



### Сонг Парк,

Профессор, консультант по вопросам формирования и открытия нового бизнеса, автор изобретений и книг, гранд-мастер боевых искусств, советник по вопросам идеологии и стратегии в корпоративной деятельности, эксперт в области применения голоса для управления состоянием.

Автор книг, статей по темам: искусственный интеллект в биологической математике, контроль агрессии без насилия, оздоровительные практики с применением дыхания, движения и звука, внутренние аспекты боевых искусств. Многолетний опыт в проведении семинаров и тренингов в области управления состоянием личности и групп в 12-ти странах мира, включая США, Великобританию, Францию, Италию, Германию. Создатель матрицы личностного потенциала.

### С чем мы имеем дело

- Непривычный объем свободного времени.
- Разрыв связей и традиций.
- Деформированное воспитание.
- Избыточность предложения в сфере духовной ориентации.
- Информационные перегрузки.
- Дефицит здоровых физических нагрузок.
- Наличие стрессов, особенно острых в период глобальной не-

# МАТРИЦА СУВЕРЕННОСТИ, ИЛИ ГДЕ ИСКАТЬ РЕСУРСЫ ПРОРЫВА

Зачем читать эту статью?

Чтобы посмотреть свежим взглядом на себя и окружающий мир.

Чтобы обнаружить себя на жизненной траектории по интегральной функции триП-С (положение-представление-потенциал-состояние).

Чтобы войти в Матрицу жизненных путей и взглянуть на себя и на мир в новой системе координат.

Чтобы увидеть, какими ресурсами обладаешь, и принять решение, каким путем идти дальше.

Чтобы научиться формировать свой поток реализации.

В итоге, при определенных усилиях, которые мы постараемся уменьшить, вы сможете провести параллели между человеком и компанией, группой людей и корпорацией, и извлечь из своих открытий пользу. Культура – это инструменты, практики, традиции, ритуалы, понятия, развитие дифференцированного восприятия. Культивировать – значит осознанно выращивать нечто. Поэтому мы предполагаем, что вы сделаете свой рывок в окультуривании внутреннего пространства своего и своей компании, пользуясь нашими инструментами. А мы всегда на связи и готовы об этом говорить. Для нас разговор – действие. Надеемся, для вас тоже.

Кому стоит читать эту статью – тем, кто готов думать самостоятельно и любит, подчеркиваю, любит действовать самостоятельно.

Кому не стоит читать эту статью – тем, кто предпочитает сидеть в норе узкой специализации и хорошо там себя чувствует. Здесь дует ветер радикальной новизны и собираются облака древних знаний.

пределенности экономического кризиса.

- Отсутствие ясных коллективных идеалов.

Так куда бедному крестьянину податься? Попытки найти убежище, чтобы спрятаться от воздействия внешнего мира, не приво-

дят к результату. Чем дальше убегаешь от цивилизации, тем сильнее проявляется внутренний хаос. Ладно, останемся в обществе и попробуем изменить ситуацию для себя. Какими средствами? Опираясь на какие ресурсы? Как справляться с интенсификацией современной

жизни, не превращаясь в шарик для пинг-понга? Все внешние ресурсы, куда не кинь взгляд, уже захвачены, раскуплены, обозначены, огорожены. Остается искать еще не засвеченные, скрытые ресурсы. Они всегда были с нами, только мы не знали, как они называются. Хотите, для простоты назовем их высокими технологиями внутренней жизни? Есть свои понятия, методы и инструменты,

**Как справляться с интенсификацией современной жизни, не превращаясь в шарик для пинг-понга? Все внешние ресурсы, куда не кинь взгляд, уже захвачены, раскуплены, обозначены, огорожены. Остается искать еще не засвеченные, скрытые ресурсы. Они всегда были с нами, только мы не знали, как они называются. Хотите, для простоты назовем их высокими технологиями внутренней жизни?**

позволяющие человеку нашего времени достичь своих целей в жизни, реализовать свое предназначение и получить полную удовлетворенность жизнью. Аналогично они могут переноситься и на группы людей (компании), которые хотят рыночной успешности.

И мы начинаем с главной точки отсчета.

### Я на свету

Я – очень громкая буква. ЯА – звук, сметающий преграды на пути. Русский язык слил в одном местоимении стремление к сокрушительному действию и понятие субъекта действия. Мы готовы сделать больше, чем можем, возможно, поэтому делаем так мало. Сравните с английским Ай – субъект принимает на себя ответственность за проявленное действие. И выполняет его. В нашем Я (зеркальном отражении решительного английского R) заложена огромная сила. При сложении с глаголом и выполнении означенного действия преобразование действительности будет весьма заметным. Но часто ли мы говорим «Я хочу» так, чтобы оно звучало полномерно, цельно и уверенно? Да, редко, редко! А если попробо-

вать сказать, возвращая звукам и словам их силу?

