

УДК 159.92  
ББК 88.52  
Т61

**Торсунов, Олег Геннадьевич.**  
Т61 **Азбука успеха: путь к процветанию без преград и сомнений / Олег Торсунов. — Москва : Эксмо, 2018. — 272 с. — (ВЕДЫ: веди меня к счастью).**

Успех — это вовсе не мешок с деньгами и не личный остров с пальмами. Успех — это результат некоего процесса, без которого невозможно настоящее процветание. Книга специалиста в сфере психологии и практик личностного роста Олега Торсунова — это напоминание о том, без чего любой успех невымыслим. Независимо от того, какая область вам ближе всего...

Для чего нужен наставник и как его найти? Как улучшить отношения в коллективе? Как правильно, без ущерба для самого себя и окружающих, построить карьеру, стать успешным бизнесменом или хорошим руководителем? И как во всем этом нам помогут Веды?.. В книге использованы уникальные материалы лекций и семинаров, а также истории реальных людей, которым в разное время помог Олег Торсунов.

УДК 159.92  
ББК 88.52

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

Издание для досуга  
ВЕДЫ: ВЕДИ МЕНЯ К СЧАСТЬЮ

**Торсунов Олег**  
**АЗБУКА УСПЕХА**

**Путь к процветанию без преград и сомнений**

Главный редактор *Р. Фасхутдинов*  
Ответственный редактор *А. Мясникова*. Редактор *Л. Гречаник*  
Младший редактор *Э. Фефелова*. Художественный редактор *С. Власов*  
Компьютерная верстка *Н. Зенков*. Корректор *О. Гаманек*

В оформлении переплета использованы фотографии:  
24Novembers, zffoto / Shutterstock.com  
Используется по лицензии от Shutterstock.com

ООО «Издательство «Эксмо»  
123308, Москва, ул. Зорге, д. 1. Тел.: 8 (495) 411-68-86.  
Нале паре: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru)  
Өндүрүш: «ЭКСМО» АҚБ Баспасы, 123308, Мәскеу, Зорге көшесі, 1 үй.  
Тел.: 8 (495) 411-68-86.  
Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru)  
Тауар белгісі: «Эксмо»

Интернет-магазин: [www.book24.ru](http://www.book24.ru)  
Интернет-дүкен: [www.book24.kz](http://www.book24.kz)  
Импортер в Республику Казахстан ТОО «РДЦ-Алматы»  
Қазақстан Республикасындағы импорттаушы «РДЦ-Алматы» ЖШС.  
Дистрибутор и представитель по прямым продажам на продукцию в Республике Казахстан: ТОО «РДЦ-Алматы»  
Қазақстан Республикасында дистрибутор және өнім бойынша арыз-талаптарды қарылдаушы өнім «РДЦ-Алматы» ЖШС.  
Алматы қ., Домбровский көш., 3-а, литер Б, офис 1.  
Тел.: 8 (727) 251-59-90/91/92; E-mail: [RDC-Almaty@eksmo.kz](mailto:RDC-Almaty@eksmo.kz)  
Өнімнің қарамдылық мерзімі шектелмеген.  
Сертификация туралы ақпарат сайты: [www.eksmo.ru/certification](http://www.eksmo.ru/certification)

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ о техническом регулировании можно получить на сайте Издательства «Эксмо» [www.eksmo.ru/certification](http://www.eksmo.ru/certification)  
Өндiрген мемлекет: Ресей. Сертификация қарастырылмаған

EKSMO.RU  
новинки издательства



Подписано в печать 28.09.2018. Формат 60x84<sup>1/16</sup>.  
Печать офсетная. Усл. печ. л. 15,87.  
Тираж экз. Заказа



ISBN 978-5-04-095680-7



ISBN 978-5-04-095680-7

В электронном виде материал доступен на сайте [www.aitics.ru](http://www.aitics.ru)

ЛитРес:  
лучше читать вместе



© Торсунов О. Г., текст, 2018  
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2018

# СОДЕРЖАНИЕ

## ПРЕДИСЛОВИЕ

### ГЛАВА 1. | МИР ОТКРЫТ ДОБРЫМ И УМЕЮЩИМ СЛУШАТЬ! ВАЖНОЕ ОБ УЧЕНИЧЕСТВЕ

Зачем мы учимся и кто такие нароттамы?	11
От правильной позы до «сознания пчелы»: условия успешной учебы	15
Два вектора ума	25
Можно ли научить учиться?	28
Что важнее — оценка или характер?	34
Еще одно определение разума. Разговор о мальчиках и девочках	37

