

НЕЙРОЛИНГВИСТИЧЕСКОЕ ПРОГРАММИРОВАНИЕ



КОНЦЕПЦИЯ
«Бесконечной игры» в НЛП
в рамках российских реалий

Виталий Гурьев

Виталий Гурьев

Концепция «Бесконечной игры» в НЛП в рамках российских реалий

<https://litres.ru/74435952>

SelfPub; 2026

Аннотация

Вы устали побеждать? Устали от переговоров, в которых кто-то должен проиграть, от отношений, которые нужно «удерживать», от целей, превращающих жизнь в бесконечный спринт к финишу? Эта книга соединяет философию Джеймса Карса о конечных и бесконечных играх с инструментарием НЛП и предлагает радикально иной взгляд на привычные стратегии. Вместо «как выиграть» — «как сделать игру бесконечной». Вместо «как добиться» — «как создать пространство, в котором всё продолжается». Читатель освоит техники рефрейминга временных рамок, мета-позицию включённого наблюдателя, моделирование людей, мыслящих поколениями и экосистемами. Книга учитывает российские реалии: от давления культуры достижений до поиска соборности в мире индивидуальных побед. Практические медитативные упражнения и стратегические дневники помогут пересмотреть жизненные цели и перейти от

логики триумфа к логике продолжения. Для тех, кто хочет не выиграть жизнь, а прожить её бесконечно.

Содержание

Глава 1. Две игры: философия Джеймса Карса как фундамент нового мышления	5
Конец ознакомительного фрагмента.	25

Виталий Гурьев

Концепция «Бесконечной игры» в НЛП в рамках российских реалий

Глава 1. Две игры: философия Джеймса Карса как фундамент нового мышления

Существует одна мысль, способная перевернуть привычное восприятие жизни настолько радикально, что после неё невозможно вернуться к прежнему способу думать о собственных целях, победах и поражениях. Эта мысль принадлежит Джеймсу Карсу, американскому философу и историку религии, который в тысяча девятьсот восемьдесят шестом году опубликовал небольшую книгу под названием «Конечные и бесконечные игры». В ней он предложил различие столь простое и столь всеобъемлющее, что оно проникает в каждую сферу человеческого существования — от деловых переговоров до интимных отношений, от воспитания детей до осмысления собственной смертности.

Карс написал: «Конечная игра ведётся ради победы. Бесконечная игра ведётся ради того, чтобы игра продолжалась». В этой единственной фразе содержится зерно, из которого вырастает целая философия жизни, способная стать фундаментом для переосмысления всего, что мы привыкли называть успехом, смыслом и предназначением.

Прежде чем погрузиться в глубину этого различения, необходимо честно признать, что большинство из нас никогда не задавалось вопросом, в какую именно игру мы играем. Мы просыпаемся утром с ощущением, что нужно что-то доказать, чего-то достичь, кого-то опередить. Мы строим карьеру как восхождение по лестнице, ведём переговоры как сражение за территорию, воспитываем детей как подготовку к будущим экзаменам. Вся наша жизнь пронизана логикой финала: есть точка, к которой мы движемся, есть результат, который мы должны получить, есть момент, когда игра закончится и кто-то объявит нас победителями. Карс предлагает остановиться и спросить: а кто, собственно, объявит? Кто установил эти правила? И что произойдёт, когда мы поймём, что единственная настоящая цель любой игры — не завершить её, а продолжать?

Конечная игра обладает чёткими, неоспоримыми характеристиками, которые делают её одновременно привлекательной и разрушительной. У неё всегда есть определённые правила, известные всем участникам заранее. У неё есть временные и пространственные границы: матч длится девяно-

сто минут, экзамен продолжается три часа, проект должен быть сдан к первому марта. У неё есть зрители — те, кто наблюдает со стороны, оценивает, аплодирует или освистывает. И самое главное — у неё обязательно есть победитель и проигравший. Без этого конечная игра не имеет смысла. Само её существование обусловлено тем, что в какой-то момент один из участников поднимет руки над головой, а другой опустит взгляд. Карс подчёркивает, что конечный игрок играет в рамках установленных правил и не ставит их под сомнение. Его свобода ограничена рамками игрового поля, а его идентичность определяется результатом: он тот, кто выиграл, или тот, кто проиграл. Третьего не дано.