Когда думаете те самые бесконечные мысли о том, что надо сделать, что не делают другие или делают, но плохо, часто ли вы говорите про себя – я? «Я» в силу сформированных исторически и не пересмотренных привычек плохо проработано, туманно, смутно, кусочно. «Тут помню, тут не помню...», – герой знаменитого фильма «Джентльмены удачи»

очень выразительно примерял чужое «я».

Я – не местоимение. Я – предельная точка осознания. Вы пробуждаетесь, и ваше Я здесь. Закройте глаза, уведите себя поглубже в темноту, как будто вы погружаетесь в успокоительный сон, а потом откройте глаза. В этом простом действии есть момент, когда свет, который вы видите, сталкивается со светом, который идет изнутри. Происходит вспышка – Я. А дальше Я осознает свое тело, свои состояния, окружающий мир, вспоминает, что надо было сделать, и так далее. Вот тут можно и потеряться, кинувшись действовать по своим воспоминаниям. Свет осознанности может померкнуть, сменяясь на требовательный свет чужих фар или жалостливый огонек чужих лампочек. Если вам захочется, повторите опыт – поймите точку. Точку, из которой все будет начинаться. Из нее мы будем двигаться дальше, смотреть на конструкции, заглядывать в призму инструментов. Из нее вы будете делать свой выбор, получать свою выгоду.

### Корона суверенности

Помните высказывание одного исторического персонажа начала



### Нино Самсонадзе

ведущий специалист по социально-психологическим и прикладным аспектам управления. Эксперт в области трансформирующего обучения, развития бизнес-индивидуальности бренда/компании, капитализации талантов, постановке эмоционального лидерства. Автор и ведущая курсов «Эмоциональный брендинг», «Управление творческой деятельностью», программ по развитию креативности, тренингов по развитию эмоциональной компетенции, обучающих программ по лидерству, эмоциональным стратегиям, становлению профессионально важных компетенций руководителей.

Автор и разработчик проектов в индустрии моды. Автор книг «Женщина и ее платье», «Усадьба у реки», соавтор книги «Мустанг: Королевство Ло на границе времен».

Лауреат национальной премии «Золотое веретено» за журналистику в индустрии моды (2006).

90-х годов: «Возьмите себе суверенитета – сколько сможете...» В применении к современному человеку эта фраза удивительно справедлива. Что с нами происходит? В глобальном плане можно назвать явление футуршоком, повторив классиков. Но не технологии ставят нас в позу растерянного ребенка. Нет. Высвобождаемое время.

Шок от свободы. Давление общества снижается и вокруг образуется свободное пространство. Государственный аппарат принуждения, всполошившись, пытается всунуть в эту зону средства слежения, контроля. Но это – попытки догнать уехавший поезд. Пока зона еще ничья. Чтобы она стала вашей – вы должны стать сувереном. Независимым, автономным, безусловным властителем. Правителем своего пространства. Хозяином своей жизни. Впервые в человеческой истории в масштабе, с которым нельзя не считаться, между внутренним и внешним пространством появляется смежная территория с прозрачными границами. Зона выбора. Либо ты берешь ее себе – и тогда твоё пространство расширяется, ты идешь вровень с эпохой, тебе не угрожает будущее, ты сам его творишь. Либо не берешь – тогда смотри, кто ее захватывает, как много претендентов на эту зону, твоё пространство сжимается, ты в страхе, ты не знаешь, что может случиться. Выбор есть.

Финал эпохи потребления оставил нам одно безусловное достижение – суверенитет индивидуальности. Как минимум в проявлении своего выбора, предпочтений. Сила суверенитета индивидуальности уже такова, что производители вынуждены предлагать действительно индивидуальные (или кажущиеся таковыми) или индивидуализируемые версии своих товаров и услуг. Для того, чтобы перестать быть пассивными в своем выборе, нам достаточно сделать следующий шаг в сторону суверенной индивидуальности – разобраться в своих отличиях, увидеть свою уникальность и положить ее в основу нашей истории. Простой вопрос – «какой я?» требует глубокой работы. Но уже ни один шоппер, стилист, имиджмейкер, рекламист или другой профессиональный «впариватель» не смогут претендовать на влияние в вашей зоне. Кто не успел с осознанием собственной индивидуальности, стоит поторопиться. Капитал отличий, данный от природы, –

серьезное подспорье в мире, где похожесть и подражание уже перестали быть социально вознаграждаемыми качествами.