==  
3

### ГЛАВА 2. | ТРУД: ДУШЕВНЫЙ, ФИЗИЧЕСКИЙ, ВОЗВЫШАЮЩИЙ!

К какой категории себя отнести?	44
О плодах труда и распределении благ	60
«Парад планет» в жизни и на рабочем месте	69
О разных типах, приятных и не очень	77

==

### ГЛАВА 3. | ДОСТИЧЬ И УДЕРЖАТЬСЯ: ПОЗИЦИЯ ЛИДЕРА

Качества истинного лидера	85
Наказание: иногда оно необходимо	98
Позитивный взгляд, голос совести и внимание	107

## ГЛАВА 4. | ВЗЛЕТНАЯ ПОЛОСА: ЕСЛИ ВЫ РЕШИЛИ ОТКРЫТЬ СВОЕ ДЕЛО

Хочу быть предпринимателем!	117
Вижу цель!	124
Бизнес и... дружба	128
Нужен совет...	131
Благочестие и деньги	134
Интересные вопросы о бизнесе	139

## ГЛАВА 5. | КРЫЛЬЯ ЗА МОЕЙ СПИНОЙ. ПОДДЕРЖКА СЕМЬИ

Семья и работа — == как они пересекаются?	144
4 Виды брака и наши «зоны ответственности»	154
== Наши лучшие качества: и что нам с ними делать?	169

## ГЛАВА 6. | «СЧАСТЬЕ, Я ТЕБЯ ЖДУ!» А НУЖНО ЛИ ЖДАТЬ?

Где ты, счастье?	184
Объявляется большая чистка!	195

## ГЛАВА 7. | ОТРЕЧЬСЯ, ЧТОБЫ... ВЗЛЕТЕТЬ. САМАЯ СЕРЬЕЗНАЯ ГЛАВА

Карма и свобода выбора: нет ли противоречия?	215
Хочу! Хочу! Хочу!	220
Разум и чувства, отречение истинное и ложное	227

## **ГЛАВА 8. |** ТОТ, КТО ОСВЕЩАЕТ ПУТЬ. СЛОВО О НАСТАВНИКАХ

Наставник — это...	243
Дорогие мои родители	251
Несколько важных тонкостей	261
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ</b>	<b>268</b>

==

5

==

## ПРЕДИСЛОВИЕ

Во время своих лекций, прежде чем рассматривать какие-либо вопросы, я обычно предлагаю слушателям высказать свое мнение по обозначенной теме. А потом мы совместными усилиями приходим к «общему знаменателю». Например, какими должны быть основные правила семейной жизни? Можно ли исправить негативную карму? Что такое счастье?

Ответы я получаю очень разные, иногда очень глубокие и мудрые, иногда забавные, а иногда даже такие, что становится страшновато...

6 И вот однажды я предложил посетителям своего семинара попробовать ответить на вопрос «Что такое успех?»

Разнообразие ответов меня поразило. Приведу лишь некоторые из них.

«Это когда много денег».

«Это когда тебе никто не указ».

«Это когда человек достиг высшего духовного развития».

«Успех — это когда все тебя любят».

«Это когда у тебя и у твоих родных все хорошо».

«Успеха честному человеку достичь невозможно! Все в этом мире продается и покупается за деньги!»

«Это когда у тебя все есть».

«Это когда тебе уже на всех и на все наплевать».

«Это когда ты стоишь такой на сцене, а тебе несут цветы, медали, “Оскара”, кучу денег и женщины вешаются тебе на шею».

«Успех — это когда можешь купить свой собственный остров».

«Это когда у твоего канала миллион подписчиков».

«Когда у тебя есть талант».

Не правда ли, люди совершенно по-разному понимают успех? С одной стороны, ничего удивительного нет — на моих занятиях присутствуют представители разных профессий, разных социальных слоев, люди с разными устремлениями. Но все равно такой разброс мнений стал неожиданным даже для меня. В первую очередь тем, что для большинства отвечавших на вопросы успех ассоциировался с чем-то материальным: деньги, награды, острова и тому подобное.

Почему успех многими из нас воспринимается именно так: чем больше материальное достояние, чем больше денег, почестей, чем больше человеку уделяют внимания, тем он успешнее? Конечно, главную роль в этом сыграли средства массовой информации: телевидение, интернет, так называемые глянцево-журналы, которые из года в год, изо дня в день убеждают нас, что нужно набивать карманы, строить финансовые империи, нужно идти по головам, стремиться к цели, несмотря ни на что... И это грустно.

