ЕГОР ГОРД

#ВЗРЫВ МЫШЛЕНИЯ

О.С.К.О.Л.К.И

ОСКОЛКИ-БЛОГ.РФ

Звезда соцсети

Егор Горд

Взрыв мышления

«Издательство АСТ»
2019

УДК 159.9
ББК 88

Горд Е.

Взрыв мышления / Е. Горд — «Издательство АСТ», 2019 — (Звезда соцсети)

ISBN 978-5-17-114546-0

Ты живешь своей обычной жизнью. У тебя все складывается ровно так, как хочет того твоя судьба, окружающие тебя люди, но не так, как хочешь ты. Кого ты хочешь обмануть своей резиновой улыбкой? Я же знаю, что в погребе твоей души в пыли задыхается твоя сильная личность, твой персональный сильный зверь, которого ты боишься вытащить наружу. Эта книга – твой будильник. Ты откроешь глаза и поймешь, что так жить больше нельзя. Что лгать самому себе уже невыносимо. Что ты хочешь все поменять. Ты будешь идти дальше по своей размеренной жизни, перешагивая неврозы, неудачи, вечные проблемы, скуку своего существования. А в твоих ушах в это время будет звучать трель моего будильника, от которого ты не сможешь избавиться, не начав менять свое существование. Автор этой книги поставит стул в твоей голове, сядет на него и будет все время с тобой. Эта книга является теплыми заботливыми руками, которые разбудят тебя от крепкого сна жизни. Только эти руки не будут тебя гладить…

УДК 159.9
ББК 88

ISBN 978-5-17-114546-0

© Горд Е., 2019
© Издательство АСТ, 2019

Содержание

Предисловие 6
Глава 1 8
Мышление 8
Границы своих возможностей 14
Твое личное безумие 17
Глава 2 20
Параноик 20
Кто я? Ангел или демон? 23
Конец ознакомительного фрагмента. 25

Егор Горд
Взрыв мышления

© Горд Е.
© ООО «Издательство АСТ»

* * *

Привет. Проходи. Раздевайся. Эй, да не полностью! Садись. Или ложись. Ты же не будешь читать меня на ходу?

Как у тебя дела, все о'кей? Я рад за тебя. Располагайся поудобнее – ты на моей территории. Кстати, я Горд. А ты кто?

Ты у меня в гостях. Я тебя пустил к себе, потому что хочу кое-что рассказать. Но тебе придется уйти, никто тут не останется, и ты тоже. Но я не отпущу тебя с пустыми руками. Ну так что? Начнем?

Предисловие

Как быть, когда у тебя ограниченное мышление, когда тебя годами загружали неэффективными знаниями, ненужной информацией, когда тебя убеждали делать так – как выгодно другим, а не иначе – как выгодно тебе? Когда своим примером люди, окружающие нас, делали нас слабее… Когда фильмы внушали страх. Когда новости внушали страх. Когда люди внушали страх. Когда сомнения стали образом жизни…

Когда мозг прекратил свою мыслительную деятельность и просто включился в режим автозагрузки, и эта чуждая программа начала заставлять тело испытывать какие-то эмоции и мысли и провоцировать на бессмысленные действия.

Когда пролетает время так быстро, что ты его буквально не замечаешь. И лишь в какой-то момент, двигаясь от одного часа к другому, ты понимаешь, что тебя здесь не было, ты был где-то, ты витал в мыслях, в серых и угрюмых облаках, не замечая прекрасного настоящего…

Что делать, если ты тужишься, пытаясь как-то иначе увидеть этот суровый и надменный мир, но у тебя ничего не выходит? Почему все говорят лживыми ртами, что этот мир прекрасен, но ты отчетливо видишь, что это не так?

Как оставаться наедине с собой, укрываться с головой, смотреть ежедневно в зеркало, зная, что ты сдался?

Как принять свой проигрыш, понимая, что ты и не боролся, а просто опустил руки от осознания, что не способен на большее?

Как быть, если ты понимаешь, отчетливо понимаешь, что что-то свыше сильнее тебя. Что судьба распоряжается твоей жизнью так, как хочет она… А не ты!

Как спокойно ложиться спать, как любить и творить и быть достойным человеком, когда твой мозг работает на свой жалкий минимум? Как верить себе, когда ты и есть сам жалкий посредственный минимум? Как принять этот факт достойно, сражаться, а не привычно махнуть рукой…

Иногда хочется закрыть уши руками, чтобы эти вопросы заткнулись, исчезли, испарились из головы навсегда.

В школе я не мог решить простую задачу и зависал на ней, пытаясь искать ответы в учебнике. Когда мне объясняли что-то запутанное и логическое, то я не мог понять, о чем речь, так как не понимал сути…

Иногда, когда я читал книги, то ловил себя на мысли, что не понимаю, о чем там пишут. Я не понимал сложных слов, понятий и завидовал тем, кто мог выражаться сложными словами и более того! Сам понимал, о чем говорил! Профессора были для меня Богами Мозга. Они могли сказать что-то такое запутанное, что-то неподвластное моему уму. И я считал, что **умный** человек должен понимать сложные вещи. Говорить сложные вещи и мыслить сложными вещами. И быть **сложным** человеком.

> Как спокойно ложиться спать, как любить и творить и быть достойным человеком, когда твой мозг работает на свой жалкий минимум? Как верить себе, когда ты и есть сам жалкий посредственный минимум? Как принять этот факт достойно, сражаться, **а не привычно махнуть рукой…**

У меня не получалось куда-то собраться, я всегда что-то забывал и был рассеянным. Я мог уйти из дома, забыв запереть дверь на замок, оставив на плите готовиться еду. Я несколько раз подвергал свою жизнь опасности – по своей глупости. Никто не называл меня глупым, и я сам старался о себе не думать так.

И в итоге я пришел к тому, что мой мозг ослаб, что он атрофировался. Все люди (за некоторыми исключениями) рождаются сильными, но не развивают свой мозг, и он начинает слабеть, как нога в гипсе, которая несколько недель даже не шелохнулась.

Представь, что тебе нужно пролежать на диване год. Круто! Ты берешь пульт от телевизора и изрядную порцию попкорна, и жизнь кажется прекрасной. Особенно если попкорн сладкий! Следующий день ты смотришь программы, читаешь книги и спишь. Ты хорошенько высыпаешься и иногда мечтаешь о чем-то возвышенном. Тебе платят за это, чтобы ты лежал и ничего не делал. И даже не спускал свои ноги на пол.

Через несколько дней ты захочешь встать и пройтись, так как твое тело начнет затекать без движений. Через месяц лежание на диване станет чем-то невыносимым. У тебя испортится настроение, раздражение будет доминировать, а тело заплывать лишним жиром.

Еще через месяц ты захочешь удавиться подушкой от тоски и бессмысленности своего прозябания. Ты понемногу начнешь сходить с ума. А потом привыкнешь и станешь диванным приложением. Ты смиришься и опустишь лапки. И даже найдешь несколько плюсов в этом лежании.

Если пролежишь год на диване, то вероятно не сможешь встать, так как мышцы станут для этого слишком дряблыми. Ты рухнешь на пол и почувствуешь себя кожаным мешком с костями и внутренними органами. Думаешь, с мозгом не так? Да твой мозг давно почивает на лаврах, ибо ему не нужно думать, где добыть еду, где переночевать в проливной дождь или в снежную бурю, ему не нужно тратить много ресурсов, чтобы тело могло спариться с партнером, и вряд его ли покусает стая голодных гиен. Твой мозг вальяжно развалился в черепной коробке, решая мелкие задачи в комфортабельных условиях. По сути, он уже не первый год лежит практически неподвижно в голове. И наверняка ему грустно от того, что он опустил лапки и не может их поднять.

Так мой мозг жил несколько лет. С самого детства он жевал детскую подушку.