Вызов нового времени заключается в выходе на более высокий уровень суверенитета. Речь идет о

**Я – очень громкая буква. ЙА – звук, сметающий преграды на пути. Русский язык слил в одном местоимении стремление к сокрушительному действию и понятие субъекта действия. Мы готовы сделать больше, чем можем, возможно, поэтому делаем так мало. Сравните с английским АЙ – субъект принимает на себя ответственность за проявленное действие. И выполняет его.**

суверенной личности. «Становясь суверенной личностью, человек получает возможность менять образ жизни, стимулируя тем самым дальнейшее развитие собственного мира. Суверенность обеспечивает человеку возможность самостоятельного выхода к культуре через порождение новых качеств, мерностей, которые детерминируют дальнейшее развитие человека», – современная психология тоже приходит к понятию суверенной личности.

Жизнь – целая.

Моя жизнь есть у меня.

Суверенная личность – личность, с осознанными жизненными траекториями.

Личность.

Я есть у себя.

Суверенная индивидуальность – индивид, осознавший свои отличия.

Индивид.

Человек – целый.

Мы движемся шаг за шагом по лестнице постижения себя. Но, если говорить, положив руку на сердце, корона суверенности – вещь тяжелая. Ну, не такая, как шапка Мономаха, но уж точно не

пластиковый ободок. У нас есть привычка из старых времен – призывать к ответственности (иногда привлекать) Как распространена фраза: «Ты отвечаешь за себя и свою жизнь». А еще за свою семью, а еще за свою карье-

ру, а еще за всю компанию, а еще за дурных соседей и так далее. Мера ответственности имеет свойство возрастать с наполнением жизни постоянными связями и отношениями. Трудно продать ответственность без полномочий или власти. Суверенность – другое дело. Потому что в ней слиты в нераздельное целое владение и забота, власть и понимание, выбор и последствия, согласие и отрицание. Сколько бы ни было у тебя индивидуаль-



ной силы или объема энергии, данного от природы, ты слабее мышки, если не являешься суверенной личностью. Если не ты сам решаешь, как, куда, когда и зачем применить свою силу.

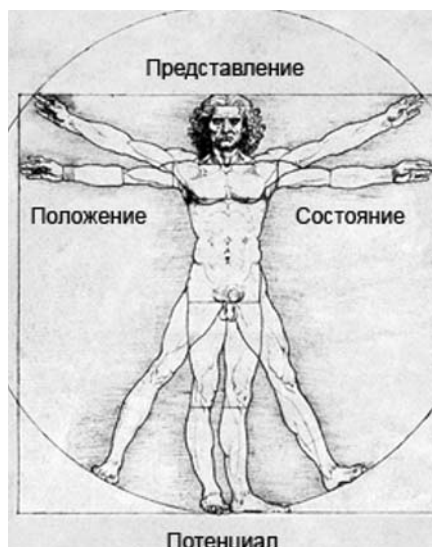


Точно так же, как разобраться со своими отличиями, которые в прагматичной версии можно назвать конкурентными преимуществами, стоит разобраться со своими жизненными траекториями. Как шел, куда пришел, что имеешь, о чем жалеешь, куда поворачивал, что получил, что хочешь получить. Есть известный биографический метод, но он требует усидчивости историка, расшифровывающего древние письмена. Попробуем упростить вашу работу – вот для этого и нужна полезная интегральная функция триП-С. Она определяет точку на жизненной траектории, в которой мы находимся. И поместив свое «Я» (вы о нем еще не забыли?) в эту точку, можно приступить к процессу осознания своего местонахождения и степени удовлетворенности собственной жизнью в данный момент времени. Попробуем проделать это упражнение.

### Стойка на четырех конечностях

Двигаясь по жизненной траектории, мы каждый раз оказываемся в одной точке. То самое «здесь и сейчас». Но нам часто кажется, что мы уже прорвались в некое будущее, частично мы уже там живем, или мы продолжаем пересматривать прошлое, говорить о нем, пытаемся решить старые проблемы. Образно говоря, мы тянем ноги и руки в разные стороны, удерживаем то, что уже давно пора отпустить, хватаем то, что, возможно, не имеет никакого смысла ловить. Попробуйте так постоять минуты две – равновесие удержать трудно. Сколько сил уходит на то, чтобы удержать такую позу! А теперь измените позу: ноги на ширине плеч, руки вдоль тела, спина выпрямлена, взгляд вперед – вполне устойчиво. Руки можете поднять, раскрыть, очертить вокруг себя сферу вашего индивидуального влияния. Правда, другое ощущение? Тело не обманывает – оно не может, подобно уму, придумывать оправдания, объяснения, давать интерпретации и выписывать индугенции.

Можно ощутить физически: положение.



- Представление – это самовосприятие и самооценка личности.
- Положение – это социально-экономическое положение личности.
- Потенциал – это возможности и способности личности.
- Состояние – это проявленная часть способностей и возможностей.

