

---

---

## ДЕВЯТЬ ДЕКЛАРАЦИЙ

---

- I. ПРИНИМАЙТЕ ЖИЗНЬ ВСЕМ СВОИМ  
СУЩЕСТВОМ И В ПОЛНУЮ СИЛУ
- II. ПЕРЕСМОТРИТЕ СВОЮ ПОВЕСТКУ  
ДНЯ
- III. ПОБЕДИТЕ СВОИХ ДЕМОНОВ
- IV. ДВИГАЙТЕСЬ ЭНЕРГИЧНО
- V. ПРАКТИКУЙТЕ ТЕХНИКИ РАДОСТИ  
И БЛАГОДАРНОСТИ
- VI. НЕ НАРУШАЙТЕ ЦЕЛОСТНОСТИ
- VII. УСИЛИВАЙТЕ ЛЮБОВЬ
- VIII. ПРОБУЖДАЙТЕ ВЕЛИЧИЕ
- IX. ЗАМЕДЛЯЙТЕ ВРЕМЯ

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](#)

БРЕНДОН БЕРЧАРД

# МАНИФЕСТ МОТИВАЦИЙ

Девять деклараций  
о праве на личную силу



Москва  
2015

[>>>](http://kniga.biz.ua)

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](#)

---

---

# СОДЕРЖАНИЕ

---

Декларация о личной силе .....	9
--------------------------------	---

## РАЗДЕЛ ПЕРВЫЙ О ЧЕЛОВЕЧЕСКОЙ ПРИРОДЕ

О свободе .....	25
О страхе .....	52
О мотивации .....	83

## РАЗДЕЛ ВТОРОЙ ДЕВЯТЬ ДЕКЛАРАЦИЙ

I. Мы должны принимать жизнь всем существом и в полную силу .....	109
II. Пересмотрите свою повестку дня .....	136
III. Победите своих демонов .....	163
IV. Продвигайтесь энергично .....	183
V. Практикуйте техники радости и благодарности .....	208
VI. Не нарушайте целостности .....	222
VII. Усиливайте любовь .....	246
VIII. Пробуждайте величие .....	262
IX. Замедляйте время .....	283
Об авторе .....	298

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](#)

---

---

Все религии, искусства и науки — ветви одного дерева.  
Они направлены на облагораживание жизни человека,  
поднятие его из жалкой сферы телесного существования  
и приведение личности к свободе.

АЛЬБЕРТ ЭЙНШТЕЙН

---

Комфорт — тюремщик свободы и враг роста.

ДЖОН Ф. КЕННЕДИ

---

---

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](#)



---

---

## ДЕКЛАРАЦИЯ О ЛИЧНОЙ СИЛЕ

---

**В** жизни людей, обреченных на величие, наступает момент, когда им приходится встать перед зеркалом смысла и спросить себя: *«Почему, обладая сердцем храброго льва, мы прозябаем, как мышь?»*

Мы должны пристально посмотреть в свои усталые глаза и понять, почему так много времени мы тратим на то, что нас отвлекает; почему сама мысль открыть для себя свою подлинную сущность нас пугает; почему мы так поспешно бежим от конфликта и почему даем согласие играть незначительную роль. Мы должны спросить себя, отчего мы столь пугливо участвуем в безумной гонке общества, увлекаемся бездарными фантазиями и довольствуемся остатками награды, в то время как природа дала неограниченную свободу, власть и достаток отважным, решительным, творческим и независимым — *каждому из нас*. Мы должны спросить у себя, не привело ли наше желание благополучия и признанности к такому общераспространенному выбору — и к скуке. Мы должны спросить: *«Когда мы будем готовы подняться на новый уровень существования?»*

Когда в процессе событий в жизни человека становится необходимым задать такие вопросы и отказаться от убеждений и поведения, ограничивающего нас; когда необходимо еще раз обратиться ко всей мощи нашего существа, которой Господь и законы природы нас наделили, — соответствующее уважение к людям требует заявить о наших представлениях, вынуждающих приложить силы и отделиться от тех, кто препятствует нашему жизнелюбию, росту и счастью.

