научитесь восхищаться! А для этого смотрите на мир глазами ребенка. Дети собирают впечатления.

Как только вы научитесь это делать, вы увидите, что самая непримечательная вещь, самое банальное событие может подарить вам массу незабываемых впечатлений. В этом и есть секрет потрясающе счастливой жизни. Но главное – научитесь благодарить свое прошлое. Ведь именно оно сделало вас теми, кем вы являетесь сейчас. Благодарите трудности и неудачи и оставляйте их позади – не берите их в свое будущее, отпустите.

Входите в магию каждого следующего утра так, как новорожденный ребенок входит в эту жизнь. Отпускайте старую боль, способную отравить ваше настоящее. Ведь тот момент, в котором вы находитесь здесь и сейчас, не имеет никакого отношения к тому, что случилось вчера. Он чист, как белый лист бумаги. И только вы решаете, что на нем написать.

Стоун умолк и достал третий талисман. Он был сделан в форме маленькой дверцы.

– Это очень важный символ, – пояснил магнат. – Когда з нами закрывается одна дверь, всегда открывается другая. Дверь – это и конец, и новое начало.

**Магическая заповедь миллиардера № 3**
**Неудача – тренажер смелости**

«Невозможно жить без неудач. Вы, конечно, можете отгородиться от всего мира глухим забором или построить бункер с запасом еды и воды – чтобы не столкнуться с болью, которую неизбежно приносит жизнь. Но в этом случае вы станете самым большим неудачником на свете, ибо вместе с болью от вас уйдет и радость».

Эти слова Джоан Роулинг[29] говорят о том, что герои не страшатся поражений. Они знают: путь к победе усыпан не благоухающими цветками роз, а острыми шипами неудач, критики, отвержения и насмешек.

Знайте, что самое большое поражение вы терпите тогда, когда в вашей душе рождаются сомнения. «Что подумают люди?», «А если мне откажут?», «А если они отвернутся от меня?» или «Если я сделаю это, то буду выглядеть как полный дурак». Эти и тому подобные мысли – ядовитые стрелы, которые убивают вашу мечту. Нельзя одновременно сомневаться и действовать. Либо вы идете и делаете, либо сидите в углу и боитесь.

Внешний мир полон надуманных приличий и осуждающих голосов. Но это – мир иллюзий. Подлинная реальность находится у вас внутри. И в этой реальности вам суждено прожить потрясающую жизнь. Так вспомните о том, что вы –

---

[29] Джоан К. Роулинг (1965 г. р.) – британская писательница, наиболее известная как автор серии книг о Гарри Поттере. – *Прим. ред.*

человек великой судьбы. И чем больше препятствий ставит перед вами внешний мир, тем более великолепное будущее вас ожидает.

Ибо там, где трус видит поражение, смелый находит новую возможность.

Скажите «да» своей Судьбе. Будьте мужественными и мудрыми. Используйте неудачу как лучший тренажер для своей смелости.

Следующим талисманом была художественная кисть толщиной с палец. При виде ее Художник оживился. Он осторожно снял с талисмана свиток и развернул его.

**Магическая заповедь миллиардера № 4**

**Откройте в себе источник творческой силы и начните творить свой собственный мир**

Большинство людей проводят свои дни в погоне за призрачным счастьем. Они свято уверены в том, что хорошее материальное положение, предметы роскоши и множество «лайков» в соцсетях – это и есть счастливая жизнь.

Но правда в том, что все они несчастны. Ведь они предали свои мечты, отвергли собственное творческое начало и утратили способность созидать.

Материальное богатство – благо, за которое стоит каждый день благодарить Вселенную. Но если вы не используете его для того, чтобы преобразить этот мир, то все ваши деньги,

дома, яхты и самолеты – просто прах.

Вы владеете силой, которая способна сделать этот мир лучше. И ни богатство, ни власть, ни что другое не должно заставить вас отказаться от нее.

Чтобы стать настоящим магом, нужно стать художником.

У каждого человека есть четыре магических кисти, которые позволяют создавать чудесное полотно жизни. Эти кисти – ваши мысли, ваши чувства, ваши слова и ваши дела. Учитесь владеть ими, чтобы нарисованная ими картина стала воплощением вашей мечты.

Начните с кисти ваших мыслей. Упражняйте свой ум. Приучайте себя думать только о том, что приносит вам радость.

Затем возьмите магическую кисть ваших чувств. Научитесь испытывать благодарность, надежду, любовь и принятие.

Следующей кистью должны стать ваши слова. Говорите только правду – но при этом старайтесь, чтобы она никогда не ранила. Используйте слова любви и одобрения.

И наконец, беритесь за кисть действия. Делайте только то, что доставляет вам наслаждение и улучшает этот мир.

– Это мой любимый талисман, – сказал Райли. – Ведь все мы – художники и творцы своей жизни. Только кто-то помнит об этом, а кто-то позабыл. Знаете, друзья, я видел в жизни много несчастных людей и, поверьте, далеко не все они

были бедны. Потому что на самом деле бедность – вовсе не главная причина несчастья. Несчастными этих бедняг сделало то, что они были сосредоточены не на том, что у них есть, а на том, чего у них нет. Таких людей вам тоже доводилось видеть. Они постоянно говорят о проблемах, считают свою жизнь ужасной и завидуют тем, кто хоть в чем-то успешнее их. Их беда в том, что они не понимают, как слова, чувства, мысли и действия влияют на жизни. Если мы думаем, что несчастны, то чувствуем себя несчастными и постоянно говорим об этом. Такой настрой не позволяет нам реализовать свой потенциал в необходимых делах. Вот и получается, что эти люди используют четыре магических кисти не для того, чтобы создать из своей жизни восхитительное произведение искусства, а для того, чтобы нарисовать мрачную картину, на которую и смотреть-то не хочется. Не уподобляйтесь им – живите радостью от того, что имеете.

Следующим предметом был назар-бонджук – стеклянный талисман в виде глаза. Восточные народы используют его для защиты от злых людей.

– Знаете, котятки, я не очень-то верю, что существуют настолько злые люди, что от них необходимо защищаться с помощью магии, – сказал миллиардер. – На всей планете едва ли отыщется с десяток злодеев, которые действительно неисправимы. Я снова повторю, что не существует взрослых – есть травмированные дети во взрослых телах. Люди, чьи ра-

ны не исцелены, причиняют боль другим. Те, кто страдает сам, по неведомой причине заставляет страдать других. Так что, если вы столкнетесь с кем-то, кто не желает вам добра, знайте: внутри у этого человека – незатянувшаяся рана. С ними случилось что-то, что заставило их считать весь мир опасным. И они нападают, потому что думают, что нападение – лучшая защита. Таких людей нельзя называть злыми. Они просто ранены и больше, чем кто-либо, нуждаются в помощи. Однако помните, что помощь должна быть квалифицированной. Если вы броситесь спасать этих людей, то можете навредить и им, и себе. Поэтому, если вы на сто процентов не уверены в том, что спасете их – не вмешивайтесь. Отойдите, предоставьте этих людей их собственной судьбе. Вселенная мудра и позаботится о них сама.