**Двигаясь по жизненной траектории, мы каждый раз оказываемся в одной точке. То самое «здесь и сейчас». Но нам часто кажется, что мы уже прорвались в некое будущее, частично мы уже там живем, или мы продолжаем пересматривать прошлое, говорить о нем, пытаемся решить старые проблемы. Образно говоря, мы тянем ноги и руки в разные стороны, удерживаем то, что уже давно пора отпустить, хватаем то, что, возможно, не имеет никакого смысла ловить**

Ваша точка на жизненной траектории характеризуется конкретными значениями четырех параметров, в совокупности дающих некую интегральную функцию. И дальнейшее ваше движение будет определяться тем, что вы выберете делать с каждым из четырех параметров. То есть логика предыдущего движения есть, но в данной точке вы свободны в своем выборе. Это явление Тимоти Голви в книге «Работа как внутренняя игра» назвал мобильностью. Прошлое предопределяет, но не определяет.

Будущее вероятно, но не безусловно. А четыре параметра можно ощутить физически: положение в правой руке – вы его держите, вы его достигли. Представление в голове – какой вы, кто вы, что вы можете, чего хотите, какие есть образцы для подражания, какие модели поведения. Состояние в левой руке – проявляться всегда непросто, какая часть ваших способностей в действии, какие сочетания чувств, мыслей и действий определяющие. Потенциал – он ваш, но он под ногами, вы на него опираетесь и обычно проявляете только его малую часть. Вы можете менять представление, продвигаться по иерархии положения в обществе, управлять состоянием, актуализировать потенциал. Трудно изменять все четыре параметра одновременно – трудно зависнуть в воздухе надолго. Но последовательное и осознанное изменение параметров даст результирующую интегральную функцию, которая и влияет на вашу удовлетворенность жизнью. Вопрос заключается в том, как их менять.

### Положение

Раз уж нам нельзя быть свободным от общества, стоит занять в нем положение. Оно часто характеризуется материальной составляющей. И тут очевидно: человек либо богат, либо не очень, либо вообще не имеет средств, либо имеет больше, чем может потратить. Если условно взять пять уровней в иерархии положения, то в первом состоянии человек пока не способен ни на что устойчивое, ну, скажем так, «бомж». Он не может ни нормально устроиться, ни полу-



чить хоть какую-то стабильность. Затем наступает вторая стадия, когда человек может что-то сделать, представляет некую ценность как исполнитель, и тогда человек может где-то устроиться – найти работу по профессии. Но при этом

феодалных времен. То есть здесь та грань, когда возникает свободное время. Когда человек обладает достаточными владениями, он может выбирать, работать или не работать. Есть, на что жить. Исполнителю нужно постоянно

**Переход от одного положения к другому не бывает быстрым. За исключением сугубо сказочных историй. Но положение, занятое благодаря стечению обстоятельств, часто бывает непрочным**

отношения со временем и с материальными благами совершенно определенные, то есть человек вынужден постоянно тратить время, чтобы поддерживать свое жизненное состояние. Это «исполнитель». Дальше человек, продвигаясь, начинает переходить к управлению. То есть может не сам что-то делать, а управлять исполнителем (либо ресурсами – торговля). Следующее положение – это владение. Оно всегда было, еще с

что-то делать, чтобы было на что жить. Управляющий обычно организует время так, чтобы частично работать, частично думать о будущем. Хороший управляющий может все делегировать либо исполнителям, либо другим управляющим. Чем лучше управляющий, тем меньше он работает. Ему не нужно тратить все время на воспроизводство. Но на уровне владения человек уже может выбрать, и если он не хочет дальше продви-

гаться, то он может в принципе ничего и не делать. Дальше идет положение, где людям уже не важно, владеть или не владеть. Они могут направлять процессы, это уже уровень духовного наставничества. Таковы проявления внешнего социально-экономического положения в обществе. В одних культурах между положениями стоит непроходимая стена (кастовость в Индии), в других мерилем жизненного успеха является быстрое продвижение вверх (американская мечта о self-made man), в третьих – место «властителей» занимают «торговцы», духовные наставники отсутствуют в принципе. Получается усеченная пирамида иерархии, которая приводит к заметным трудностям в общественном развитии.

Объективно вектор движения направлен в сторону повышения социально-экономического положения. Если мы не нашли работу, мы стараемся найти стабильную работу, затем, по возможности, сделать какую-то карьеру. Дальше – предпринимательство, владение, власть и, наконец, идеология и стратегическое управление. Переход от одного положения к другому не бывает быстрым. За исключением сугубо сказочных историй. Но положение, занятое благодаря стечению обстоятельств, часто бывает непрочным. Сколько историй нам дали бурные 90-е годы в нашей стране! Культура положения – тоже серьезная тема для исследования и работы.