А ведь если мы посмотрим, как словари определяют значение слова «успех», то увидим: ни слова о материальном достатке там вообще нет! «Успех — это достижение поставленных целей, положительный результат деятельности, общественное признание». То есть успех — это вовсе не мешок с деньгами и не личный остров с пальмами. Успех — это результат некоего процесса. Но именно о процессе, о том, что, собственно, приводит нас к успеху, многие забывают.

Тогда я понял, что нужно провести цикл лекций именно по этой теме. Посвятить их тому, как можно достичь успеха в разных областях: в учебе, в бизнесе, в семейной жизни, в работе. И сделать акцент не на «зарабатывании» или «подписчиках в инстаграме», а на духовной составляющей — самой важной.

Те, кто уже читал мои книги и посещал мои лекции и семинары, знают, что основным направлением моей научной деятельности является изучение Вед — древних памятников народной мудрости. Именно Ведам, их толкованию и использованию этой информации в современной жизни посвящены мои занятия.

Иногда меня спрашивают: «А чему может научить нас текст, написанный больше трех тысяч лет назад? Сейчас совсем другая жизнь и другие ценности!»

8

Дело в том, что ценности «другими» не бывают. И три тысячи лет назад, и сто лет назад, и в наши дни ценились и ценятся одни и те же человеческие качества, неизменными остаются понятия о том, «что такое хорошо и что такое плохо». Они не зависят ни от времени, ни от убеждений человека, ни от того, в какой стране он родился или какую веру исповедует. Поэтому обращение к ведической мудрости вовсе не означает, что мои лекции и книги предназначены только для индуистов. Ничего подобного! Они для всех — и, надеюсь, для вас в том числе.

Конечно, не может быть одного-единственного «рецепта успеха» на всех. Несмотря на то, что основные человеческие ценности в мире одни и те же, мы все разные — кто-то занимается творческой деятельностью, кто-то бизнесом, кто-то работает воспитателем, а кто-то еще учится в школе. Поэтому, приступая к этой книге, я не ставил перед собой цель написать

учебник по бизнесу или пошаговую инструкцию для дизайнеров, учителей, брокеров, студентов института культуры... Мне хотелось создать книгу-напоминание о том, без чего успех — любой успех! — немислим. Независимо от того, какая область вам ближе всего, вы найдете здесь что-то полезное для себя. Потому что — повторяюсь — я основываюсь на идее о том, что на первом месте всегда должна быть духовная составляющая. Только самосовершенствование, только работа над собой и над своим характером, над своими недостатками может привести нас к успеху — в любом деле.

Как, собственно, появилась эта книга?

Я много раз получал письма, в которых люди сетовали на то, что не всегда можно прийти на встречу со мной — страна у нас большая, и все населенные пункты я просто не в состоянии объехать. Была мысль выкладывать записи и тексты в интернете, но это тоже устраивает не всех: несмотря на быстрое развитие этого средства коммуникации, не всем интернет доступен и не все (особенно представители старшего поколения) умеют им пользоваться. Поэтому в итоге я пришел к выводу: нужна «бумажная» книга.

Издание, которое вы сейчас держите в руках, основано на уникальных материалах... Нет, это не само-реклама. Уникальны они потому, что соавторами этой книги в определенном смысле выступили мои слушатели. В книге, помимо содержательного и полезного для вас (я надеюсь) текста, собрано множество отрывков из бесед со слушателями, записи ответов на многочисленные вопросы, которые мне задавали на моих творческих вечерах. Думаю, что они будут вам интересны, ведь очень часто мы находим решение какой-то своей личной проблемы, послушав или прочитав рассказ

другого человека о том, как он действовал в аналогичной ситуации.

Но главной причиной, заставившей меня заняться написанием книги, стала именно та беседа, о которой я упомянул вначале. Очень уж неприглядная картина вырисовывается: мы стали подменять духовное материальным, а приметы успеха видеть исключительно в деньгах и их количестве. Успех — это не только деньги. Успех — это не только подписчики и «лайки» в соцсетях. Успех — это работа над собой, это состояние душевного подъема, это осознание того, что только мы сами можем создать свое счастье и стать успешными людьми...

==  
10  
==  
Об этом книга, которую я предлагаю вашему вниманию. О том, как достичь успеха в учебе и наставничестве, в работе и бизнесе, как налаживать отношения с родными и какие качества характера у себя вырабатывать.