Этот талисман учит отстраняться от тех, кто ранен, но не осознает этого и нападает на других.

Однажды, когда я был на Барбадосе, один местный таксист сказал мне: «Я стараюсь окружать себя добрыми людьми. Злым я ничем не могу помочь».

**Магическая заповедь миллиардера № 5**
**Избегайте Злых Людей**

Никогда не недооценивайте силу зла. Вы можете быть бесконечно добрым и позитивным человеком, но, если рядом с вами будут злые люди, вы заболеете.

Вирус зла нематериален. Его нельзя разглядеть в микро-

скоп. Но его можно отследить с помощью настроения. Вы замечали, что рядом со злым человеком ваша радость и беззаботность улетучиваются?

Научные данные подтверждают это. С помощью зеркальных нейронов мы копируем поведение людей, с которыми общаемся достаточно часто. Вот почему важно окружать себя только добрыми, щедрыми, здоровыми, оптимистичными и искренне любящими людьми. Конечно же, вы и сами должны стать таким человеком, поскольку подобное притягивает подобное.

Не позволяйте пессимистам, недоброжелателям и завистникам овладевать вашим вниманием. Речь не только о тех, кого вы встречаете в жизни, но и о тех, кто влияет на вас дистанционно – по радио или телевидению. Не смотрите фильмы и передачи, где много зла и насилия. Не слушайте новости о катастрофах. Не читайте газет, где политические противники обрушиваются друг на друга с агрессией.

Люди, выросшие в среде, где каждый день был наполнен житейскими драмами, конфликтами и непрекращающимися проблемами, будут и во взрослой жизни воссоздавать атмосферу своего ужасного детства.

Держитесь подальше от всех королев драмы и королей негатива. Даже если они кажутся вам самыми несчастными людьми на свете, даже если они утверждают, что только вы можете решить все их проблемы, – не поддавайтесь на эти манипуляции. Вы – не Бог и не сможете им помочь. А они

могут разрушить вашу жизнь. Ведь это единственное, что они умеют делать.

Это не значит, что вы должны демонстративно отстраняться от тех, кого считаете злыми и конфликтными – будьте доброжелательны, а, если возникает недопонимание, старайтесь перевести ситуацию в мирное русло. И никогда не мстите за обиду. Предоставьте это Вселенной. Закон кармы сделает свое дело без вашего участия.

Лучшее, что вы можете сделать, – поддерживать свою жизнь наполненной счастьем и добротой.

Шестым талисманом были деньги – несколько купюр по 100 долларов, сложенные замысловатым треугольником. Свиток с пояснениями был длиннее остальных.

**Магическая заповедь миллиардера № 6**
**Деньги – это плод щедрости, а не скупости**

От начала истории мир исповедует ложную философию, будто деньги могут появиться лишь в результате строгой экономии. Этот колоссальный обман – единственная причина того, что в мире существует бедность.

Бедность наступает не оттого, что человек тратит слишком много денег. Бедность является следствием внутреннего состояния, а не внешних действий.

Деньги – это энергия. А энергия всегда в движении, она никогда не застаивается. Деньги должны циркулировать, и

самый прямой путь к бедности – накопление. Оно действует, как плотина, перекрывающая реку: река останавливается, и тысячи гектаров земли пересыхают.

Закон Вселенной предписывает отдавать для того, чтобы получать. Чтобы больше получить – больше отдавайте. Оставляйте щедрые чаевые в ресторанах. Не скупясь платите за труд домработниц. Жертвуйте на благотворительность. Делайте щедрые подарки тем, кого любите. И не ждите вознаграждения. Отдавайте от сердца – и на вас обрушится поток материального изобилия.

На свете есть целые страны, зараженные вирусом нищеты. Почему эти люди так бедны? Дело не в природных условиях и не в отсутствии работы.

Всему виной установки подсознания, которые все эти люди получили из той среды, в которой родились. Все детство их готовили к нищете – стоит ли удивляться, что они следуют этой губительной программе и во взрослом возрасте?

Четыре практики помогут вам никогда не беспокоиться о деньгах: позитивное ожидание, искренняя вера, благодарность, безграничная щедрость.

Позитивное ожидание подразумевает вашу уверенность в том, что сколько бы вы ни тратили, деньги будут приходить к вам регулярно. Причем из самых неожиданных источников.

Искренняя вера означает доверие к жизни. Не жалейте последних денег для того, чтобы угостить друзей ужином, или вложить их в самообразование, или купить то, что необходи-

мо для вашей работы. Но старайтесь избегать долгов – живите по средствам, но и не жалейте того, что у вас есть. Тем самым вы продемонстрируете Вселенной, что прекрасно знаете о грядущем изобилии, а потому не беспокоитесь о будущем.

О благодарности сказано много. Тем не менее никакие наставления, касающиеся благодарности, не будут излишними. Говорите «спасибо» всем и вся. Благодарите кассира в супермаркете; таксиста, который везет вас из аэропорта домой; музыкантов, исполняющих ваши любимые песни. Не забывайте благодарить и самого себя. Благословите свои ноги за то, что они носят вас; ваши глаза – за то, что умеют видеть красоту; сердце – что бьется и наполняется любовью; ваш разум – за то, что он способен познавать новое в любом возрасте.

Щедрость означает, что вы должны всегда отдавать больше, чем получаете. Касается ли это денег, времени, усилий или чего-либо другого. Помните: что посеете – то и пожнете.

Выполняя эти четыре практики, вы подготовите самого себя к длительному процветанию. Ваши доходы возрастут. Каждый день будет приносить вам новые удивительные подарки. Вы будете жить в щедром и изобильном мире, который одарит вас всеми своими благами.

– Потрясающе! – воскликнул Художник. Он сорвал виноградный ус и стал его жевать. – Мне не терпится узнать, ка-

ков будет следующий талисман.

Миллиардер улыбнулся и вытащил из сундука небольшой брелок в виде миниатюрного кроссовка.

**Магическая заповедь миллиардера № 7**

**Чтобы творить волшебство, нужно обладать большой физической силой. Каждый день заботьтесь о своем теле**

Ежедневная забота о своем теле даст вам необходимую энергию и избавит от болезней. Как только закаливание и физические упражнения станут вашей привычкой, вы почувствуете, что стали совсем другим человеком.

Вы будете меньше уставать и быстрее восстанавливаться. Хронические проблемы со здоровьем останутся в прошлом. Процессы старения замедлятся, и вы сохраните активность на долгие десятилетия.

Здоровье – фундамент вашего успеха. Нельзя говорить о процветании, если вас сопровождают болезни, подавленное состояние, вялость, апатия. Истинный маг должен обладать неиссякаемой жизненной силой, потому что энергия чудес – это энергия жизни.

Физические тренировки необходимо совмещать с правильным режимом сна и здоровым питанием.

Спите не менее семи с половиной часов в сутки. Всегда ложитесь спать в одно и то же время. Просыпайтесь до восхода солнца.

Питайтесь только здоровыми продуктами, выращенными в экологически чистой местности. Не переедайте и не употребляйте алкоголь и все, что содержит синтетические добавки.