## Представление

Положение – внешнее, представление – внутреннее. Представления о себе могут и должны меняться с течением времени, они подлежат периодическому пересмотру, должны производиться в соответствие со своим состоянием. Человек может быть одним по положению, а видеть себя другим в своем представлении. Это источник напряжений. Позитивных – если человек стремится использовать свой потенциал, чтобы занять другое положение. И негативных, если

это противоречие не осознается, а переживается как недооценка обществом его способностей. Тогда человек переживает разочарование, разлад с собой. Помните истории про непризнанных гени-

это сочетание проявляются наши способности и возможности. Мы никогда не делаем что-то, не испытывая при этом никаких чувств и не думая, что именно мы чувствуем, думаем и делаем, связано с на-

результате получается бракодел, потому, что ему главное продать работу, а не сделать ее качественно. Или если человек по состоянию торговец, а находится в правительстве, то это ведет к коррупции – он естественным для себя образом использует положение как ресурс и не может понять, что в этом дурного, зачем занимать положение, если не извлекать корысть. Его состояние непротиворечиво – и попытки взывать к совести обречены на провал. Поэтому если не совпадает положение и состояние человека, это все время вызывает и внешние проблемы, и внутреннюю неудовлетворенность.

Если положение подкрепляется состоянием, правильным представлением и потенциалом, тогда оно стабилизируется. Тогда возникает устойчивое состояние, когда человек может

**Положение – внешнее, представление – внутреннее. Представления о себе могут и должны меняться с течением времени, они подлежат периодическому пересмотру, должны приводиться в соответствие со своим состоянием. Человек может быть одним по положению, а видеть себя другим в своем представлении. Это источник напряжений**

ев? Или любимые байки рекрутеров про молодых людей, еще не проявившихся как исполнители, но в представлении своем уже распоряжающихся ресурсами компании как топы.

Я могу быть, например, исполнителем, а видеть себя управленцем. Вместо того, чтобы выполнить действие и подчиниться управлению, я буду пытаться организовать процесс и спорить с управляющим. Или наоборот, если я вижу себя исполнителем, а занимаю управленческую должность, то буду испытывать дискомфорт и неуверенность. Если в первом случае страдают потребители продукта, то во втором человек может страдать сам и находиться в постоянном напряжении и внутреннем разладе.

Представление отвечает на вопрос, кто ты и какой ты. Положение – на вопрос, что ты. В английском языке они точно отличаются: *what are you? who are you?* У нас вопрос «кто» для всех случаев, может быть, поэтому так много путаницы. Повальная любовь к психологическому тестированию не столь давних времен объяснялась тем, что на какой-то основе надо формировать представление о себе. Например, страшно популярный и от этого не менее полезный тест: написать десять существительных, определяющих, кто ты.

## Состояние

Состояние – это сочетание чувств, мыслей и действий. Через

шими склонностями, привычками, задатками, способностями. Состояние следует развивать, опираясь на личный потенциал. И для этого есть много путей. Важно понять необходимость соответствия между потенциалом и состоянием, и – в идеале – с внешним положением.

**Представление отвечает на вопрос, кто ты и какой ты. Положение – на вопрос, что ты. В английском языке они точно отличаются: *what are you? who are you?* У нас вопрос «кто» для всех случаев, может быть, поэтому так много путаницы**

Дисбаланс между состоянием и положением влечет серьезные последствия. Если человек играет роль исполнителя, но он внутри себя торговец, то есть чувствует как торговец, думает как торговец, действует как торговец, то в

двигаться по линии, например, исполнителя. Он может стать хорошим профессионалом. Если он спортсмен, то он олимпийский чемпион. Если слесарь – мастер, как Левша. Когда человек выходит в такое независимое





состояние, он живет довольный собой и жизнью. Но если, к примеру, Левшу поставить управлять Госдумой, у него, наверное, через год случится инсульт. Нет

через сколько-то лет. «Все суета сует», тогда как внутреннее состояние, воспроизводимый внутри себя свет может становиться только ярче и сильнее.

**Если положение подкрепляется состоянием, правильным представлением и потенциалом, тогда оно стабилизируется. Тогда возникает устойчивое состояние, когда человек может двигаться по линии, например, исполнителя. Он может стать хорошим профессионалом. Если он спортсмен, то он олимпийский чемпион. Если слесарь – мастер, как Левша. Когда человек выходит в такое независимое состояние, он живет довольный собой и жизнью**

точной и прямой зависимости между высотой положения и переживанием себя счастливым и довольным жизнью.