Можно подумать, что я сейчас жалуюсь, но иди-ка ты к черту.

Мой мозг на данный момент зарабатывает больше, чем зарабатывают сотни учителей и профессоров. Мой мозг меняет судьбы тысяч людей. Меня цитируют и воруют мои идеи другие люди, выдавая за свои. Мои мысли стоят очень дорого.

Можно подумать, что я хвастаюсь, но иди ты вновь к черту!

Я лишь делаю то, что я делаю лучше остальных. Я вдохновляю так, что люди меняются. И мне наплевать, хочешь ты этого или нет. Эта книга является теплыми заботливыми руками, которые тебя будят, в то время как всю жизнь ты крепко спал, пуская слюни в своей сонной неге под названием жизнь.

Я научу тебя использовать свой орган, и самое важное – разбужу. Сниму атрофию, чтобы ты мог встать и, хромая, пойти туда, где сам хочешь быть… А может, даже и ползти.

Для начала найдем осколки твой сущности, которые я буду сейчас собирать. Ты мой паззл, и моя задача тебя собрать. Давай-ка посмотрим, какие части у тебя есть…

Тебе не скучно со мной? Я рад, что ты сейчас со мной, и мы с тобой мирно беседуем. У меня пересохло горло. Я сейчас выпью чистой воды и продолжу…

Глава 1
Комфортное существование гребаной единицы

Мышление

Ты не исключение из правил. Ты есть собственное правило…

Итак, наше мышление, как всё в нашем теле, может болеть, прозябать, становится сильнее, слабее, полезнее и бесполезнее. ОНО ДЕЛАЕТ БОГАЧЕ, беднее, счастливее или несчастнее. Все, что тебя окружает – производное от твоего мышления.

Все, что ты сейчас чувствуешь – производное от твоих мыслей. Все, что о тебе думают другие люди – это производное твоего мыслительного потока.

Все, что ты сейчас чувствуешь – производное от твоих мыслей. Все, что о тебе думают другие люди – **это производное твоего мыслительного потока.**

Если взять среднего человека и заглянуть ему в голову, то уверяю тебя: ты помрешь со скуки. Весь его самохваленный богатый внутренний мир, весь масштаб его мышления будет отличным средством для того, чтобы побыстрее сладко уснуть. Примерно как чтение бездарной книги.

Если же взять тебя, вытащить из твоего тела и дать в течение суток понаблюдать за самим собой со стороны, то вернувшись в свое тело, ты схватишься за взъерошенную голову и что-то предпримешь.

Представь себе монитор, куда будут выводиться твои бессмысленные мысли и слова. Ты увидишь все свои движения: вскинутые вверх брови, лживую улыбку, посвященную другому человеку, который никакой улыбки не заслуживает. Или раздражение к человеку, который этого не заслужил. Или ты услышишь свой голос, который предательски дрожит, или его тон неестественно повышается и звучит не очень красиво, когда ты трясёшься над пустяками или игнорируешь действительно что-то важное в своей жизни.

Только такая картина может вызвать у человека некую перезагрузку. Это примерно то же самое, что достать легкие курильщика и показать ему их черноту от смолы.

Я буду с тобой честен и жесток. Мне бы хотелось вытащить тебя из твоей же головы, взять твою голову за затылок, подвести к кирпичной стене и разбить розовые очки. И заставить взяться за голову. Чтобы ты не хотел жить так, как ты живешь и не хотел мыслить так, как ты мыслил всегда. Чтобы осколки розовых разбитых очков больно впивались в глаза. Тебе станет скучно жить прежней жизнью после этой книги. Вернуться назад для тебя окажется полным провалом.

Моя миссия – сделать так, что если кто-то и сунется в твою голову, то уж точно не соскучится (вопрос только в том, захочешь ли ты впускать кого-то в свою в голову или нет!).

Начинаем с исходной точки. Я буду писать, какие я шаги делал. Какие делали шаги по становлению самих себя мои наиболее бездарные ученики, в итоге выросшие в успешных негодяев. Но не рекомендую повторять эти шаги. Я рекомендую вдохновиться на свои собственные, чтобы ты увидел ВОЗМОЖНОСТИ. А они, поверь мне, есть! Бойся вернуться назад. Не цепляйся за развалины. Развалины плохо держат.

Но для начала немного теории.

Смотри, что у меня есть. Это чай. Мне присылают мои ученики со всего света чай, зная, как я его люблю. Давай мы с тобой почувствуем его запах. Его вкус. И насладимся нашей с тобой беседой.

Одинокая идея в стае твоих мыслей

Однажды я бежал по трассе и по ней мчались машины. Стояла жара, а у меня, как всегда, кончилась вода после 33 км бега, и я серьезно беспокоился о том, что перестал выделять пот для охлаждения своего тела. У меня не было с собой ни денег, ни телефона, я бежал и думал. Думал о том, как мне преподнести своим читателям эту книгу про мышление. Иногда мне нужно уединяться, чтобы побыть с самим собой. Чтобы что-то хорошо обдумать или принять важное решение в моей жизни. Отвлечься! Очистить мыслительное пространство.

Я зарабатываю своим мышлением. Поэтому отношусь к нему очень серьезно! Это моя чертова курица, несущая чертовы золотые яйца.

Собравшись подумать, я набиваю свой питьевой рюкзак водой, говорю жене, что встретимся в аду, и убегаю, куда глядят глаза.

От жары плавился асфальт, и я чувствовал его мягкость сквозь тонкую подошву кроссовок. Если думать об обезвоживании, мучившем меня, то можно совершенно приуныть. Поэтому я переключился на другие мысли. Мысли об этой книге.

Мне стало казаться, что я бегу по мягкому человеческому мозгу. Что я одинокая идея, которая возникла в голове человека. Я поднял голову вверх и посмотрел на синее небо. Это череп, оберегающий мозг. А мимо проезжающие машины – это мысли. Они ездят туда-сюда. Обратно. Бездушные и безразличные железки с ничего не осознающими водителями.

И нет никому никакого дела до этой одинокой бегущей идеи. У всех мыслей свой нейронный путь, и каждой его нужно пройти. У всех протоптанные асфальтовые дорожки. И лишь я, как идея, могу выбежать на трассу и быть раздавлен грузовой мыслью. Или просто свернуть на проселочную дорогу и удалиться из человеческой головы навсегда.

Либо на меня плохо повлияла жара, либо мои мысли взбунтовались, но я начал дурачиться. Я махал проезжающим машинам, что-то кричал. Давал «пять», отдавал честь, показывал средний палец, ходил по обочине на руках, делал колесо и прочие идиотские вещи.

Движение на трассе, как мне показалось, изменилось.

Мне начали сигналить, махать в ответ, живо обсуждать меня с пассажирами. Некоторые останавливались и спрашивали, все ли со мной в порядке. Да, черт бы вас всех побрал! У меня все классно. Я просто хочу написать книгу.

Пробегая мимо автобусной остановки, я забежал в остановившийся автобус и попросил у людей воды. Я вызвал улыбку, так как был взъерошенным и возбужденным.

Я вжился в идею. Поверил в реальность мыслей-машин, которые проносятся мимо человеческих идей.

Можно было уйти в лес, сидеть там и не высовывать свой нос. Чтобы никто меня не видел и не знал. Или просто угрюмо бежать, чтобы никто на меня не обращал свое драгоценное внимание. Но я начал вести себя так, как ведет себя сто́ящая идея в голове человека. Идея, которая хочет ВЛИЯТЬ. Она начинает влиять на мысли, обращать на себя внимание, бунтовать! Мысли – это бурная река, которая все сносит на своем пути. И если есть возбудитель спокойствия, то он способен направить поток в нужное русло. Обратить на себя мысли. Которые бездушно мчат по своим нейронным дорожкам.