Мало кто знает, но здоровье – залог финансового благополучия. Деньги – это мощная энергия, и, чтобы управлять ею, нужно быть физически здоровым и сильным человеком.

Здоровье понадобится вам и для того, чтобы служить людям. Ведь чем больше вы отдаете, тем больше получаете. А отдавать можно не только деньги, но и физические силы. И чем больше сил вы отдадите, тем больше жизненной энергии к вам вернется.

Восьмым талисманом оказалась фигурка альпиниста, взбирающегося по горе. Достав ее, миллиардер пропел громкий йодль. Виноградари, работавшие неподалеку, засмеялись и одобрительно захлопали. Райли помахал им и что-то крикнул на их наречии.

– Вы никогда не должны прекращать движение вверх, – сказал он, повернувшись к ученикам. – И помните: не существует одной-единственной вершины, добравшись до которой вы можете успокоиться и больше никуда не стремиться. Успех – это не одинокая скала посреди пустыни. Это горная гряда, состоящая из ряда пиков, и каждый следующий выше предыдущего.

Он сдул пыль с прикрепленного к талисману свитка и от-

дал его супругам.

**Магическая заповедь миллиардера № 8**
**Никогда не почивайте на лаврах – стремитесь к новым достижениям**

Представьте человека, который много лет мечтал о высокооплачиваемой работе, и вот наконец получил ее. Поначалу радость его безмерна. Но затем эмоции утихают: он привыкает к обеспеченной жизни и всем тем вещам, которые наконец-то смог себе позволить. Этот уровень дохода стал его нормой. И тогда человек задумывается о том, что может зарабатывать и больше.

Этот пример говорит о том, что в человеке изначально заложена потребность в новых достижениях. Но финансовое накопление – не лучший путь для реализации этой потребности. Ведь с какого-то момента деньги уже перестают приносить радость.

Поэтому ставьте перед собой более высокие и более духовные цели. Совершенствуйте свои человеческие качества. Оттачивайте профессиональное и личное мастерство. Становитесь все более квалифицированным специалистом и более духовным человеком.

Пусть ваше внешнее и внутреннее мастерство растет из месяца в месяц, из года в год. Вы завтрашний должны быть лучше себя сегодняшнего. Жизнь слишком коротка, чтобы вы могли позволить себе оставаться в одном и том же каче-

стве надолго. Все время стремитесь вверх.

По мере того как вы совершенствуете самого себя, будет совершенствоваться и окружающий вас мир. Это извечный закон Вселенной: что внутри, то и снаружи.

Читайте лучшие книги, которые вы только сможете достать. Ешьте только самую здоровую пищу. Пейте лучший кофе. Ходите на игры лучших команд, чтобы вдохновиться безупречной игрой великолепных мастеров. Слушайте лучшую музыку. Посещайте художественные галереи и смотрите на оригинальные шедевры величайших художников мира. Думайте о лучшем, созерцайте лучшее, пользуйтесь лучшим и делайте лучшее.

И как можно дольше находитесь среди красот природы. Ибо природа – это лучшее общество для любого, кто стремится к совершенству. Великие святые, мудрецы и провидцы избирали для своего местожительства самые высокие горы и самые густые леса. Лишь там, среди нетронутой природы, они находили пищу для своего ума и сердца.

Итак, продолжайте восхождение! Как только достигнете желанной вершины – ставьте перед собой новую цель. Постоянно повышайте уровень своих дерзаний!

Магический талисман номер девять – сердце – вызвал у молодоженов прилив нежности. Обнявшись, они принялись читать девятую заповедь.

**Магическая заповедь миллиардера № 9**
**Подлинная любовь делает тебя непобедимым**

Магом может быть только тот, кто умеет любить. Человек, желающий творить чудеса, должен обладать большим сердцем.

При любой возможности проявляйте свою любовь к людям. Дарите ее бескорыстно, не ожидая ничего взамен. А если любовь в вашем сердце еще не родилась, просто поступайте так, как поступил бы любящий человек. Любовь придет следом.

Уильям Пенн[30] сказал: «Я знаю, что у меня не будет двух жизней. И если я могу сделать что-то для ближнего прямо сейчас, почему я должен откладывать это на завтра?»

Одобряйте людей. Поддерживайте их в непростой ситуации. Говорите им, как вы их любите.

Однажды некий человек повстречал мудреца, который широко улыбнулся, идя ему навстречу.

– Почему ты улыбнулся мне, отец? – спросил человек. – Ведь ты меня совсем не знаешь.

– Я стар и видел много смертей, – последовал ответ. – Поэтому каждый раз, когда я встречаю живого человека, сердце мое наполняется радостью.

Никто не знает, когда придет его смерть. Даруйте любовь,

---

[30] Уильям Пенн (1644–1718) – один из основателей США как государства и его первой столицы, Филадельфии; один из первых защитников демократии и свободы вероисповедания. – *Прим. ред.*

пока вы еще живы. И пока живы те, кому вы можете ее преподнести.

Это залог вашего счастья и ваша главная человеческая обязанность. Человек живет затем, чтобы приносить другим радость. Просто начните дарить ее, и вы будете удивлены тем, как мало нужно человеку для счастья.

Просто пошлите открытку старому другу и напишите, как он дорог вам и как вы его цените. Поблагодарите кого-то за оказанную вам услугу, пусть даже совсем незначительную. Предложите помощь тому, кто не смеет о ней попросить. Интересуйтесь другими людьми. Сочувствуйте им. Радуйтесь вместе с ними.

Постарайтесь дарить любовь каждый день, который вам отпущен.

И тогда, на закате своей жизни, вы сможете сказать: «Я ни дня не жил без любви».

Магнат осторожно порылся в сундучке и извлек оттуда небольшого изящного ангелочка. Это был десятый магический талисман.

**Магическая заповедь миллиардера № 10**
**Рай – внутри, а не снаружи.**

Всем вам известна библейская истина: «Царствие Божие внутри вас».

Бессмертные мистики, философы и пророки знали: Рай –

это не точка на географической карте, а состояние души. Не нужно ехать в Тибет или Гималаи, чтобы достичь нирваны. Не нужно уединяться на острове посреди океана, чтобы почувствовать тишину и душевный покой.

Для того чтобы попасть в Рай, нужно очистить свои мысли и наполнить свое сердце любовью. И тогда шумный мегаполис станет вашей Шамбалой, а душный офис – вашей Шангри-Ла.

«Возлюби ближнего, как самого себя» – значит, что в основе всего лежит ваша любовь к себе. Вы должны быть в ладу с собой, слушать свой внутренний голос и следовать своей мечте – даже если весь остальной мир объявит вас безумцем. Вы должны отвергнуть все сомнения и страхи, признать свое собственное величие и делать все, чтобы быть достойным его.

Когда вы отпустите ложные убеждения, которые навязал вам мир, ваша реальность станет иной. Ваши прошлые раны затянутся, боль уйдет, и вы откроетесь для Вселенской Любви. Вы увидите мир таким, какой он есть на самом деле.

Вы поймете, что ваша жизнь всегда была такой, какой и должна была быть. Все, что случалось с вами – будь то трагические события или нелепые ошибки, – было для того, чтобы вы не сбились с пути. Примите этот опыт с благодарностью – он был дан вам во благо. Сбросьте оковы прошлого, отсеките все лишнее, оставив лишь настоящий момент – и вы уже в Раю, здесь и сейчас.