Мы обязаны заявить о нашей личной силе и свободе.

Подобные истины представляются самоочевидными: хотя в силу различий в воле, намерений, усилий и привычек условия наших жизней не равны, — все мужчины и женщины были созданы равными. Все мы были наделены Создателем определенными неотъемлемыми Правами, среди которых Жизнь, Свобода и поиски Счастья, однако насколько уверенно и дисциплинированно мы станем стремиться к полноценной, свободной и счастливой жизни — зависит от каждого из нас. Мы считаем, что величайшей человеческой силой является способность независимо думать, выбирать свои цели, симпатии и действия. Ибо в человеческом сердце живет естественная воля к свободе и независимости, психологическая склонность к самонаведению, биологический императив роста и духовная радость выбора и проживания своей собственной жизни. Основная человеческая мотивация — быть свободным, выражать свою подлинную сущность, осуществлять свою мечту без

ограничений и пережить то, что называется Личной Свободой.

Чтобы обеспечить себе эти Права и Личную Свободу, сознательные мужчины и женщины не должны соглашаться на то, чтобы ими управляли страхи, условности или воля масс. Мы должны управлять своей собственной жизнью, а если наши мысли и поступки становятся деструктивными, мы обязаны их изменить или от них отказаться, чтобы затем выстроить новые привычки — как основание для более свободной и счастливой жизни. Нам нужно приложить силы, совершенствуя свое мышление и взаимодействие с миром.

В случае, если длинная цепочка самоподавления и социального контроля снижает нашу силу и независимость, — у нас есть право — и *долг* отбросить такую жизнь, обновиться и направить неизрасходованное к вратам величия.

Мы уже долго и терпеливо страдали в надежде, что некий человек или некая удача однажды подарит нам больше возможностей и счастья. Но ничего извне не может нас спасти, и в роковой час нам самим решать — оставаться ли нам в ловушке на прежнем уровне существования или решиться взойти на следующую ступень сознания и радости. В этом больном и беспокойном мире мы должны найти мир внутри себя и стать более уверенными в себе, создавая жизнь, которую мы заслуживаем.

Такое усилие будет нелегким, ибо история наших действий слишком часто является рассказом о поражениях и несчастьях, объяснимых слепым

желанием быть названными достойными, принятыми и любимыми теми, кто навряд ли знает нашу настоящую сущность и силы. Поэтому мы и сдерживали себя: мы забыли определить четкие намерения и стандарты и слишком часто не можем выразить наши желания и мечты. Хаотичность и посредственность слишком часто распоряжаются нашим днем, а кто-то крикливый и бедствующий диктует нам, кто мы и что должны делать, — и наша жизнь становится объектом тирании глупцов. Если мы окажемся достаточно смелыми, чтобы признать свои ошибки, — мы, возможно, обнаружим нереализованный потенциал и сможем увидеть сияющий новый путь.

Поэтому давайте исправим свою жизнь. Посмотрим в зеркало и будем честными. Не важно, что мы там увидим, — давайте воспользуемся простыми человеческими истинами и личными впечатлениями, чтобы истребовать себе нашу свободу:

Мы слишком часто теряем себя в бездне неосведомленности. Мы постоянно растрчиваем энергию, теряем благословение и понимание значимости настоящего момента. Нам как будто нравится пребывать в другом месте и заниматься там другим делом; как если бы мы жили в другой часовой зоне, за несколько часов до или после радостного восклицания Настоящего. Мы забыли о том, что настоящий враг жизни не отдаленная смерть, а настоящая — в момент ее отрыва от живого. Если мы хотим быть свободными и жить в полную силу, мы должны решиться перенести всю мощь сознательного ума в переживание настоящего. Мы должны

сделать выбор *чувствовать* снова. Мы должны определить для себя, кто мы, какую роль мы хотим выполнять, какие будут наши отношения с миром. Без ясного осознания мы не сможем взаимодействовать с другими или с собой; и мы не сможем соответствовать требованиям настоящего часа. Ради этого мы должны заявить: **МЫ ДОЛЖНЫ ПРИНИМАТЬ ЖИЗНЬ ВО ВСЕЙ ЕЕ ПОЛНОТЕ И СИЛЕ.**