Когда внутреннее состояние богато и проработано, то независимо от положения вы уже находитесь в состоянии полного удовлетворения жизнью. Положение не может быть постоянно, оно сменится либо через год, либо

### Потенциал

Что было раньше, курица или яйцо? Что важнее, материальное или духовное? Бытие определяет сознание или сознание – бытие? Двойственность делит нас вдоль: на возвышенный верх и плотский низ, поперек – на правое и левое полушарие, на мужское и жен-

ское. Можно еще поделить по диагонали: то, что хочу я, и то, что хотят от меня. То, где принуждают меня, то, где принуждаю я. Версий быть нецелостным великое множество.

Разбей яйцо – и оно уже не будет яйцом. Целостность нельзя перевернуть, нельзя трактовать

**Человеческая жизнь сплетает духовное и материальное. Недвойственность означает, что самое простое действие может быть проявлением духовного начала, а самое изощренное оставаться предельно материалистичным. И с этой точки зрения потенциал человека и безбрежен, и ограничен**

тем или иным образом, в зависимости от господствующей идеологии. Наши инструменты и методы основываются на целостном видении, на глубоком понимании того, что человек одновременно духовен и материален, душевен и эгоистичен, умен и энергичен. Человеческая жизнь сплетает духовное и материальное. Недвойственность означает, что самое простое действие может быть проявлением духовного начала, а самое изощренное оставаться предельно материалистичным. И с этой точки зрения потенциал человека и безбрежен, и ограничен.

В потенциале наша возможность быть высокоразвитыми духовными существами соединяется с той психо-физической данностью, которая досталась нам при рождении. Ведь способности растут из задатков, а задатки объективно закодированы в генах. Лягушка не станет быком, но при определенных условиях, если обладает актерскими способностями, может играть его роль. По большому счету, вся наша жизнь – это история раскрытия потенциала. Ее самые захватывающие драмы и коллизии как раз сосредоточены вокруг того, кем и чем



может быть человек. Становление – это процесс соединения потенциала с остальными тремя параметрами.

К сожалению, современная система образования не способна открывать потенциал человека. Интегрированная информация – только малая толика того, что

информации по-прежнему сложно. Это не позволяет современному человеку, независимо от его духовной, религиозной или образовательной платформ, осознать пространство своей личности, затрудняет его самоориентацию и не позволяет

нелый язык», часто недоступный и непонятный непосвященным. Их последователи нередко следуют за ними, не до конца понимая, куда же они придут в итоге и правильно ли они движутся вообще.

Необходимость освоения подобных искусственно созданных «новых» языков приводит к необходимости программирования личности в той или иной степени, своеобразной промывке мозгов. Подобный подход вызывает аллергическую реакцию неприятия таких способов входа в понимание темы личностного развития и самореализации личности.

Отсюда хорошо знакомый современным образованным людям «психо-туризм» (а также все разновидности духовно-эзотерического туризма), когда, не решив проблему выбора пути, начинают интересоваться всем и посещать все, что ни попадется на глаза, получая удовлетворение не от глубины, а от ширины охвата путей, не обживая внутренние тер-

**Лягушка не станет быком, но при определенных условиях, если обладает актерскими способностями, может играть его роль. По большому счету, вся наша жизнь – это история раскрытия потенциала. Ее самые захватывающие драмы и коллизии как раз сосредоточены вокруг того, кем и чем может быть человек**

нужно становящемуся человеку. И, чтобы уже во взрослом состоянии раскрывать свой потенциал, нам надо заново учиться общаться, видеть, самостоятельно думать, действовать.

### Четыре опоры

Если вы хотите изменить значение интегральной функции – то есть удовлетворенность жизнью, то в вашем распоряжении четыре параметра. При этом только один связан прочно с внешним миром, три другие внутренние, а значит, представляют собой ваши собственные ресурсы. И изменения в них могут происходить независимо от внешней среды. Если перенести этот принцип на компанию, можно понять, что к изменению рыночного положения ведут изменения внутреннего состояния, включая технологические, изменения представлений о себе, клиенте, рынке и пр., актуализация имеющегося потенциала. Если вы уже знаете, что необходимо изменить, ищите средства и способы.

### Матрица целостности

Не секрет, что в колоссальном потоке информации, обрушивающейся на современного человека, столько однообразных повторов, обрывочных сведений, рекламных всхлипов, что докопаться до системной, целостной

выбрать оптимальные только для него пути развития.