Очищая свое сердце, развивая мышление, заботясь о своем здоровье и поддерживая настроение, вы станете по-другому ощущать жизнь. Чем к большему совершенству вы будете стремиться, чем больше времени и сил отдадите на укрепление своего духа, тем полнее будет раскрываться ваше истинное «Я». И когда вы достигнете гармонии с собой, ничто на свете не сможет заставить замолчать голос вашей души, который будет вести вас к вершинам.

Одиннадцатый талисман стал настоящим шоком для супругов. Когда миллиардер достал его из сундука, Бизнес-леди вскрикнула и схватила мужа за руку.

Это был крошечный гроб.

– Если вы действительно хотите познать магию жизни, задумайтесь об этом, – сказал миллиардер и протянул Художнику последний свиток. В отличие от предыдущих, он был исписан красными чернилами.

**Магическая заповедь миллиардера № 11**
**Завтрашний день – это милость, а не право**

Не откладывайте жизнь. Не откладывайте любимое дело. Не откладывайте вожделенный отдых. Вы не знаете, что будет с вами завтра.

Даже самый «неисправимый» оптимист знает: жизнь быстротечна, и конец ее может быть неожиданным. Может случиться все, что угодно. Несчастье. Болезнь. Катастро-

фа. Смерть. Встречая очередной рассвет, подумайте о том, сколько людей уже никогда не проснутся.

Практически в каждом человеке присутствует неосознанная уверенность в том, что он будет жить вечно, что болезнь и смерть – это нечто такое, что случается с другими, но никогда не произойдет с ним самим. Такова человеческая природа.

Но мудрецы знают: наша жизнь – это мгновенная вспышка перед лицом вечной Вселенной. Новорожденный, появившийся на свет всего секунду назад, уже носит в себе свою смертность.

Смерть – часть нашего существа.

Вооружитесь этим прозрением. Соединитесь с ним. Признайте его с мужеством и благодарностью.

Каждый день приближает вас к вашему концу. Поэтому не теряйте времени. Не откладывайте то, что доставляет вам радость. Не тратьте драгоценные минуты на то, чтобы соответствовать чужому мнению или следовать чужим целям.

Самое печальное на свете то, что миллионы людей откладывают свою волшебную, прекрасную, радостную жизнь до тех пор, пока не поймут, что слишком поздно.

Жизнь – это роскошное приключение, которое досталось вам по случайно выигранному билету. Вы могли бы никогда не родиться. Но раз уж вы здесь – сделайте все, чтобы насладиться этим путешествием сполна.

Как и в любом путешествии, на жизненном пути вас под-

жидают опасности и драмы. Вы не раз будете терпеть неудачу и оплакивать любимых. Но будут в вашей истории и триумфы, и периоды долгого процветания. Живите так, чтобы, когда вы умрете, кто-то мудрый сказал: «Это была блестящая жизнь!»

Итак, держите фокус своего внимания на быстротечности жизни. Откажитесь от слов «когда» и «если бы». Они – враги вашего счастья.

Многие люди говорят: «Когда у меня будет больше времени…», или «Если бы у меня было больше денег…». Все это оправдания, порожденные страхом перед жизнью.

Не откладывайте свое счастье до тех пор, пока у вас не будет больше времени, пока вы не получите повышение по службе или пока ваш банковский счет не начнет приносить удовлетворение. Жестокая истина такова: если вы боитесь жить, у вас никогда не будет достаточно ни времени, ни денег, ни любых других условий, чтобы начать делать то, что вам действительно доставляет радость.

Завтра – это обещание, а не факт.

И, когда вы открываете глаза, чтобы встретить восход, первым делом поблагодарите Творца за еще один подаренный вам день. Пообещайте Ему, что сегодня вы будете рисковать и исследовать, любить и творить. Проведите этот день так, словно он – последний. Ведь очень может статься, что так оно и есть.

Наслаждайтесь каждым утром и цените каждый день на

Земле. Берите на себя смелые риски (не забывая подкреплять их здравым смыслом). Стройте свою жизнь так, как будто завтрашнего дня может и не быть.

Пусть это станет вашим жизненным кредо.

И, когда настанет время умирать, ваша жизнь будет великим доказательством того, что внутри каждого человека живет Легенда.

Ни слова ни говоря, миллиардер обнял Бизнес-леди, пожал руку Художнику и, вскочив на свой горный велосипед, исчез среди виноградников.

Миллиардер обнял своих учеников.

– Я люблю вас – вы знаете, – прошептал он. – И я действительно буду скучать по вам обоим, – он исчез среди виноградников, оставив на холме свой новенький велосипед.

# Глава 17
# Тайный клуб «Пяти Утра». От Ученика – к Легенде

*Будь главным героем своей жизни. Иначе зачем она нужна?*
***Дж. М. Кутзее***

Они встретились на вертолетной площадке в Кейптауне, столице Южной Африки. Отсюда прекрасно просматривалась набережная, по которой неспешно прогуливались туристы, а яхтсмены, готовясь к выходу в море, пополняли свои запасы воды и топлива.

Стройная брюнетка в строгих очках проследила за тем, чтобы миллиардер, Бизнес-леди и Художник поочередно подписали документ, в котором говорилось, что компания не несет за их жизнь никакой ответственности. Затем она сделала пометки в контрольном списке и провела краткий инструктаж по технике безопасности. Он был обязателен для всех, кто отправлялся на Роббен.

Это был небольшой остров посреди океана. Туристы бывали на нем нечасто, что неудивительно: этот бесплодный и мрачный кусок земли славился не самыми приятными достопримечательностями. Именно там находилась тюрьма, где Нельсон Мандела провел в одиночной камере восемнадцать

долгих лет. Это была одна из самых ужасных тюрем в Южной Африке, и редко кто возвращался оттуда живым. За время своего заключения Мандела подвергся самым немыслимым издевательствам и нападениям, но ему не только удалось остаться в живых. И ему удалось нечто большее – остаться человеком.

В своей речи о Махатме Ганди Эйнштейн сказал: «Грядущие поколения вряд ли поверят, что такой человек когда-либо ходил по земле во плоти и крови». Эти слова со всей справедливостью можно отнести и к Нельсону Манделе.

– Весьма сожалею, сэр, но вам придется снять ваш головной убор, когда вы ступите на вертолетную площадку – сказала брюнетка, указывая на черную бейсболку миллиардера, на которой было написано: «Быть лидером – значит, служить другим».

– Кажется, я ей нравлюсь, – весело шепнул магнат Художнику. – Смотрите, как блестят ее глаза!

Их проводили к вертолету, у которого стояли два старых стола, окрашенных в хаки. Миллиардер снял кепку и положил на стол. Порыв ветра тут же унес ее в неизвестном направлении.

Миллиардер казался немного взволнованным. Он никогда раньше не был на острове Роббен, но много читал о том, что происходило там во времена апартеида. То, что он узнал, не укладывалось в его голове: как могли люди так обращаться с другими людьми – только из-за того, что у тех другой цвет

кожи?