Мы уступили контроль над повседневной жизнью. На фоне непрекращающегося отвлечения наша выучка в преследовании амбициозных целей сошла на нет. Пробел выходного дня представляется нам непостижимым, ибо нас гипнотизирует ложная и непреодолимая потребность удовлетворять все желания других. Нас вынуждают смотреть с одного-единственного угла, отрывают от разумных усилий, толкая к легкомысленному преследованию ложных целей; и мы часто не можем для себя решить, как уравновесить свою жизнь с нуждами того, кого мы любим. Мы слишком часто оторваны от того, ради чего по большому счету и стоит бороться; наша деловая активность поглощает весь день, но это не работа нашей жизни. Многие в жизни не знают о решительной и волнующей цели — не жаждут ее с утра и не настраивают на нее свой день. Жизнь, чья радость, сила и удовлетворение полнее, — уготована тем, кто сознательно строит свою жизнь. Ради этого мы должны заявить: **МЫ ДОЛЖНЫ ПЕРЕСМОТРЕТЬ СВОЮ ПОВЕСТКУ ДНЯ.**

Нечто внутри нас мешает естественному движению к свободе. Оно кричит и ноет, вынуждая остановиться всякий раз, если стремление нарушает наш комфорт или если мы решили быть любящими и настоящими в этом страшном мире. Или если мы стремимся к переменам ценой своего положения или же если мы возжелали обладать чем-то великолепным, ради чего нам придется потрудиться. Наши внутренние демоны отравляют нас беспокойством и страхом, замедляя рост и живость всякий раз, когда наше положение становится уязвимым. Наша судьба определяется тем, насколько хорошо мы знаем этих демонов Сомнения и Отсрочки, насколько успешно мы обороняемся против них и сколько сражений с ними мы выигрываем каждый день своей жизни. Не умея владеть собой, мы — рабы страха. Справившись, мы добиваемся величия и трансцендентности. Ради этого мы должны заявить: **МЫ ДОЛЖНЫ ПОБЕДИТЬ СВОИХ ДЕМОНОВ.**

Большинство из нас взрослеет не так быстро, как могли бы. Мы постоянно держим паузу, мы выжидаем и выжидаем, — чтобы узнать, кто мы; чтобы заявить о своих мечтах; бороться за желаемое; открыть себя целиком жизни и любви. Мы ждем, пока в нас вырастет личное мужество; или ждем, пока общество даст нам нечетко определенное разрешение на активацию нашего потенциала. Мы забыли о том, что мужество — это выбор и что разрешение на смелое движение вперед никогда не будет отдано пугливыми массами. Многие

позабыли, что поиск перемен всегда требует точку безумия. Если принятие действия до того, как сложились идеальные условия, или раньше, чем нами получено разрешение, — считается неразумным и безрассудным, то это значит, что мы должны стать неразумными и безрассудными. Нам стоит помнить, что мы представляем из себя сумму не намерений, а действий. Наше спасение — это смелость и уверенная инициатива; с ними мы можем подняться, прыгнуть и воспарить к высотам подлинного величия. Нам важно не упустить важности момента, когда он призывает нас приступить к чему-либо большому и важному. Ради этого мы должны заявить: **МЫ ДОЛЖНЫ ЭНЕРГИЧНО ДВИГАТЬСЯ.**

Мы измучены. Вокруг себя мы видим выветренные, поникшие, суровые лица. Мы слышим разговоры, которые кажутся нам невероятно тихими и покорными, как шепот уставшего и расформированного племени. Эмоциональная энергия мира еле теплится. Благополучие отвергают ради богатства, успех подразумевает здравомыслие. Со временем некоторые охлаждаются к жизни и другим людям. Почему мы не чувствуем энергичного, задорного и повышенного пульса, каковым должны отличаться эти избранные и способные люди? Отчего не слышим больше жизни и смеха? И где эта резонирующая, бешеная ярость и страсть людей, живущих полной жизнью? Куда подевались люди, обжигающие своей харизмой, магнетизмом и весельем? Где благодарность за искру жизни? Мы