Например, эта книга…

Чтобы ее написать, мне нужна была идея. И я не просто должен был мирно помыслить и прийти к выводу: парень, а неплохо бы было написать книгу! В таком случае я ничего не написал бы, кроме названия. Нужно сотворить хаос в голове. Я думаю ТАКИМ образом, что

мысли создают эффект безумия, и в серых не отличимых друг от друга мыслях заводится генератор идей и инсайтов.

Я сказал себе:

– Эй, засранец! У тебя есть два пути. Либо пойти прочитать очередную тысячную бездарную книгу, либо самому написать что-то потрясающее. И первый вариант нам с тобой не подходит.

Иногда нужно уметь с собой разговаривать, и разговаривать весьма необычно, чтобы вдохновиться идеей…

Главное – поставить дерзкую задачу и быть настолько полным кретином, чтобы дойти до конца!

И все. Идея, как пиявка, начинает впиваться в мозг, от этой занозы начинают рождаться мысли. Мысли! Много мыслей! Новые мысли, замещающие старые. Да, сначала я сидел перед своим рабочим компьютером и не знал, с чего даже начать. Потом что-то написал. Понял, что мне не нравится то, о чем я пишу. Я все стер к чертовой матери. Почесал затылок. Снова писал и удалял написанное. Или оставлял, думая, что потом пригодится мой сегодняшний бред.

После этого начал ходить по комнате с желанием биться головой об стены, чтобы в голову шли нужные мысли. Я подошел к окну и посмотрел на вечерний город. Я стал думать о своей машине, о предстоящих соревнованиях, о режиме питания. Но поймал себя на мысли, что я отвлекся! Твою мать! Маленькая идея о написании этой книги начала ходить на руках в голове моих разрозненных мыслей…

Я опять начал напрягать мышление. Написал несколько абзацев, зная, что удалю их. Зная, что нужно просто писать. Зная, что в деятельности рождаются лучшие мысли и идеи. Зная, что только что-то делая, мы начинаем мыслить эффективно. Зная, что мечтать нужно по-крупному.

> Иногда нужно уметь с собой разговаривать, и разговаривать весьма необычно, **чтобы вдохновиться идеей…**

Несколько дней я буквально заставлял себя. Начал каждый час говорить жене – мне нужно написать книгу.

Дорогая, мне нужно написать книгу.

Кстати, мне же нужно книгу писать.

Эй, куда же ты, постой! Мне нужно написать книгу.

Потом я сократил интервалы до 15 минут, и она начала убегать от меня, чтобы не слушать мой бред.

Я начал думать о книге машинально. И в один день меня прорвало, я ухватил идею, о чем мне писать. Как мне писать. Какая будет основная сущность моей книги. И приступил к делу. А потом просто не давал себе останавливаться, пока мышление не поглотило меня полностью!

Какая-то старая мысль, которая уже 10 дней живет занудой в голове, замещается другой. Новой. Что написать? Как написать? Как назвать главу? А как сделать «вау-эффект»? Какой опыт вкрутить в книгу? Как поиметь психику читателя? Что мне поможет? Эй, подсознание, Help me!

И вот ты у себя в голове машешь проезжающим машинам. Показываешь средний палец. Ходишь на руках. То есть влияешь так, как хочешь. Преграждаешь путь своей машиной и создаешь пробку.

И я заметил, что людям, которые в реальной жизни, в материальном мире умеют влиять на других людей, на обстоятельства, на денежные потоки и даже на ее величество старушку Судьбу, гораздо проще удается навести беспорядок в мыслях в своей голове всего одной ИДЕЕЙ.

Когда же у человека формируется привычка поднимать лапки, складывать их на груди и ни на что не влиять, то в голове у таких людей всегда хаос мыслей. И даже если им дать очень сильную идею, то они не смогут ее удержать в голове.

Как тебе нравится следующая мысль?

Если целый день ты не думаешь о своей идее, то у тебя нет идеи.

Вы должны ее добиваться, как добивается отчаянный влюбленный мальчишка свою девушку: он-то ни перед чем не остановится.

Если вы приняли решение, если у вас есть идея – станьте маньяком. Каждый миг. Каждую минуту, каждый час и сутками думайте об этом. К вам просто начнут сыпаться эффективные мысли. Которые уберут ненужный хлам из головы. И вы дойдете до конца своего безумия.

К черту теорию, приступим к практике.

Задание

Найди день, желательно целые сутки.

Напиши идею, которую ты хочешь вшить в мозг. Напиши большими крупными буквами.

Стать чемпионом по поеданию бургеров. Как лучше всех лизать зад своему начальнику. Посмотреть все фильмы мира за год, не вставая с дивана. Стать самым занудным в своем коллективе. Стать профессиональным идиотом.

Или что-то реально революционное, новаторское! Что-то создать, улучшить, разработать! Изменить мир, достичь!

Сядь на пол, положи лист с написанной идеей перед собой и неистово молись на нее, дитя мое!

Заставляй думать себя об идее. Когда твои мысли уносят тебя своей бездарной рекой в твое бездарное прошлое, то дай себе пощечину и вернись в реальность. Заставляй себя. Придумай наказание. Укуси себя до крови за это.

Ах, да… Если ты увидишь некого человека, который сидит в любом месте: на дороге, в поле, на обочине, у тебя под окнами, – и смотрит на лист бумаги, где что-то написано, и дает себе пощечины, то наверняка ты повстречал автора этих строк. Садись рядом и присоединяйся.

Тебе будет тяжело, сложно, и жизнь будет казаться бессмысленной, а ты будешь казаться на всю голову шизанутым. И тебе останется лишь одно. Вспомнить фразу из одной книги. И фраза эта: «Если целый день ты не думаешь о своей идее, то у тебя нет идеи». Разве ты хочешь быть безликой частью толпы без идей в голове? Или ты думаешь, что ты таковой не являешься? Сними корону короля бургеров и проглоти отрыжку со вкусом убитой обжаренной свиньи.

Ты замечаешь это? Что книга немного сумасшедшая, необычная? А ведь это только начало, так что держись у меня! Ты вступаешь на территорию моего мышления. Читая эту книгу, ты как бы путешествуешь по мне, ты узнаешь меня лучше, чем знают меня люди, которые провели со мной годы своей жизни.

И тебе в кайф мое мышление, я знаю. И я хочу, чтобы мне было в кайф твое. По-моему, мы неплохо с тобой ладим.

Разгон мышления

Если мозг человека, по мнению ученых, работает в состоянии приятного комфорта на 10 % от всей энергии человека, то какой же его максимум?

А максимум, мой друг – 25 %.

Когда человеческий мозг начинает решать нестандартные задачи, когда он напряжен, то тратится около 25 % всей энергии человеческого тела. Представляете? Все ваши

органы, мышцы, литры перекачанной крови с бляшками холестерина. Пицца с сырным соусом в желудке, то, что от нее осталось в кишечнике, твои гормоны, кожный покров, который каждое мгновение реагирует на окружающую температуру… И всего лишь полтора килограмма серого вещества забирает столько энергии ИЗ ВСЕГО многофункционального сложного человеческого тела! Я советую обратить пристальное внимание на этот факт, друзья.

Если тебе нужны ссылки на научные факты, то их в этой книги не будет. Это скучно. Ты можешь всегда прочитать о них на просторах интернета, я не хочу, чтобы ты скучал. Только не здесь!

Беда в том, что мозг не очень-то стремится решать нестандартные задачи. Ему доставляют удовольствия стандартные задачи, шаблоны. Он кайфует от этого. И только твой крутой нрав может заставить его пахать как проклятого. Твой характер может довести его до истощения, чтобы ты сам перегорел. Отдохнул и начал работать далее.