*Моя задача — не просто рассказать о древней мудрости и о том, как применить ее в современном мире, но и помочь вам найти правильный путь, найти себя, научиться быть счастливым, душевно здоровым человеком — ну и, конечно же, человеком успешным!*

*Ваш Олег Торсунов,  
<http://torsunov.ru/>*

# ГЛАВА 1

## МИР ОТКРЫТ ДОБРЫМ И УМЕЮЩИМ СЛУШАТЬ! ВАЖНОЕ ОБ УЧЕНИЧЕСТВЕ

Прежде чем вы начнете читать главу, закройте глаза и подумайте: какие образы всплывают в вашем воображении при слове «ученичество»? Наверняка это будут книжки, тетрадки, строгая учительница Мария Ивановна, оценки в дневнике, аттестат зрелости и университетский диплом... Но — хочу сказать сразу — все это имеет к ученичеству лишь опосредованное отношение.

Да, многие из нас слышали от своих родителей или других старших родственников: «Учись как следует! Не будешь стараться в школе (в колледже, в ПТУ, в университете) — не добьешься успеха и всю жизнь будешь улицы подметать!»

Вот только всегда ли учеба в школе и успех в жизни так тесно связаны? И что вообще означает понятие «УЧЕНИЧЕСТВО»? Как с ним связан наш жизненный путь, как правильно учиться (и чему учиться), чтобы и сам процесс учебы, и его результаты приносили только радость?

Именно об этом наша первая глава.

### **ЗАЧЕМ МЫ УЧИМСЯ И КТО ТАКИЕ НАРОТТАМЫ?**

Начнем мы ее с вопроса: какова цель обучения? Не в узком смысле, не только школьного обучения, а вообще любого? Ответьте сами себе на этот вопрос. Ответили?

А сейчас я приведу примеры ответов, которые слышал от зрителей на своих семинарах и лекциях. Вот как они отвечали на вопрос о цели учебы:

- Знания.
- Знания о мире.
- Самореализация.
- Диплом, чтобы получить хорошую работу.
- Возможность получить корочку о высшем образовании и быть начальником.
- Радость от получения новой информации.
- Нужно исполнять закон о всеобщем образовании!

Заметили одну важную вещь? Вернее, две важных вещи: для большинства из отвечавших учеба — это получение некоей информации, а также возможность «зарабатывать и быть начальником». Но только ли получением информации ограничивается учеба? Нужно ли сразу ставить себе цель быть руководителем или богачом? Можно ли быть знающим, не побывав студентом университета? И как, собственно, протекает процесс ученичества?

==  
12  
==

Видите, сколько вопросов? Давайте искать ответы на них.

В принципе, мне нравится один из приведенных выше ответов: «Учеба нужна для того, чтобы получить знания о мире». Но парадокс заключается в том, что в наших школах, в институтах, в университетах этому не учат! Там не дают тех знаний о мире, которые действительно нам нужны. Там дают *информацию*, точнее, там просто *заполняют голову информацией*. Там просто делают так, чтобы учащийся получил некую квалификацию. И это в лучшем случае. Подчас и это не удастся.

Представьте: у меня есть, допустим, пять дипломов. Вы будете меня за это больше уважать? Да, возможно, вы

посмотрите мои дипломы, скажете: «Какой замечательный специалист к нам пришел!», примете меня на работу... Но не факт, что из этого получится что-то хорошее. Думаю, что многие сталкивались с подобными ситуациями: у человека полный чемодан дипломов, но с ним невозможно общаться, да и специалист он так себе.

Ведь успех в любой деятельности зависит не только от того, знает ли человек свою специальность или нет, пять у него дипломов или пятнадцать. Успех зависит еще и от того, сможет ли он общаться и взаимодействовать с окружающими людьми. Ведь, например, успех руководителя — это не количество его подчиненных. Это его умение мотивировать людей работать хорошо, грамотно, с максимальной отдачей. Это его умение по достоинству их ценить.

Например, на заводе есть начальник. Может ли он один что-то сделать? Нет. Необходимо общение с подчиненными. Но общение не зависит от профессиональных навыков: для того чтобы правильно общаться, нужно развивать в себе определенные качества характера. А это совсем другая вещь, она не связана с профессионализмом. И важно помнить, что если человек наращивает свои профессиональные знания (в колледже, в университете, на курсах), но при этом не учится взаимодействовать с окружающими — эти знания не будут иметь никакой цены.

Если же учащийся развивает только знания, просто «накапливает информацию», может возникнуть очень опасная ситуация: с увеличением знаний будет расти гордыня. Слышали выражение «многие знания умножают скорбь»? Так вот, если познание идет без улучшения своих моральных качеств, без тренировки умения взаимодействовать с людьми, умножится уже не скорбь, а гордыня.

==  
13  
==

«Я не буду выслушивать мнение какой-то там мелкой сошки, хочу общаться только с профессорами, академиками, руководителями!» Отвратительно, не правда ли?