При этом существует и возникает вновь множество систем, претендующих на целостность и всеобъемлемость, но не дающих внятных и ясных представлений, позволяющих упростить понимание, не обедняя и не теряя всех значимых параметров личности. Подобные модели зачастую строятся не практиками, а теоретика-

**В качестве целостного решения реальной проблемы личностного развития была создана Матрица жизненных путей. Ее шесть узлов – простые и ясные всем носителям языка понятия, не имеющие разночтений и трактовок**

ми, не имеющими живого знания о содержании описываемых категорий, опыта, позволяющего видеть реальность представляемых понятий. Большинство же практиков, прошедших необходимый путь и приобретших определенный опыт, не считают нужным или не умеют систематизировать и передавать полученный опыт, либо напротив, пытаются представить его как универсальный.

Сформировались «тоннели опыта и развития», как будто не имеющие никакой связи друг с другом. Каждый декларирует то уникальность, неповторимость и непревзойденность своих тоннельных методов, то их универсальность и всеохватность. Лидеры подобных тоннелей создадут свой собственный «тон-

ритории, а только поверхностно навешая их.

В качестве целостного решения реальной проблемы личностного развития была создана Матрица жизненных путей. Ее шесть узлов – простые и ясные всем носителям языка понятия, не имеющие разночтений и трактовок.

Представьте себе, что из темного тоннеля, к тому же извилистого, вы выходите наружу и попадаете в полный света собор. Не в безбрежное пространство, где нет ориентиров, а в обустроенное, структурированное, хотя при этом – грандиозное. Поднимите голову вверх: захватывает дух, правда? Матрица, кстати, от слова «матра» – прародительница, а вовсе не по математическим аналогам.





**Матрица жизненных путей (LifeTracksMatrix™)** – это системный подход к раскрытию и развитию личного потенциала, переходящего в реализованное личностное состояние.

Это универсальный способ взращивания и расширения внутренних ресурсов.

Это интегральный метод, приводящий личность к индивидуальной и социальной самореализации и достижению полной удовлетворенности жизнью.

Это инструмент, помогающий достичь желаемого социально-экономического положения и дополнить это положение богатством и возвышенностью проработанного внутреннего состояния. Подробнее вы можете прочитать на сайте [www.matrix888.ru](http://www.matrix888.ru).

### Фундаментальный сдвиг

Если уж в нашем движении по жизненной траектории мы добрались до Матрицы, есть смысл сразу поискать ответы на два вопроса. Первый – как мне в моем текущем положении и состоянии начать актуализировать мой потенциал. И второй – как мне реализовать в реальном материальном мире мой пробужденный потенциал.

Потенциал не может проявляться по мановению волшебной палочки, работа по его актуализации – это целенаправленная деятельность.

Мы привыкли быть полностью включенными в текущий жизненный процесс: работа, семья, пере-

движения, регулярные или не очень физические занятия, поездки. Свободное время, возможно, и есть, но сразу же на него находятся претенденты: надо встретиться с друзьями, пойти на выставку, почитать, сходить поучиться, сил нет, надо полежать, посмотреть телевизор. Если вдруг не находится привычных занятий, мы испытываем беспокойство: «мне никто не звонит, я никому не нужен...».

**3.** Энергия. Если вы высвободили время, нашли место, но пришли туда уже обессиленные, ни о каком росте речи быть не может. Если нужен только отдых, отдыхайте. Запас сил, направленных на рост и развитие, – гарантия того, что завтра тема не будет похоронена под грузом срочных и важных дел.

Выберите сами, чем именно вы будете заниматься. А теперь

**К**огда стоишь на вершине, открываются горизонты. Но только спускаясь вниз потенциальное становится воплощенным. Ваши способности, какими бы они ни были, требуют произведения, как минимум, постоянной практики



Если при этом уровень удовлетворенности жизнью не падает ниже определенных показателей – продолжайте в том же духе. Но если нужна подъемная дельта для творчества, карьерного рывка или других целей, обеспечьте себя личными ресурсами. Это необходимые условия.

**1.** Время, отведенное для себя и только для себя, это время вашего роста.

**2.** Место, где никто не будет покушаться на ваше время, которое способствует росту.

нужны еще и достаточные условия. Сдвинуть себя с места можно, если есть источники роста: вера и видение, согласие и вдохновение, воодушевление и радость, спонтанность и гармония, внимание и намерение и умение обучаться. Источники роста – это верхний треугольник Матрицы: Ум–Дух–Душа. Именно здесь открывается пространство, появляются вдохновляющие идеи, свежие мысли, обновляются чувства. Посмотрите в выбранном вами занятии, что

получает Дух, что Душа, что Ум. Хватит ли у вас веры, воодушевления, намерения, чтобы пройти путь, который наметили? И начинайте двигаться. В какой-то момент вы заметите, что и текущий жизненный поток стал организовываться по-другому.