Организм человека настроен так, что при максимально используемой энергии неизбежно приходит большой взрыв. Спад. Если ты будешь сидеть за работой сутками, то неизбежно ударишься носом об стол, уснешь и перегоришь. Ты работал на 25 %, отдал работе всего себя. И вот сидишь, грызешь карандаш и не можешь ничего сделать, придумать и исправить.

> Ты планируешь отдых, чтобы меньше работать, а успешные люди планируют, чтобы работать больше, больше успеть. Это как в большом спорте. Восстановление – это часть **тренировки.** А не валяние дурака.

Твои идеи уровня 10 % расходуемой энергии тебя не устраивают и кажутся бессмысленными, а выше 10 % подняться слабó. Потому что чертов спад!

Ты планируешь отдых, чтобы меньше работать, а успешные люди планируют, чтобы работать больше, больше успеть. Это как в большом спорте. Восстановление – это часть **тренировки**. А не валяние дурака.

Если ты работаешь не на себя, то у тебя проблемы. Ты не сможешь включиться на всю мощь, потому что твой отпуск всего лишь один раз в году. И ты не сможешь работать на все 25 %, потому что ты не сможешь восстановиться, как следует отдохнуть. У тебя просто не будет на это желания. Плюс, помимо работы, у тебя будут и другие проблемы, которые нужно решить.

Поэтому умные компании, в которых предприниматель умеет использовать сотрудников на всю мощь, создает такие условия работы, в которых сотрудники могут отдыхать прямо на работе. Он разрешает им приходить, когда вздумается. Работать удаленно. Он дает им отдыхать – и заставляет потом выкладываться по полной. Как правило, там и работают в итоге золотые слитки.

Остальные просто работают, как сонные мухи, наплевав на возмущения начальства. Они ждут отпуск, и больше им ничего не нужно. Мозг атрофируется – и черт с ним. Таких вокруг полно. Мы безликая масса. Не трогайте нас и не заставляйте нас думать.

Начни истощать себя

Если твоя работа далека от творчества и ты не работаешь на себя, то начни работать вне работы. Истощай себя. Доводи до исступления. Уставай так, чтобы падать носом на стол. Вались без сил и спи калачиком на полу. Сойди с ума от работы. Но не оставайся приматом. Примат тратит 10 % энергии мозга, напрягаясь изо всех сил. Решая нестандартные задачи. И когда ты не думаешь, не разгоняешь свое мышление, не работаешь, не концентрируешься – ты примат.

Сходи в супермаркет и купи себе бананы. На них сегодня желтые скидки.

Тем не менее в тренажерном зале ты себя истощаешь. И твои показатели растут. У нас тело работает по принципу взаимодействия. И так же, как качается твоя ягодичная мышца, качается и творческий потенциал в мозге. Все можно прокачать и сделать сильнее.

Выгори! Хватит жалеть себя! Самое сложное – это концентрироваться, быть чутким и внимательным здесь и сейчас, не отвлекаться. Это то качество мышления, которое можно доводить до совершенства вечно, и то качество, на которое никто не обращает внимание. Но кто его развивает неосознанно – те на голову выше вас всех.

Какой зверь наиболее опасен? Ответ прост: тот, который загнан в угол, которому некуда деваться. Это можно понять, когда ты убегаешь от кого-то. Когда непостижимым образом ты можешь бежать так быстро, как ты не бегал никогда. Когда мозг замедляет свою работу и ты можешь в одну долю секунды придумать самые невероятные варианты дальнейшего развития события, чтобы спасти свою жирную задницу.

> Если твоя работа далека от творчества и ты не работаешь на себя, то начни работать вне работы. Истощай себя. Доводи до исступления. Уставай так, чтобы падать носом на стол. Вались без сил и спи калачиком на полу. Сойди с ума от работы. Но не оставайся приматом. Примат тратит 10 % энергии мозга, напрягаясь изо всех сил. Решая нестандартные задачи. **И когда ты не думаешь, не разгоняешь свое мышление, не работаешь, не концентрируешься – ты примат.**

Какой зверь наиболее уязвим? Ответ прост – тот, который расслаблен. Если у тебя все как бы хорошо. Если ты почиваешь на засушенных лаврах, то этот момент тебя атрофирует. Делает тупым. В этот момент тебя жрут конкуренты, а ты – сам себя. В этот момент твои проценты активности мозга снижаются. В этот момент ты банкротишься, от тебя уходят любимые люди и смысл жизни. Или просто приходит ее величество жизненная жопа и садится на стул твой души.

Ты зверь на охоте. Либо убегающий зверь. Но с этого момента ты не расслабляешься! Ты только восстанавливаешься. Набираешься сил для следующего прыжка.

То есть! Начни двигаться в 2 раза быстрее, как будто тебе поменяли батарейки. Есть такая личная фишка у автора сея книги. Я просто начинаю все делать в 2 раза быстрее. В 2 раза быстрее говорю (и люди с трудом понимают меня), печатаю, в 2 раза быстрее иду на работу, в 2 раза быстрее делаю все свои дела. Тут я заметил крутой эффект, а точнее целых 2 крутых эффекта.

1. Ты больше делаешь.
2. Ты начинаешь в 2 раза быстрее соображать.

Это и есть разгон психики и разгон своих процентов. Бегство от примата.

Когда ты привыкнешь работать в таком режиме в 2 раза быстрее, то сможешь включаться в любой момент и твой мозг будет максимально эффективным именно тогда, когда это необходимо. К примеру, когда я просыпаюсь, то встаю и прислоняюсь к стене как мумия. А потом включаюсь по привычке, и сразу же мой дом оживает огнями и работой.

Более того!

Если ты на протяжении долгого времени приучал себя работать на максимуме, то твой мозг в состоянии комфортного существования будет тратить не 10 % общей энергии, а может достигнуть 12–15 %. И тогда ты будешь мыслить сверхэффективно. И фразы, брошенные в беседе, и данные тобой советы или какие-то рабочие моменты, которые тебе будут казаться обычными, вызовут у других людей восхищение.

Понимаешь, меня? Понимаешь? Понимаешь? Я тебя никуда не отпущу. Ты со мной и слушай меня дальше.

Границы своих возможностей

Чем ты будешь заниматься в эти выходные? О, я буду искать границы своих возможностей!

А чем будешь заниматься в эти выходные ты, друг мой?

Наверняка ты слышал байки о том, что мы не используем свой мозг на 100 %, а всего лишь на какие-то жалкие 5 %. Так вот: эта информация делает человека тупым. Он думает, что по умолчанию он действительно крут, и как только придет время – он покажет свой величайший потенциал этому миру и тот падет перед ним ниц, целуя кончики надменных туфель.

Тем не менее мозг потребляет в состоянии покоя около 10 % от всей человеческой энергии. Когда ты читаешь эту книгу, удобно сидишь на своей заднице во время обеда, когда ты во сне убегаешь от собаки или едешь на своем комфортном авто по привычной дороге, то твой мозг работает на 10 %.

Он в это время отвечает за множество функций твоей жизнедеятельности. Дыхание, пищеварение, теплообмен, подсознание, легкий анализ настоящего и многое, многое другое. В таком состоянии человеческий мозг может (и хочет) жить вечно. Никакого напряжения, дискомфорта и проблем. По факту, это накопление энергии на всякий случай. Поэтому человечество между работой и ленью всегда выберет лень. Отдохнуть. Расслабиться. Ни черта не достичь в этой жизни и уйти среднестатистической единицей в мир иной.

Но, черт возьми, куда же девается вся эта энергия?

Она не может оставаться в человеке и выходит через какой-то клапан. Вопрос только – через какой?