Из вертолета вылез молодой человек в камуфляжном костюме и попросил пассажиров занять свои места. Это был армейский вертолет бутылочного цвета с типичной для военных геликоптеров двухвинтовой системой. Пилот уже сидел в кабине и с помощью ручного переключателя настраивал курс.

Молодой человек помог пассажирам разместиться и надел на голову каждого из гостей летный шлем с наушниками и микрофоном.

– Доброе утро! – приветливо сказал Райли пилоту. Машина загудела, винты заработали, и вертолет начал медленно подниматься в воздух.

– Не самое дружелюбное приветствие, – пробормотал миллиардер, когда пилот не ответил.

– Пассажиры, внимание! – вдруг раздался в наушниках металлический голос. – Обычно полет занимает около пяти минут. Но сегодня сильный боковой ветер, поэтому прошу вас не волноваться, если мы будем лететь несколько дольше.

Миллиардер, Художник и Бизнес-леди молча вглядывались в океанскую даль, где темнела крохотная точка – зловещий остров Роббен.

Небольшая площадка, где приземлился вертолет, была почти незаметна среди густых деревьев. Когда трое спутников покинули борт, случилось нечто, заставившее удивиться даже строгого пилота, который за весь полет так и не произ-

нес ни слова.

Через площадку, как вихрь, пронеслись семь африканских антилоп-прыгунов. В этот же миг над островом вспыхнула яркая двойная радуга – явление, крайне редкое в этих безрадостных местах.

– Чудеса продолжаются! – воскликнул Художник, обнимая жену.

– Это потому, что вы открыли для себя мир магии, – ответил с улыбкой миллиардер. – Но позвольте напомнить вам, друзья мои, что в этом волшебном месте были разрушены многие великие судьбы. Все это наполняет меня глубокой печалью.

Пилот, получив какое-то распоряжение по рации, вернулся в вертолет. Трое друзей стояли посреди единственного асфальтированного пятачка и ждали, сами не зная чего. Вдали, на дороге, показалось облачко пыли – кто-то уже ехал их встречать.

На огромной скорости к ним подлетел старый армейский пикап. Из него выскочил высокий военный в камуфляжной униформе.

– Вы должны немедленно покинуть остров, – вместо приветствия сказал он тоном, не терпящим возражений. – Прошу вас занять свои места в вертолете. Пилот уже получил соответствующие распоряжения.

– Но мы только что прибыли. Почему мы должны сразу же улетать? – спокойно спросил Райли.

– Из-за штормового предупреждения остров закрыт для публики, – с раздражением ответил охранник. – В ближайшие три дня ни одно судно не сможет пристать к острову. Воздушный путь тоже будет закрыт.

Человек в камуфляже выглядел очень обеспокоенным. Визит миллиардера и его друзей стал для него неожиданностью. Во всяком случае, было ясно, что он не намерен пускать их дальше вертолетной площадки.

Тут из вертолета вышел пилот. Твердой походкой он подошел к ним и уверенно сказал:

– Я только что получил сводку о погодных условиях. В ближайшие часы ветер стихнет, и остров снова будет открыт. Так что погода – не причина для беспокойства.

Райли, Художник и Бизнес-леди смотрели на него с нескрываемым удивлением. Лица его не было видно под летным шлемом и очками, закрывавшими половину лица, но странная походка и выбившаяся из-под шлема седая прядь, указывали на то, что вопреки представлениям путешественников, пилот был совсем не молод.

– Вы должны разрешить нам посещение, – спокойно и четко сказал он. – Эти люди проделали долгий путь, чтобы побывать в камере, где был заключен мистер Мандела. Они должны увидеть своими глазами известняковый карьер, где этот великий человек своими руками вырубал камни и практически потерял зрение. Ваши гости намерены осмотреть тюремный двор, где будущий нобелевский лауреат обмени-

вался тайными посланиями со своими единомышленниками, сидевшими в соседнем блоке. Эти трое должны увидеть первый рукописный экземпляр знаменитой книги «Долгий путь к свободе», прикоснуться к ее покрытым грязью страницам. И хотя бы на миг почувствовать ту боль, которую мистер Мандела был вынужден терпеть каждую минуту в течение долгих восемнадцати лет. А еще они должны понять, как после стольких страданий Нельсону Манделе удалось простить своих угнетателей.

Человек в камуфляже был просто потрясен этой речью. Он не знал, что ответить. На лице его отразилось сомнение.

– Одним словом, эти люди должны проникнуться тем героизмом и величием, которым обладал Нельсон Мандела, – заключил пилот. – Я все правильно сказал, как ты думаешь, Стоун?

Он повернулся к миллиардеру и медленно снял шлем, затем очки. Раздался дружный вздох удивления. Перед ними стоял Заклинатель.

* * *

На первый взгляд могло показаться, что тюрьма на самом деле была не так ужасна, как ее описывали. Но спустя несколько минут пребывания в тюремных коридорах гости почувствовали липкий, удушающий страх. Синеватые лампы дневного света делали пространство стерильным и мерт-

вым. Планировка камер, не позволяющая заключенным общаться друг с другом, говорила о беспощадности того, кто создал это страшное место. Здесь было невозможно улыбаться. Давящее чувство безысходности пронизывало всех, кто находился здесь хотя бы более двух минут.

Тот самый человек в камуфляже, который отказывался пускать их на остров, теперь сопровождал их лично. Он знал Заклинателя и был большим поклонником его книг. Как только старый гуру снял вертолетный шлем, отношение к гостям изменилось кардинально. Тут же был вызван комфортабельный автобус, который и доставил их к тюрьме. Специально для почетных гостей над зданием подняли национальный флаг. Начальник тюрьмы принял их у себя в кабинете и угостил свежайшим южноафриканским кофе.

Им выделили лучшего экскурсовода – бывшего политзаключенного, который знал эту тюрьму как свои пять пальцев. Это был крупный мужчина с грубым голосом, но с глубокими познаниями и безупречным манерами. Он охотно отвечал на все вопросы, которыми гости его буквально засыпали.

– Вы были знакомы с Манделой? – спросил Заклинатель.

– Я восемь лет просидел в соседней камере, – ответил экскурсовод. – Мы встречались на прогулках и общих обедах.

– Расскажите, что он был за человек? – срывающимся голосом попросил Художник. Эмоции переполняли его.

– О, – с мягкой улыбкой сказал проводник, – это был человек, готовый служить людям до последнего вздоха.

– А как проявлялись в заключении его лидерские качества? – поинтересовалась Бизнес-леди.

– Он всегда держался спокойно и величественно, – ответил экскурсовод. – Сам его вид придавал уверенности каждому, кто с ним общался. Каждый раз, здороваясь с кем-либо из заключенных на прогулке, он непременно спрашивал: «Чему ты сегодня научился, друг?» Он настаивал на том, чтобы даже здесь, в тюрьме, люди развивались и росли. Он построил целую систему образования! Благодаря ему заключенные делились друг с другом знаниями. Это объединяло их и помогало выжить в нечеловеческих условиях тюрьмы. Мандела прекрасно понимал, как важно учиться и помогать друг другу.