Наступает замечательный период, когда раскрывается потенциал, прибывают силы, появляется избыток энергии. И ты понимаешь, что актуализация потенциала не была самоцелью. Если пробудился лидерский потенциал, он будет искать себе реализации, осуществления. Если пробудился творческий потенциал художника, вам до зуда в руках захочется взять кисть и окунуть ее в краску. Когда стоишь на вершине, открываются горизонты. Но только спускаясь вниз потенциальное становится воплощенным. Ваши способности, какими бы они ни были, требуют произведения, как минимум постоянной практики.

ваш поток может пойти и по-своему, может застопориться в каком-то месте. Часто бывает, что идея есть, доведена до проработанной мысли, а намерение не возникает, значит, не происходит действия. Все застывает как в сахарном

взаимодействии между ними. Глядя на Матрицу потока реализации, легко понять сюжеты своей истории: почему думал, но не сделал, чего-то хотел, но не понял, чего именно, поэтому получилось как всегда.

**Наступило время фундаментальных изменений в нашем отношении к самим себе. Ход истории не даст нам возможности продолжать действовать по-старому, не осознавая, кто мы такие, куда идем, чего хотим для себя, чего хотим от жизни, чего хотим для окружения, ближнего и дальнего. Каково наше предназначение в жизни, какова наша модель успеха. Как мы образовываемся – сравните с пассивным «получаем образование». Возможно, кто-то назовет эти вопросы предельными. Но они стоят, и поза страуса не избавляет от необходимости отвечать на них**

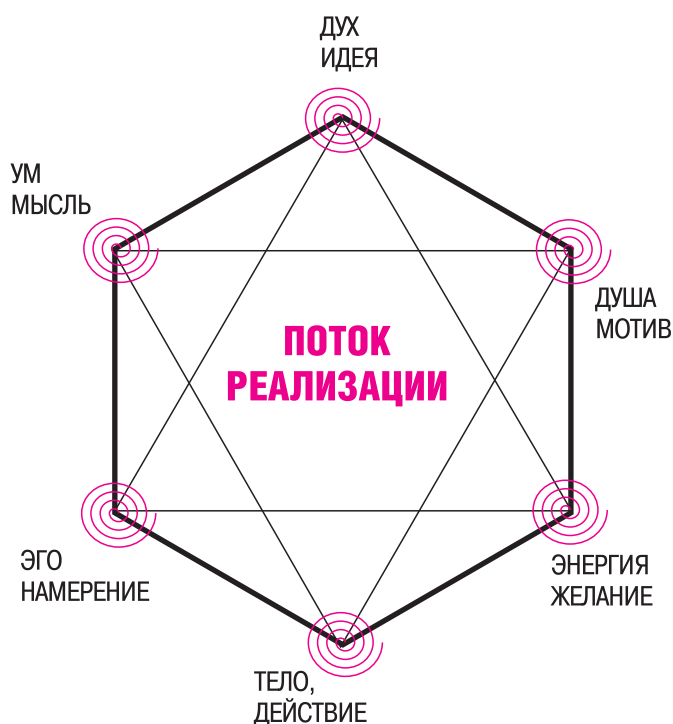
сиропе. Ищите проблемы в точках мотива и желания. Если сторона, отвечающая за чувства, не включена, бессознательное внутреннее сопротивление вам обеспечено.

Матрица потока реализации легко применима для прагматич-

### Сумма счета

Наступило время фундаментальных изменений в нашем отношении к самим себе. Ход истории не даст нам возможности продолжать действовать по-старому, не осознавая, кто мы такие, куда идем, чего хотим для себя, чего хотим от жизни, чего хотим для окружения, ближнего и дальнего. Каково наше предназначение в жизни, какова наша модель успеха. Как мы образовываемся – сравните с пассивным «получаем образование». Возможно, кто-то назовет эти вопросы предельными. Но они стоят, и поза страуса не избавляет от необходимости отвечать на них.

Мы осветили только небольшую часть пространства Матрицы жизненных путей. Мы и сами не освоили до конца ее возможности и ресурсы и находимся в начале пути. Попробуйте, пользуясь нашими инструментами, поискать ответы на свои вопросы. Матрица хорошо работает как инструмент для создания и развития корпоративной культуры, если смотреть на нее как на многомерное явление. Общайтесь с нами в сообществе Life Tracks Matrix ([matrix888.ning.com](http://matrix888.ning.com)). Вместе мы продвинемся дальше и воплотим больше. ■



Структура потока реализации показана на Матрице. То, как вы будете двигаться от глубокой идеи в Духе до действия в Телe, – это только ваш собственный путь. Обычно намерение следует за желанием, а мысль за мотивом. Но

ного анализа любого проекта, только помните, что в каждой точке есть живой носитель идеи, мысли, мотива, желания, намерения, действия. В компании это могут быть разные люди. Но тогда вам надо строить мощное