Она выходит. Через стресс. Через ругань с близкими. Через неудовлетворение самим собой. Через депрессию. Через боль. Печаль. Осознание своей никчемности. Апатию. Через бессмысленность своего существования. Выбирай то, что ближе к тебе…

Ведь человек не столь глуп. Раз он прошелся в тяжелых башмаках по Луне и создал способ за несколько часов перелететь через океан. Ты думаешь, что человек не смог бы избежать ссор, обид и всего этого негатива, который ты время от времени выплескиваешь наружу? Легко! Но он этого не делает, он не способен на это, и этому есть простое объяснение – человек не рационально использует энергию, а тратит ее иррационально.

То есть – твой великий мозг, который может и должен что-то создавать, творить и свершать в данный момент, кайфует над этой книгой и думает, что автор пишет легко и весьма интересно…

И на этом все. Твой орган маячит в кромешной тьме, выбирая простейшие дороги, по которым идти спокойно. Дает направление, а ты просто идешь.

Ты бы со мной, конечно, поспорил, но у тебя есть более важные дела – жить дальше так, как ты жил всегда, ничего не меняя. В это время твоя энергия копится, копится, копится. И ты идешь и выливаешь ушат с дерьмом на своего собеседника. На свою дочь. На своего любимого человека. Расстраиваешься из-за пустяка. Злишься на самого себя, в конце концов, хотя ничего плохого не сделал. Ты цепляешься за какую-то мелочь и раздуваешь из мухи слона. И все это – негатив. Который очень хорошо расходует лишнюю энергию. Спусковой клапан твоей действительности.

Сбросив эту энергию, ты вновь впадаешь в спячку, а именно: ходишь на работу, по магазинам. Сидишь на совещаниях, удерживая силой мысли палец, который хочет поковыряться в носу. Бежишь по беговой дорожке под программу своего персонального фитнес-тренера. Подтираешь задницу. Мечтаешь, что было бы классно провести новогодние каникулы в Европе или улететь пить шампанское в Мексику. То есть никакого напряжения мозговых контактов. Которые начинают от бесполезности окисляться.

И так по кругу.

В итоге мозг со временем использует не 10 %, а 9 %. Потом 8 %, и наконец 7 %. Ты стареешь. Ты в курсе, что твои подмышки седеют? Идеи уже не приходят в мозг. Ты их яростно отвергаешь и, по сути, это твой пиздец. Ты уже не поменяешь свою жизнь. Только сумасшедший старик с безумной старухой могут принять новую идею. И лишь потому, что они в молодости были новаторами и создавали в голове и в мышлении хаос мыслей. И ты веришь в идиотскую идею, что хоть и не используешь свой мозг на все сто, но в любой момент можешь взять и использовать. Но у меня большой и жесткий вопрос: как можно использовать на все сто отупевший мозг? Подумай об этом, когда будешь чистить себе банан, примат.

И приходим мы к тому, что старость тебя пугает. Ты лучше о ней не будешь думать. Ты вообще не привык думать о будущем. Поэтому твое настоящее и не столь впечатлительно на данный момент.

Конечно! В старости ты должен путешествовать на свои деньги от инвестиций. Выковыривать остатки стейка из протезированных зубов в Монако и забивать гол в Рио мальчишке, стоящему на самодельных воротах.

Но ты отвергаешь идеи уже сегодня. Ты не думаешь об инвестициях в будущем, потому что тебе нечего инвестировать сейчас. А почему тебе нечего инвестировать сейчас? Потому что в прошлом ты также не думал о будущем и деньги транжирил, потреблял! Не откладывал. Не создавал ничего. Не рисковал. Не покупал, к примеру, акции, а покупал бессмысленные вещи, которые навязывали реклама и другие люди. И при этом ты всегда скажешь, что для инвестирования нужны деньги. Но можно покупать акции и за 100 баксов, просто тебе лень изучать новое и подниматься выше 10 %.

В старости ты должен превышать скорость движения автомобиля и не реагировать на просьбу полицейского остановиться, ты показываешь Fuck и нажимаешь педаль газа, ухмыляясь самому себе. Но в молодости ты слишком часто был серьезным, чтобы в старости быть угрюмым сморщенным СКУЧНЫМ старикашкой, к которому дети приезжают только из жалости.

В старости ты должен обгонять на 70-м километре ультрамарафона молодого парня, который хватается за печень из-за нехватки гликогена, но сегодня ты предпочитаешь кино и попкорн вместо вечерней пробежки.

В старости ты должнен держать свою старушку или своего старика за ручку, перебирая морщинистые пальчики, и твои седые волосы должны синхронно развеваться на теплом ветру жизни, но ты слишком часто ругался, не принимал свою любовь, потому что у тебя был просто сброс лишней энергии через негатив…

Поэтому вы либо сидите по разным углам дома, либо один из вас жарит свои пятки в аду из-за постоянного стресса.

Или я что-то нереальное сейчас вам говорю?

Старость – это кайф. Это завершающая часть жизни. Которую нужно смаковать, наслаждаться ей. Это то самое место. Когда можно получить эстетическое удовольствие от своей жизни, когда можно предаться воспоминаниям. А не горбатиться в одиночестве, ожидая подачки от государства.

У мышления нет никаких границ возможностей. И только идея может начать самостоятельный поиск.

Я просто раньше бегал. И просто хотел узнать о беге больше – как тренироваться правильно. И просто читал книги о беге. И мыслил просто. Что тут такого? Бегай и все, никаких идей, никаких границ возможностей. Просто сбросить вес и чувствовать себя лучше.

Старость – это кайф. Это завершающая часть жизни. Которую нужно смаковать, наслаждаться ей. Это то самое место. Когда можно получить эстетическое удовольствие от своей жизни, когда можно предаться

воспоминаниям. **А не горбатиться в одиночестве, ожидая подачки от государства.**

Но кто пишет эти книги? Безумцы, которые пробегают ошеломительные дистанции. Которые носятся по пустыням и отмораживают конец на Северном полюсе. В асфальтовых городах на грязных тропах мира. На резиновых беговых дорожках на стадионе и в каменистых горах. Или это чемпионы мира, которые отдали свою жизнь спорту.

И тут начинаешь невольно задумываться: а смог бы я так? Смог бы пробежать марафон? Или покорить 3 километра в горку? Могу ли я тренироваться, пробегая 100 километров и больше в неделю? На что я способен НА САМОМ ДЕЛЕ?

И ты начинаешь раздвигать границы своих возможностей. Ты МОГ только 10 километров. И вот идея – 20 км. И вот ты уже бежишь 100 километров, бьешь по ногам, чтобы не было судорог, закидываешь в рот солевую таблетку и смотришь свой пульс.

А потом общаешься с теми, кто побеждает. И ты жадно вслушиваешься в их слова. Как они тренируются, питаются, отдыхают. Мучаешь их вопросами, как они стали такими быстрыми и выносливыми. И твои границы еще шире. Еще больше. Ты уже хочешь не просто добежать, а победить. Или пробежать быстрее. Или победить себя прошлогоднего.

Но все начиналось с того, что просто к тебе пришла идея пробежаться. Началось все с мелочи. А заканчивается новым образом жизни.

Это касается всех сфер жизни. Ты делаешь человека счастливым. Тебе в кайф, и ему в кайф. И ты думаешь: а могу ли я сделать еще счастливее его или могу сделать счастливыми 10 человек? Могу ли я сам стать счастливым?

И ты понимаешь суть границ. Они только в голове. И ты жадно начинаешь их искать. Везде, где только можно. Ты ищешь себя. Кажется со стороны, что ты живешь в гармонии, что ты занимаешься любимым делом. Все тебя любят, все у тебя есть. Живешь интересно. Но ты уходишь дальше в поиски себя.

Давай так, читатель.

У тебя есть арсенал. Руки, ноги, глаза, язык, уши, живот, мозг, лобные доли, височные доли, мышление, сосредоточенность.

Как ты это используешь? Скорее всего, как все нормальные средние люди. Не ищешь, на что способен твой арсенал. Все твои органы, все твое тело способны на большее, проблема лишь в том, что ты не ищешь свои границы, а просто стоишь возле них, держась окровавленными руками за колючую проволоку, наблюдая, как другие люди идут дальше, а ты на это почему-то не способен.