– Но откуда он брал силы? – спросил миллиардер. – Ведь он целыми днями работал в известняковом карьере, терпя унижения от надсмотрщиков. Я слышал, через пару лет заключения его вывели на задний двор, приказали выкопать могилу и лечь в нее. Трудно представить, что он чувствовал там, на дне этой страшной ямы. Должно быть, он думал, что это конец.

– Возможно, – сказал проводник. – Но вместо этого надсмотрщики встали вокруг ямы, расстегнули штаны и помочились на него.

– Наверное, у каждого из нас есть свой собственный остров Роббен, где мы находимся в заточении, – задумчиво произнес миллиардер. – Конечно, редко кому довелось испытать

то, через что прошел Мандела. Но жить – значит страдать и чувствовать боль. У всех свои трагедии.

– Я читал, что сам Мандела больше всего страдал, когда ему не позволили проститься с сыном, погибшим в автомобильной катастрофе, – сказал Художник. – Душевная боль была так велика, что затмила физические страдания.

Они вышли во внутренний двор и направились к серому каменному зданию. Экскурсовод указал на четвертое окно справа.

– Это камера Манделы. Сейчас мы пойдем туда.

Чтобы вчетвером поместиться в маленькой узкой комнатке, им пришлось стоять плечом к плечу. Кровати не было, да и места для нее – тоже. В углу стоял единственный предмет мебели: небольшая деревянная коробка, которую Мандела, стоя на коленях, использовал в качестве письменного стола. Рядом лежало свернутое шерстяное одеяло. Оно служило великому заключенному и подстилкой, и покрывалом одновременно.

– Несмотря на южные широты, зимы в Южной Африке суровые, – сообщил проводник. – Но заключенных здесь заставляли круглый год ходить в шортах. Кроме того, вода была только холодной. Представьте, каково это: принимать холодный душ при низкой температуре, да еще в столь пожилом возрасте!

– А чем вас кормили тогда? – спросила Бизнес-леди.

– Едой это трудно назвать, – ответил экскурсовод. – Нечто

среднее между помоями и кормом для животных. Манделу, как особо опасного преступника, кормили хуже всех. По той же причине он очень редко получал письма от семьи – не потому, что жена и дети редко писали, а потому что письма просто не доставляли. А те оставшиеся, что доходили, подвергались жесточайшей цензуре.

– Это какая-то обувная коробка, а не камера, – нахмурившись, произнес Художник.

– И тем не менее именно в этой «обувной коробке» вырос и закалился его характер. – заметил миллиардер.

– Да, – кивнул проводник. – Он сам говорил, что тюрьма сделала для него то же, что горнило для железа. Жестокость, с которой он здесь столкнулся, заставила его обратиться к своей внутренней силе. Он понял, что выжить в этих невозможных условиях ему поможет не злоба, а любовь и доброта. Он стал одним из величайших символов прощения.

– Но ведь он в заключении провел гораздо больше, чем восемнадцать лет, – сказал Заклинатель. – Куда его направили после острова Роббен?

– Его перевели в исправительный центр Дракенстейн, что находится между селениями Паарл и Франсхук, – ответил гид. – Тогда уже его авторитет стал настолько неоспоримым, что всем было ясно: стоит Манделе выйти на свободу, как его тут же выберут президентом Южной Африки. В последний год заключения условия его содержания заметно смягчились. Он жил в доме начальника тюрьмы. А когда настал

день его освобождения, ему предложили лимузин. Но он сказал, что хочет уйти пешком. То был поистине знаменательный день, когда этот великий человек, этот гигант духа, ступил на свободную землю.

Голос экскурсовода срывался от волнения. Он вытер пот и перевел дыхание.

– Вскоре после своего освобождения Нельсон Мандела стал президентом, – продолжил он свой рассказ. – Но если вы думаете, что все его испытания на этом закончились, то глубоко ошибаетесь. Страна стояла на пороге гражданской войны. В республике было множество воюющих друг с другом партий. Интересы разных кланов сталкивались с интересами народа. Казалось, что только война может разрешить все противоречия. Но Манделе удалось объединить всех противников. Никто не понимает, как он это сделал. Я наизусть выучил слова из его знаменитой речи. С вашего позволения, я прочитаю вам этот фрагмент.

Он откашлялся и негромко, но вдохновенно заговорил:

> «Всю жизнь я посвятил борьбе за свободу африканского народа. Но я не боролся против белых. Я боролся за то, чтобы и у белых, и у черных были одинаковые права. Я лелеял идеал свободного общества – общества, где все люди имеют равные возможности и живут в гармонии друг с другом. Этот идеал помог мне выжить там, где выжить было невозможно. Но если понадобится, я готов умереть за него».

В камере воцарилась тишина. Все были потрясены глубиной и мужеством этой речи.

– Мандела был настоящим героем, – нарушил тишину Заклинатель.

– Да, – подтвердил проводник. – Знаете, что он сделал, когда стал президентом? Пригласил в гости прокурора, который требовал для него смертной казни! Вы можете в это поверить? А своих тюремщиков – тех самых, что мочились на него, когда он лежал на дне могилы, пригласил на инаугурацию!

– Вот это человек! – с тихим восхищением произнесла Бизнес-леди.

– Это великий человек! – ответил гид. – Он был настоящим лидером. Настоящим героем. Настоящей легендой. В своих воспоминаниях он писал: «Выходя за ворота тюрьмы, я знал, что, чтобы обрести настоящую свободу, мне нужно оставить всю свою горечь и ненависть за тюремными стенами».

– Он также писал, – сказал Заклинатель, – что «быть свободным – значит не просто сбросить оковы, но уважать и приумножать свободу других людей».

– И еще, – подхватил гид. – «Никто не рождается с ненавистью к человеку из-за цвета кожи, происхождения и религии. Люди учатся ненавидеть. И если они могут научиться ненавидеть, их можно научить любить, потому что любовь более естественна для человеческого сердца».

– Я читал, что даже в этой тесной камере он тренировал свое тело, – сказал миллиардер. – Он вставал около пяти утра и бегал на месте сорок минут. Затем делал двести приседаний, а потом – сто отжиманий на пальцах. Его пример вдохновил меня, и каждый раз, когда я отжимаюсь, я вспоминаю Нельсона Манделу.

– Я думаю, его главной тренировкой была тренировка души, – улыбнулся экскурсовод. – Мистер Мандела вошел в эту камеру озлобленным, агрессивным и воинственным молодым человеком. Но восемнадцать лет непрерывных страданий сделали его совсем другим. Архиепископ Десмонд Туту говорил: «Невзгоды могут либо ожесточить нас, либо облагородить». К счастью, Мадиба – таково было прозвище Нельсона в тюрьме – выбрал последнее.

– Знаете, я заметил одну любопытную вещь, – произнес Заклинатель. – Всем великим людям пришлось пройти через боль. И все они использовали эту боль как возможность для своего развития.

Затем он повернулся к супругам.

– Пока мы здесь, я хочу вам показать кое-что, – сказал он, доставая из кармана небольшой сверток. Это оказался листок бумаги, на котором была изображена схема.