Чтобы избежать такой ситуации, нам нужно четко понимать, откуда берется сила разума.

*Успех в любой деятельности зависит не только от того, знает ли человек свою специальность или нет, пять у него дипломов или пятнадцать. Успех зависит еще и от того, сможет ли он общаться и взаимодействовать с окружающими людьми.*

14  
—  
—

Главный источник силы разума — это УМЕНИЕ СЛУШАТЬ. Что это значит? Представьте себе аквариумный компрессор, который должен подавать рыбкам дополнительный кислород. Перестанет работать компрессор — вода будет стоячей, зацветет, рыбки погибнут. Точно так же и с нашим разумом. Чтобы не заостенеть в гордыне, чтобы продолжать учиться, человек должен уметь СЛУШАТЬ. И чем больше увеличивается объем знаний, тем большее внимание нужно этому уделять. Напомню еще одну известную фразу: «Мудрец учится всю жизнь». Никогда нельзя останавливаться и думать: «Я уже все знаю, я уже самый умный». Нельзя думать: «Эта информация меня недостойна, потому что я услышал ее от неграмотной деревенской бабушки». Гордость мешает слушать.

Излишняя гордость может сослужить плохую службу. Древний источник — Веды, к которому мы с вами часто обращаемся, гласит: если человек достиг такого психического состояния, что он считает, будто ему не надо никого слушать, — он начинает деградировать. В Ведах такие люди называются *нароттамами*.

«Нар» — значит человек, «оттам» — означает «худший из людей». Как видите, можно быть академиком, но при этом попасть в разряд нароттамов, потому что человек уже не способен ничего услышать и понять. Он не будет менять свое мнение никогда, он не способен ничего изменить в своей жизни, и у него начинается деградация.

Что дальше? Дальше, по мере постепенной потери разума, у него портится характер. Он становится амбициозным, он хочет почтения, как и раньше. Но люди перестают его уважать. По мере снижения уважения у него увеличивается беспокойство, и он становится деспотом: начинает злиться на подчиненных, на все свое окружение. От этого возникает масса болезней. Следующий этап — от него просто отворачиваются люди. Ему кажется, что он всю свою жизнь работал для науки, посвятил ей жизнь, но люди не уважают его, они неправильно к нему относятся, они не оценили его по достоинству...

==  
15  
==

А все это из-за того, что он решил: «Я знаю все! Я самый умный! Мне не нужно больше слушать, я могу только говорить и руководить!»

## **ОТ ПРАВИЛЬНОЙ ПОЗЫ ДО «СОЗНАНИЯ ПЧЕЛЫ»: УСЛОВИЯ УСПЕШНОЙ УЧЕБЫ**

Что же еще необходимо для успешного, адекватного ученичества?

Наверняка многим из вас доводилось готовиться к контрольной работе, экзамену, ответственному мероприятию в состоянии простуды или гриппа. Согласитесь, ощущения не из приятных. То есть состояние нашего здоровья напрямую влияет на процесс учебы или работы. Обратите внимание: как только поднимается

тема учебы (в школе, в университете), тут же всплывает и тема работы. Потому что это понятия, неотделимые друг от друга! Учеба — это прежде всего работа: деятельность мозга, души, тела (ведь мы можем, например, учиться лазать по горам или преодолевать препятствия). Если же мы говорим о работе как профессии, как о службе (в офисе, на заводе) — мы неизменно будем затрагивать и учебу. Человек учится всю жизнь, невозможно прекратить обучение, окончив учебное заведение! Мы учимся в раннем детстве у родителей, мы учимся в детском саду, мы учимся в школе, в лицее, в университете, на работе. Даже выйдя на пенсию, мы учимся.

Но как для учебы, так и для работы, и для жизнедеятельности в целом нам необходима телесная сила. Вы наверняка согласитесь, что у человека больного, немощного, ослабленного любые дела идут хуже, чем у здорового. Как сохранить ее, как приумножить и как не растратить впустую?

Представим: некий человек всю жизнь «качает тело». У него будет хорошее здоровье (а как может быть иначе, он же делает зарядку каждый день!). Чем более тренировано наше тело, чем больше оно привыкло к нагрузкам, к зарядке, к физическим упражнениям, тем больше это облегчит нам жизнь. Но так как тело после тридцати лет начинает стареть, у человека все равно будут наблюдаться определенные процессы мышечного старения. Мы ничего не можем с этим сделать, ведь даже спортсмены, которые тренируются с раннего детства, теряют квалификацию после тридцати лет. То есть с течением времени наше тело слабеет, независимо от того, насколько тщательно мы его тренируем и насколько внимательно о нем заботимся.