У тебя какая-то часть мозга доминирует так или иначе. Ты либо красиво рисуешь, либо у тебя хорошая моторика рук, либо отличный слух, либо быстро растут мышцы, либо феноменальная выносливость, может дар красноречия или копирайта. Или получается быть организатором и собирать талантливых людей в одном месте, объединяя их одной идеей. Начни использовать то, что сильнее всего У ТЕБЯ. И ищи границы возможностей своей сильной стороны. И ищи их не там, где царит штиль, нормальность и покой.

Все хорошо? Подойди ко мне чуть-чуть ближе. Мы с тобой посмотрим на этот мир немного ненормально…

Твое личное безумие

Мысли человека подразделяются на нормальные и безумные. Из ряда вон преданные и из ряда вон выходящие. А какие мысли хочешь иметь ты? Задумывался ли ты когда-либо над этим? Скорее всего, нет. Ты хочешь иметь крутой внедорожник, открыть свой SPA-салон или хочешь, чтобы тебя просто любили за твои тяжелые кости. Кстати, это все более чем реально, если у тебя в голове есть побочные мысли и если ты имеешь их, а не они тебя.

Я советую задуматься на тему: КАКИЕ мысли я хочу иметь в голове? Когда ты придешь к ответу на этот вопрос, когда пройдешь свой путь, ты осознаешь, что мысль – это, по сути, твое правило и то, по каким правилам ты живешь, по сущности и определяет твою жизнь. Ты не исключение из правил. Ты есть собственное правило.

Однажды мне написала ученица и попросила необычное задание. Иногда у меня просят такие задания, но они очень редкие, и говорят о пиратстве этих людей.

Она написала мне: «Горд, прокачай меня по полной программе, хочу в ад. Не могу больше существовать в раю».

Она хотела, чтобы у нее стало все ужасно. Чтобы стать сильнее, выбираясь из тугого жизненного ануса, созданного ею самой. У нее было все слишком нормально, и это сводило ее с ума. Нормальность ее удручала. Нормальность убивала ее романтическую душу, ее необычность сразилась с обыденностью. Она не хотела быть как все.

Мы начали с ней творить! Я давал ей задания, и она выполняла абсолютно все, что я ей говорил. Она посетила несколько банков и взяла несколько крупных кредитов. И раздавала деньги прохожим, бросала их буквально на ветер. Она поссорилась со всеми, кроме меня, она осталась совсем одна. Ее уволили с работы, выгнали с учебы, она испортила себе репутацию хорошей девушки. Она ночевала на улице, голодала и была счастлива от того, от чего нормальные люди обычно чувствуют себя не очень-то хорошо…

Но когда она дошла до точки, то пришлось ее вернуть. Тут важно не переборщить, иначе дорога назад будет закрыта. Поэтому она доверилась мне, а на мои плечи легла ответственность за жизнь хрупкой, но отчаянной девушки. Я проходил этот путь сам, поэтому знал, на что обратить внимание. На всякий случай я отложил деньги, чтобы ей помочь, и договорился с другими учениками, чтобы ее приютили и наняли на работу в случае форс-мажора или критической ситуации. Моя роль заключалась в том, чтобы быть подушкой безопасности, мне нужно было быть сильной рукой, которая, когда будет нужно, вытащит ее из болота за шкирку.

Но она выбралась сама. Когда я уже готов был вмешаться и помочь ей – она сама начала карабкаться наверх, а я замер и наблюдал за этим. Боже, как же она плохо выглядела. Тощая, бедно одетая, поникшая и одна в этом мире, никому не нужная. А ведь она всего лишь девочка, которая хотела романтики. И вот ей нужно подниматься вверх самой.

Финалом было то, что от нее отвернулся я. Я прошел мимо нее и не обратил внимания на приветствие. Она пошла за мной. Она преградила мне путь и уперлась кулачками в бока.

Я ее придумал. Ее не существует. Это мое воображение.

Я смотрел на нее пустыми глазами, даже правильнее сказать – сквозь нее. Обошел и пошел дальше. Она схватила меня за рукав: Горд! Что мне делать дальше? Почему ты не разговариваешь со мной? Что случилось, что я сделала не так?

Я ее придумал. Ее не существует. Это мое воображение.

Ее глаза слезились и голос дрожал. Я шел твердым безразличным шагом прочь. И чувствовал ее обиду спиной.

Я ее придумал. Ее не существует. Это мое воображение.

Я робот. У меня нет чувств. Нет жалости.

Я начал ее игнорировать, но не перестал за ней пристально следить. И за ней следили и мотивировали мои другие ученики. Поддерживали с ней связь.

Когда она вернула свою репутацию, отдала долги банкам, восстановила свои связи, открыла свое небольшое дело, то я подумал, что она вернется в свое нормальное русло и больше никогда не захочет этого безумия. Но создав небольшой, но прибыльный бизнес, выйдя замуж, став достаточно популярной в сети, написав книгу, которую в итоге издали – она создала свой безумный мир. У нее появилось то, чего нет у остальных. У нее появилось свое личное безумие.

Жизнь до и после – две разные жизни. Две разные девушки. От обычной серой мышки до худой бездомной несчастной девочки. От худой несчастной бездомной девочки в шикарную женщину. С безумным мужем (в хорошем смысле). С безумным рискованным бизнесом и безумными экстремальными увлечениями, от которых захватывает дух.

Именно безумные мысли нас меняют. Нормальные мысли оставляют нас на грешной земле собирать ботинками скучную серую пыль.

Именно безумные мысли приводят к великим открытиям и переменам в обществе. Разве нормальная мысль – полететь человеку в космос?

Нормальная мысль – быть пылью и не высовываться, быть послушным и хорошим. Паинькой. А нормальные мысли – это обыватели бессмысленной болтовни в нашей голове. Которую нужно заткнуть каким-то безумством.

После этого я с ней связался и попросил дать обратную связь. Ниже я выкладываю то, что она написала мне, и то, что, по моему мнению, приведет вас к стремлению мыслить ненормально:

«Терять было нечего. Мне пришлось начинать с ноля, я же все потеряла благодаря тебе. Но! Тут самую важную роль сыграло то, что я в глубине души сквозь густые и непроходимые заросли своих страданий получала удовольствие от этой моральной боли. Мне было кайфово быть такой ненормальной. Я как будто была заряжена дополнительными батарейками. Я предвкушала новую жизнь, и не такую, какую влекла до этого.

На этом удовольствии я держусь до сих пор. Я засыпаю знаешь как сейчас? С бьющимся сердцем! Я не могу уснуть, как будто выпила литр крепкого кофе, хотя кофе вообще не пью и не переваривaю этот напиток. А знаешь, как я просыпаюсь? Я скидываю одеяло, и хочется кричать от радости. Я могу буквально заставить себя пойти спать в 2 часа ночи. А в 6 утра вскакиваю и бегу в душ, потому что меня ждет новый день.

> **Именно безумные мысли нас меняют.** Нормальные мысли оставляют нас на грешной земле собирать ботинками скучную серую пыль. **Именно безумные мысли приводят к великим открытиям и переменам в обществе.** Разве нормальная мысль – полететь человеку в космос?
>
> Нормальная мысль – быть пылью и не высовываться, быть послушным и хорошим. Паинькой. **А нормальные мысли – это обыватели бессмысленной болтовни в нашей голове.** Которую нужно заткнуть каким-то безумством.

А как было раньше?

А РАНЬШЕ я не могла встать с постели, переводила будильник на 10 минут, чтобы поспать еще хоть чуть-чуть. Я в шоке, конечно. Я не тратила много энергии в день. И у меня ее не было, куда она девалась?