– О, еще одна учебная модель! – воскликнула Бизнес-леди.

– Да, – кивнул Заклинатель. – Ваша последняя и главная шпаргалка. Здесь, в этой камере, заканчивается ваше обуче-

ние. Вы стали полноценными членами клуба «Пяти Утра». Дальше начинается ваш самостоятельный путь.

Бизнес-леди и Художник удивленно переглянулись и посмотрели на схему.

– К этим качествам должен стремиться каждый, кто мечтает изменить себя и мир вокруг, – продолжил Заклинатель, когда они внимательно изучили модель. – Мы со Стоуном недаром выбрали это место для вашего последнего урока. Здесь, в этой камере, Нельсон Мандела обрел все эти качества и стал одним из крупнейших лидеров своего времени. Без него наш мир был бы совсем другим.

Он сделал паузу, чтобы ученики смогли прочувствовать важность момента.

– Мы все призваны к лидерству. Где бы мы ни жили, чем бы ни занимались, какие бы страдания ни переносили в прошлом и что бы ни испытывали сейчас, мы можем и должны стать героями. На этом пути вы сделали самый важный шаг – приучили свое тело и сознание просыпаться в пять утра. Так продолжайте идти! Каждый день делайте все возможное, чтобы еще больше раскрыть свой потенциал, развить свои таланты, укрепить характер и поднять свой дух! Каждый из нас должен делать это и передавать миру. – Скупая слеза скатилась по его лицу. – Мы все долгое время находились в темнице всеобщих заблуждений и наших собственных пороков, но для каждого человека наступает время освобождения. И вы должны сами распахнуть двери своей темницы. Это – ваша задача и ваша ответственность! – Голос его срывался. – Помните: таланты, запертые в тюрьме правил и запретов, рано или поздно станут вашим проклятием. Свобода – удел ге-

ния. И сегодня вы должны признать свое право на эту свободу.

С этими словами он вытащил стоявший в углу деревянный ящик и поставил его в центр камеры. На него он положил листок с Кругом Достоинств. Все пятеро – Заклинатель, Стоун Райли, Бизнес-леди, Художник и экскурсовод – встали вокруг. Заклинатель велел всем взяться за руки.

– Давайте здесь, в этом святом и страшном месте, дадим обещание, что никогда не отступимся от этих принципов, – торжественно произнес Заклинатель. – Какие бы унижения нам ни пришлось терпеть, какие бы невзгоды ни обрушивались на нас, мы всегда будем помнить о том, что мы – люди. Внутри каждого из нас есть божественное начало. И мы должны жить в соответствии с ним, а не вопреки ему. Не уставайте стремиться к совершенству. Даже если вам будет казаться, что весь мир против вас, что свет никогда не победит тьму, продолжайте идти к свободе. Проявляйте любовь. Будьте милосердны. Прощайте врагов. Станьте легендой.

Он положил руки на плечи Художника и Бизнес-леди.

– Вам пора отправляться, друзья мои, – тихо произнес он, и лицо его озарилось безмятежной улыбкой.

– Куда? – удивленно спросил Художник.

– В паломничество, – последовал ответ.

– В паломничество? – изумилась Бизнес-леди.

– Именно так, – кивнул Заклинатель. – Сегодня вы отправитесь в страну под названием Наследие. Все герои мира по-

бывали там. Каждый из них оставил в этой земле частицу своей души. И вам нужно будет сделать то же самое.

– Но где находится эта земля? – непонимающе спросила Бизнес-леди.

– Здесь. – Заклинатель ударил себя в грудь. – Используйте свой утренний Час Победы для того, чтобы посетить эту страну и подумать, что вы сегодня можете принести туда в качестве дара. Это должно быть то, что останется после вас. Доброе слово. Решительный поступок. Проявление любви. Совершенный шедевр. Инновационный продукт, который облегчит жизнь миллионов людей. Словом, что-то такое, что позволит людям вспоминать о вас с благодарностью и любовью. Ваша жизнь – временна. Но то, что остается в стране Наследия, будет жить вечно.

Райли воздел руки к небу и закрыл глаза. Он что-то прошептал, по-видимому, какую-то молитву.

– Эту внутреннюю землю создали великие герои, выдающиеся первооткрыватели, удивительные гении и пламенные лидеры, – продолжил Заклинатель. – И они стали ее вечными жителями. Каждый раз, когда мы вспоминаем кого-либо из них, мы вступаем на территорию Наследия. Но эта земля может стать родиной каждого из вас. Просто каждый день стремитесь сделать этот мир ярче, гуманнее и гармоничнее.

– Не пропускайте ни дня, – добавил миллиардер. – Не оправдывайтесь ленью, плохим самочувствием или неблагоприятными обстоятельствами. Каждый новый день – это ваш

последний шанс. Потому что никто из нас не знает, сколько еще их нам отпущено.

– Итак, – прогремел Заклинатель, – дайте же мне обещание, что отныне будете жить только возвышенной, творческой, продуктивной и честной жизнью – до своего последнего вздоха. Перестаньте откладывать. Не зарывайте свои таланты. Раскройте природную силу. И гоните прочь все страхи, тревоги, зависть и разочарования. Настало время расправить крылья и присоединиться к сонму легенд.

– Вести – значит вдохновлять, – вступил миллиардер. – Вести – значит пройти через огонь самых трудных испытаний. Это значит претерпеть страдания и боль и простить всех обидчиков. Но это значит еще и то, что вы должны выставить непобедимую армию своего мастерства, таланта и личных качеств против посредственности этого мира. Величие принадлежит вам по праву рождения. Никто на свете не может отобрать его у вас. Когда вам будет казаться, что кто-то лишает вас свободы, – вспомните этот день. Как вы стояли в узкой и тесной камере с каменным полом, где был выкован один из самых свободных характеров во Вселенной. Вести за собой – значит превращать свои поражения в победы, а каждое разбитое сердце – в героический дух. Лидер – это воин света. Принимаете ли вы этот вызов? Готовы ли вы с этого момента делать все возможное, чтобы стать истинным лидером?

– Да! – хором воскликнули Бизнес-леди и Художник.

# Пять лет спустя
# Эпилог

Стоун Райли умер спустя несколько месяцев после того памятного дня на острове Роббен. Он мирно скончался во сне, в присутствии Заклинателя. Свои последние дни он провел в Риме – городе, который подарил ему любовь всей его жизни. Миллиардер много лет страдал редкой и неизлечимой болезнью. И единственным, кто об этом знал, был Заклинатель.

В тот момент, когда сердце Райли остановилось, в небе над Вечным городом показалась огромная стая белых голубей и засияла двойная радуга. Прохожие с удивлением смотрели в небо: ничего подобного здесь никогда не бывало. Множество ярких бабочек всех цветов и размеров пролетели по улицам города в этот день.

Незадолго до смерти эксцентричный магнат продал свой обширный бизнес, а полученные деньги отдал на благотворительность. Свою виллу на берегу Индийского океана он подарил Бизнес-леди и Художнику. Они были влюблены в Маврикий с первого взгляда, и миллиардер решил, что лучше них никто не позаботится о доме и великолепном саде с экзотическими цветами.