Я понимаю, что могу все. Я не стала умнее или опытнее, не стала сильнее, хоть ты и возразишь здесь. Но я стала заряжена. Почувствовав вкус жизни, начинаешь ее любить. Я считаю, что люди **не заряжены**. Они **высосаны** и **выжаты**. Им нужны литры кофе, чая, энергетических напитков, пепси, алкоголя, чтобы взбодриться. Чтобы пару часов порадоваться и потом унывать вновь. У них НЕТ внутренних батарей, а если и есть, то они сели. Их нужно подза-

рядить. Я же вижу, как такие люди приходят во всякие развлекательные центры. И грузный папаша с пивным животом, и мамочка с отвисшими щеками начинают бегать со своими детьми, прыгать на батутах, кататься на горках. У них в глазах появляется безумие, детство! Они хотят жить, и их батарея заряжается. Значит, у них это есть!

Всем им не хватает безумия, энергии! И раньше мне не хватало этого. Я бы посоветовала выбросить всё. Продать всё. Всех распустить и остаться одному. Я свою подругу так вытащила. Хотя у нее был сын, и она была разведена, ТО ЕСТЬ, У НЕЕ БЫЛ РИСК. Она продала квартиру в Питере, всю мебель, все вещи, телефон, гитару, все золото, избавилась от всего. Так же как ты поддерживал вначале меня, ее поддерживала только я. Родители, друзья – все крутили у виска. Она укатила в Бельгию, сняла небольшую комнату и все деньги вложила в свой салон красоты, так как видела, что там женщины очень неухоженные.

Все свободное время она учит сына языку, так как скоро ему идти в школу. И она такая же заряженная, как я. К ней муж пытается вернуться, она скоро купит дом, у нее все круто. Чувствуешь цепную реакцию? Ты зарядил меня, я зарядила ее. Кого-то может теперь зарядит она.

Вот я бы и посоветовала – больше безумия. Когда ваши батарейки будут раздуты от перезарядки, ты будешь способен на все. Вы будете так сильны, как никогда».

Я отчетливо слышу твое дыхание. И вижу, как поднимается твоя грудная клетка и опускается твоя грудная клетка. Представляю как циркулируют твои легкие и как высыхают твои губы. Мое дыхание учащается, мои губы сильнее обсыхают. Потому что я подпускаю сейчас тебя максимально близко к себе. Будь сейчас рядом со мной. И никуда не уходи…

Глава 2
Маскарад

Параноик

Я боюсь людей. Они смотрят на меня и что-то говорят. Они касаются меня и никогда не слушают до конца. Они хвастаются и лгут. Редко помогают и думают только о себе. Эти лапочки могут воткнуть тебе острый нож в горло, если ты займешь их парковочное место.

У них дурацкие шутки, а еще они смеются не по-настоящему. Их глаза остаются злыми и бегают из стороны в сторону.

Если ты будешь делать вид, что ты их любишь, то они будут делать вид, что уважают тебя.

Если ты будешь к ним равнодушен, то они будут к тебе равнодушными.

Они всегда стараются выглядеть лучше, чем есть на самом деле. И когда ты смотришь на них в те моменты, когда они не видят, что ты смотришь, то они почему-то выглядят хуже, чем есть на самом деле.

Если же наблюдать за ними в узкую щель замочной скважины, то очень часто у них палец находится в ноздре. А еще они издают неприятные звуки.

Я боюсь людей, потому что они не умеют прощать. У них очень сильно раздуто самомнение. И плевать они хотели, если ты оступился и попросил простить.

Когда жалобы вылазят анакондой из их рта, то голова этой холодной твари норовит залезть в мою голову через рот, чтобы жить во мне и вылазить жалобами из моего рта. Она проникает в мой рот, вызывая рвотный рефлекс, я гландами чувствую медленное движение ее по мне. Она проникает в мой пищевод, желудок наполнен, кишечник забит, сигмовидная и прямая кишка забиты. Анаконда захватила мои легкие, мою печень и мою селезенку. Она зашла в мое сердце через левый желудочек. Она пожирает меня изнутри…

Поэтому я ее срыгиваю в подушку и держу язык за зубами. Молчание. Тишина. Сжатые зубы и два шага назад от людей.

Не подходите ко мне ближе, чем на расстояние вытянутой руки. Не любите меня! Не обращайте свое внимание на меня. Не смотрите и не слушайте мои бредни. Я вас боюсь. Я закрываю голову руками, чтобы не видеть никого.

Я вас боюсь, потому что вы осуждаете меня за эти слова, поднимаете вверх палец и говорите, что людей нужно любить. А сами вы их любите? По-моему, я со всей своей нелюбовью к людям их люблю больше всех этих поднятых вверх пальцев.

Смочите палец слюной, опустите руку вниз и заведите ее за спину. И засуньте свою любовь в задницу.

Вы убивали себе подобных. Человек убивает все свое существование, большинство людей умерли благодаря человеку. О какой любви ты мне сейчас говоришь? Лучше набей рот опилками.

Я боюсь бедных людей, они хотят, чтобы я стал тоже бедным. Я боюсь счастливых, богатых, умных и глупых. Сильных и слабых. Инженеров и дворников с мокрой метлой. Я боюсь их машин, ядерных кнопок, одежду и их сотового оператора. Человечество создало крематорий, скотобойни, наркотики, затворную раму автомата, которая сопровождает патрон в патронник, из которого будет убит твой ребенок.

А после этого человечество спокойно гладит белую кошку и чешет ей за ухом, запивая все это глинтвейном.

Я никогда не достану руки из кармана. Я никогда не вытащу вату из ушей. Зашью рот капроновой нитью, продетой в маленькое ушко большой иглы. Заклею клеем глаза. Подойду к опустевшему и очень глубокому колодцу. Наклонюсь как можно сильнее, перенося центр тяжести вперед, и улечу в свой мир.

Сидя на дне заброшенного мира, человек создает первоначальный эпос красок чужих душ.

Я боюсь людей. Потому что они боятся меня.

Меня очень сильно, до дрожи пугает то, что меня кто-то узнает. Если продавец, у которого я что-то покупал, вдруг меня узнал и приветливо улыбнулся, то мне страшно. Он что, меня и правда видит? Моя голова начинает крутиться во все стороны, а тело на 360 градусов вместе с головой.

Я параноик. Меня никто не видит, и у меня в руках банан. Я все время чего-то боюсь. И мне это надоело.

Я засунул банан себе в рот и представил, что это пистолет. Депрессивной рукой. Желтый банан. Какой замечательный контраст. И какой дерьмовый я. В этот момент зашел мой приятель и вопросительно уставился на меня, не зная, что сказать в такой пикантный момент.

Мне пришлось вытащить банан изо рта, чтобы сказать ему, в чем собственно дело.

«Я имитирую пистолет. Хочу полюбить жизнь, мне тоскливо, я ни к чему не стремлюсь, и если я почувствую, что могу реально сдохнуть, то может тогда что-то важное пойму для себя…»

Мой приятель был весьма странный парень.

Он дал мне травматический пистолет и сказал, что если из него выстрелить в рот, то у меня не будет шанса. Как-нибудь в другой раз, ответил я, возвращая ему травматический пистолет рукояткой вперед.

Именно он предложил меня закопать. Но перед этим сказал: нам нужны доски, парень.

Мой приятель был весьма странным парнем. И я не знал, можно ли ему доверять.

Меня закопали на час. Никакого тебе Wi-Fi. Сотовая сеть не ловит. Я не мог выложить пост в социальную сеть. Зато мог посветить фонариком телефона. Мне тяжело было дышать, кажется, что воздуха осталось мало. Интересно, это тот воздух, который остался в гробу, или он все-таки просачивается сквозь чернозем?

Меня взяли за плечи и за ноги, как мертвеца, и небрежно положили в лоно сделанного мной деревянного домика. Меня забили гвоздями. Я своими ушами слышал эти стуки. Я не проронил ни слова. А моя мама в этот день сажала цветы у своего дома. А мои дети играли в мяч. А моя жена готовила мне салат из брокколи. Моя сестра ждала моего звонка. А мои друзья сидели и смеялись над очередной шуткой. Мои кроссовки воняли потом в прихожей. Мир был все тем же. За исключением того, что мне тяжело дышать…

Это шутка. Это прикол. Но сука, если я начну задыхаться, начну им кричать, они меня услышат? Это странные люди, и я не знаю, можно ли им доверять или нет. Странные люди тоже имеют свойство ошибаться.

Нет, не сдавайся, парень, все в порядке. Они знают, что делать. Я не знаю, можно ли им доверять, но уже поздно анализировать, когда ты под землей.

Но ведь гроб я делал сам. Он глухой и крепкий, я всегда все делаю качественно. Надо мной метр земли, и еще несколько сантиметров кучки чернозема, и крест из старых досок без имени, и табличка с датой смерти. ВОТ ПОТЕХА, если они меня откопают, а я сдохну. Вот же у них будут рожи. Наверняка от удивления у них откроются рты, из них выпадут неизменные сигареты, прожигая мой похоронный костюм.

Почему так тяжело дышать?

Я начал экономить каждый вдох. Медленный вдох. Задержка дыхания. Медленный выдох. Мое сердце стало часто биться. То ли от страха. То ли от нехватки кислорода. Господи, хоть бы от страха, а не от нехватки кислорода!

Какие замечательные выходные. Какая тишина. И почему так тяжело дышать? Как долго тянется время. Как долго тянется время. Кричать или подождать? Почему так тяжело…

Высунув кончик языка и слегка прикусив его зубами, я строчил на швейной машинке свое сердце, обливая свою серую жизнь горькими слезами. Я зашивал раненное и разбитое сердце в полной темноте и смеялся сквозь слезы. Тихо, чтобы не разбудить каждое биение.

Вы пробовали когда-нибудь с прикушенным языком улыбаться и плакать одновременно?

Я плакал от боли и смеялся от счастья. От радости, что у меня есть нитки. Разные! Красные, белые, черные. Зеленые. От того, что рубцы на сердце будут мне напоминать о том, что я все еще дышу. Что в полной темноте есть небольшой свет небольшого туннеля, который мне, вероятно, нужно преодолеть по-пластунски.

По крайней мере в этом сыром туннеле я буду смеяться. И если ты меня не дождешься там, где свет, то найдешь внутри с застывшей улыбкой. И с высунутым прикушенным языком.

Я не слышал, как меня откапывали. Не слышал, как отрывали крышку гроба. Я потерял сознание. То ли от страха. То ли от нехватки кислорода. По-моему, мы переборщили с глубиной ямы. Теперь я **точно** не знаю, можно ли доверять этим парням и **точно** знаю, что они странные.

Я был настолько счастлив в тот день, что хотел обнять свой дом, но у меня не такие длинные руки, чтобы обнять высотку. Поэтому я просто прислонился к нему лбом. Твою мать, как же круто жить!

Кто я? Ангел или демон?

Я стоял на напольных весах, и они показывали цифру 100. Охуеть и не встать!

100 кг! Это начало меня беспокоить и тревожить. Я слез с этих проклятых весов и задумчиво уставился на прекрасный вид из окна 13 этажа. Хотелось чем-то отвлечься, развлечься и убежать от действительности, поэтому моя рука потянулась к печенью.

Когда я покончил с печеньем, то полностью разделся и встал перед зеркалом. У твоего сына отец – жирный ублюдок, сказало мне зеркало вслух. Мне явно не нравилось то, что видел перед собой, у меня висели бока, у меня был натянутый живот, и я принял очередное, наверное сотое решение: что-то поменять в своей жизни. Я уже заранее знал, что из этого решения ни черта не выйдет. О, как же мне нравится принимать такие решения. Вроде как попытку сделал…

Поэтому ноги вновь привели меня в полумрак кухни, и я пустыми глазами смотрел на пустой пакет, в котором уже не было никакого печенья. Тогда моя сильная воля понесла ноги в ближайший супермаркет, чтобы купить себе еще что-нибудь сладкое.

Мой мозг щедро сеял оправдания, что у меня широкая кость, что я всегда смогу сбросить вес – зная, что это грязная ложь самому себе. Я долго держал цифру 96 килограмм, но сотка – это уже никуда не идет. И вот перед полками с печеньем от великого множества производителей, которые бережно предоставили мне большой выбор, началась осознанная война в моей голове.

Ангел пел мне ласковым голосом: «Купи себе печенья, оно вкусное и ничего плохого в том, что ты его съешь, не будет. Ведь его едят все. Оглянись вокруг себя. Видишь, вон, мама покупает ребенку, а вон старушка покупает себе. А вон тот мужчина, он тоже их покупает. Все в порядке. Посмотри на их состав. Там ничего плохого нет!»

Тут в разговор вмешался демон: «Ладно. Бери это печенье. Но возьми его много. Возьми столько, сколько сможешь унести. Придя домой, сожри его все. Набей себя им, дависьим до блевотины, и твой ангел будет счастлив».

Что я и сделал, а именно купил несколько килограмм печенья. Пришел домой и начал его есть. Я ел, не останавливаясь и не отвлекаясь ни на что. Я ел и ел. Все лицо мое было в крошках, вокруг меня были крошки, я был одержим печеньем и начал им давиться.

Я ел до тех пор, пока ноги не понесли меня в туалет, где меня вырвало. В этот момент я ненавидел печенье и еду в целом.

Ангел мне говорил, чтобы я больше не ел, а демон-искуситель подталкивал, чтобы я съел еще парочку. И вернувшись на кухню, я снова принялся есть. Куски сахарного печенья не хотели больше попадать в мой организм, но я ел и запивал их сладким чаем. Очень сладким чаем. Жирного ублюдка отца моего сына вырвало еще раз.

Вечером я плохо себя чувствовал как физически, так и морально. Мне отвратительна была любая еда, о ней даже думать не мог. Мне отвратителен был жирный отец моего сына. Ведь мой жир – это следствие моей слабости, а не силы. И если кто-то копит в себе силу, то получается, я копил в себе слабость. Жир – это слабость.

В это время ангел говорил, какой я идиот, а демон смеялся и призывал меня съесть еще килограмм печенья. Я не выдержал эту войну и вышвырнул печенье в мусорное ведро. Потом открыл холодильник, и в мусорку полетела вся моя еда. В моем доме осталась только вода и ничего больше.

В 3 часа ночи жирный отец моего сына проснулся от того, что его тошнило. Я вскочил с кровати и побежал к белоснежному унитазу, стараясь удержать тошноту внутри себя. Удержал, так как в желудке ничего не было. Мне стало легче. По крайней мере, эмоционально точно. Физически я чувствовал себя плохо, поэтому решил прогуляться по ночному городу.

Я шел по теплому асфальту босиком и ощущал уютный ветер кожей и волосами, и не чувствовал ни ангелов, ни демонов. Мыслей не было. Я просто шел и был счастлив, веря, что что-то в моей жизни начинается.

Тогда я побежал. Легкой трусцой, навстречу свежему ночному ветру. Ангел начал говорить, что опасно бегать ночью, что лучше отложить это на более удачное время. Не лучшее время для бега ночью. А демон мне говорил: давай, парень, еще ускорься, беги изо всех сил. Трусца для слабаков.

Я побежал что есть сил! В это время у меня был хор мыслей, переплетение зла и добра в одном мышлении обычного человека, и я остановился и крикнул на всю улицу изо всех сил, согнувшись пополам, куда-то в землю, куда-то в асфальт:

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.