Но читателю, наверное, не терпится узнать, что случилось с этой счастливой парой после их необыкновенного приклю-

чения? Что ж, я удовлетворю ваше любопытство.

Бизнес-леди стала одной из самых богатых женщин планеты. За пять лет она вывела свою компанию в лидеры отрасли. Ежегодно ее предприятие выпускало на рынок несколько инновационных продуктов, с которыми не могли соперничать конкурирующие фирмы. Теперь она находилась на таком уровне, что никто на свете не смог бы помешать ее росту и процветанию.

Молодая женщина отпустила демонов своего прошлого. Мысли о самоубийстве больше никогда не посещали ее. Она глубоко полюбила жизнь во всех ее проявлениях. Она стала счастливой женой и матерью. У них с Художником растет очаровательный сын, которого они назвали Стоуном – в честь мистера Райли, подарившего им новую жизнь. Благодаря методу Пяти утра Бизнес-леди хватает времени и на то, чтобы заниматься благотворительностью. Она открыла приют для бездомных и каждый вторник лично инспектирует его.

Художник стал одним из самых прославленных живописцев своего времени. Художественные галереи ведут борьбу за то, чтобы приобрести любое из его полотен. Он полностью преодолел прокрастинацию и творческий кризис. Теперь ничто не способно ограничить полет его фантазии. Он ведет здоровый образ жизни и дважды в неделю берет уроки йодля.

Бизнес-леди и Художник остаются преданными членами

тайного клуба «Пяти Утра». Каждое утро они встают до рассвета и практикуют формулу «20/20/20». Свои дни они проводят в полном соответствии с тем распорядком, которому научил их Стоун Райли. Теперь они и сами стали наставниками, сдержав обещание, данное своему учителю, нести в мир знание о ценности подъемов в пять утра.

Что касается Заклинателя, то он жив, здоров и чувствует себя отменно. Во многих отношениях он стал даже сильнее, чем когда-либо прежде. Живет он в Токио, но он по-прежнему проводит большую часть времени в разъездах, выступая на конференциях во всех уголках света.

И да, он все так же страстно любит рыбалку.

# Каким будет шаг героя?

Ну вот и завершена наша история о двух членах тайного клуба «Пяти Утра».

Но ваш собственный путь, дорогой читатель, только начинается. Если вы хотите присоединиться к членам этого удивительного клуба, то можете сделать это уже завтра. Встаньте в пять утра и начните практиковать формулу «20/20/20».

А чтобы вам было легче входить в новый режим, Робин Шарма создал специальные вспомогательные инструменты, которые доступны для вас абсолютно бесплатно.

## Приложение «Установщик привычек»

Замечательное приложение для вашего телефона, которое поможет вам следить за ежедневным прогрессом в течение шестидесяти шести дней и доведет вашу привычку вставать с рассветом до автоматизма.

Приложение содержит набор плейлистов с музыкой для физической активности, интеллектуальных занятий и медитаций.

Кроме того, вы получите доступ к различным шаблонам планировщика задач, куда вы сможете вписывать то, что предстоит выполнить в течение дня, недели и месяца.

Это приложение служит также и мессенджером. Вы смо-

жете общаться с другими членами мирового клуба «Пяти Утра», получать от них поддержку, вдохновение и помощь.

## Видеокурс «The 5 AM Club Challenge»

Видеокурс рассчитан на два месяца уроков, содержащих чрезвычайно полезную и практичную информацию, наставления и мотивацию, которые вам будет давать сам Робин Шарма. Эти уроки вы можете смотреть по утрам, в рамках формулы «20/20/20», чтобы вдохновляться примером самого известного коуч-тренера по личностному росту.

## Сборник медитаций «Вдохновение Пяти Утра»

Чтобы помочь вам начать свой день в спокойствии, безмятежности и радости, Робин Шарма создал для вас серию вдохновляющих медитаций. Каждое утро, следуя его наставлениям, вы сможете очищать свое мышление, укреплять дух и наполнять душу гармонией.

## Секретная глава

В творческом порыве раннего утра автор написал альтернативную (и самую неожиданную) последнюю главу этой книги. Она интригующа, очаровательна и драматична.

Полный доступ ко всем этим бесплатным ресурсам (на английском языке) открыт вам по адресу:

**robinsharma.com/The5AMClub**

# К читателю

Мои дорогие читатели, от всего сердца благодарю вас за внимание к моему скромному труду. Интерес к нему говорит о том, что вы, как и герои этой книги, стремитесь к совершенству во всех областях своей жизни.

Вы когда-нибудь замечали, что все самые успешные, гармоничные и счастливые люди обладают одним общим качеством? А именно: они читают книги, которые вдохновляют их на свершения.

Книги доступны всем. Независимо от того, находитесь ли вы на вершине или только начинаете свой подъем, вы должны читать их (если, конечно, хотите присоединиться к членам тайного клуба «Пяти Утра»).

Учитесь. Лучшее вложение времени – это самообразование и личностный рост.

Надеюсь, что эта книга вдохновила вас на свершения. И, чтобы поддержать вас на пути к вашей мечте, рекомендую прочитать и остальные мои книги.

Они написаны для вас.

С любовью и благодарностью,

# Книги Робина Шармы

Монах, который продал свой «феррари». Притча об исполнении желаний и поиске своего предназначения

Уроки семейной мудрости от монаха, который продал свой «феррари»

Книга успеха от монаха, который продал свой «феррари»

101 совет по достижению успеха от монаха, который продал свой «феррари». Я – Лучший!

Кто заплачет, когда ты умрешь? Уроки жизни от монаха, который продал свой «феррари»

100 + 1 идея для раскрытия вашего потенциала от монаха, который продал свой «феррари». Ключ к сверхвозможностям!

8 ритуалов успеха в жизни и бизнесе от монаха, который продал свой «феррари». Как побеждать

Лидер без титула. Современная притча о настоящем успехе в жизни и в бизнесе

9 тайных посланий от монаха, который продал свой «феррари»

Открой свое предназначение с монахом, который продал свой «феррари»

Маленькая черная книга для ошеломляющего успеха

Святой, Серфингист и Директор

Вдохновение на каждый день

СуперЖизнь! 30-дневное путешествие к настоящей жизни

# Об авторе

Робин Шарма – писатель, гуманист, трансформационный коуч, бизнес-тренер и консультант. На свои деньги он основал благотворительный фонд, помогающий детям из малоимущих семей.

Признан во всем мире как один из ведущих мировых экспертов в области лидерства. Его услугами пользуются более ста ведущих компаний, среди которых NASA, Microsoft, NIKE, GE, FedEx, HP, Starbucks, Oracle, Йельский университет, IBM Watson и другие.

Робин Шарма постоянно выступает на крупнейших бизнес-конференциях, лично консультирует олимпийских чемпионов, лидеров промышленности и членов королевских семей.

Вы тоже можете побывать на живом выступлении Робина Шармы. Расписание его лекций можно посмотреть по адресу robinsharma.com/speaking.

Его книги стали бестселлерами во всем мире. Они переведены на 92 языка и разошлись миллионными тиражами. Робин Шарма признан самым читаемым автором во всем мире.