В этом и кроется глубинная ловушка конечной игры. Победитель получает всё — и теряет свободу играть дальше. Его титул фиксирует его в определённой роли, делает заложником собственного триумфа. Человек, однажды признанный лучшим, вынужден бесконечно подтверждать этот статус, защищать его от посягательств, жить в страхе, что кто-то другой окажется лучше. Карс называет это «тренировкой»: конечный игрок тренируется, чтобы победить, и его жизнь превращается в бесконечную подготовку к следующему финалу, к следующему моменту триумфа, после которого наступает пустота и необходимость искать новую игру, новую цель, нового противника. Зрители же, в свою очередь, живут чужими победами и поражениями, проецируя собственные нереализованные амбиции на тех, кто находится на игровом

поле.

Бесконечная игра устроена принципиально иначе, и именно это отличие делает её одновременно пугающей и освобождающей. У бесконечной игры нет фиксированных правил — вернее, правила существуют, но они могут быть изменены в любой момент, если это необходимо для продолжения игры. У неё нет чётких границ: бесконечный игрок не ограничен временными рамками, географическими пределами или количеством участников. У неё нет зрителей в привычном смысле — каждый, кто наблюдает, в любой момент может стать участником, а каждый участник сохраняет право на отступление без статуса «проигравшего». Единственная цель бесконечной игры — её продолжение. Единственная ценность — сохранение и расширение пространства, в котором игра может существовать. Бесконечный игрок играет не для того, чтобы завершить партию, а для того, чтобы завтра можно было снова сесть за стол.

Это различие не является абстрактной философской конструкцией. Оно проявляется в каждом слове, которое мы произносим, в каждом решении, которое мы принимаем, в каждом взгляде, который мы бросаем на другого человека. Бесконечный игрок не видит в другом противника, которого нужно обыграть. Он видит в нём со-игрока, чьё присутствие делает игру возможной. Без другого нет игры. Без приглашения к диалогу нет разговора. Без открытости к неожиданному нет развития. Карс пишет, что бесконечный игрок играет

не с границами, а с горизонтами — а горизонт, по определению, не может быть достигнут, он всегда отступает по мере приближения к нему.

Российская культура достижения представляет собой особенно сложный и болезненный случай застревания в парадигме конечной игры. Это застревание не является случайным или поверхностным — оно уходит корнями в несколько столетий истории, в коллективный опыт выживания, в культурные архетипы, которые передаются из поколения в поколение через сказки, пословицы, школьные программы и семейные сценарии. В российской традиции победа всегда была категорией абсолютной: либо ты герой, либо ты никто. Либо ты берёшь крепость, либо крепость берёт тебя. Промежуточные состояния, постепенность, процесс ради процесса — всё это воспринимается как слабость, как отсутствие стержня, как неспособность «взять себя в руки». Советская эпоха добавила к этому культуру пятилетних планов, где каждая задача имела чёткий дедлайн, каждый показатель был конечной целью, а невыполнение плана приравнивалось к поражению в войне.

Постсоветский период не отменил эту логику, а лишь перевернул её знаки. Если раньше победа измерялась выполнением плана и партийным одобрением, то теперь она стала измеряться деньгами, статусом, видимыми маркерами успеха. Девяностые годы с их стремительными обогащениями и банкротствами закрепили убеждение, что жизнь — это

спринт, в котором нужно успеть первым или не успеть вообще. Культура «быстрых побед», «решалова», «хватания за возможность» стала доминирующей. В этой парадигме промедление равносильно смерти, а рефлексия воспринимается как непозволительная роскошь. Человек, который задумывается о смысле процесса, а не о результате, рискует быть непонятым, высмеянным или просто отодвинутым теми, кто бежит быстрее.

Язык, на котором мы говорим о своих целях и отношениях, является не просто отражением нашего мышления — он формирует это мышление, закрепляет определённые паттерны восприятия и делает альтернативы невидимыми. Язык конечного игрока насыщен лексикой триумфа, поражения и превосходства. Мы говорим «победить конкурентов», «завоевать рынок», «покорить вершину», «взять высоту», «разгромить аргументы оппонента». Мы «боремся» за повышение, «отстаиваем» свою позицию, «сдаём позиции». В романтических отношениях мы «завоёвываем» сердце, «покоряем» избранника, «удерживаем» партнёра. В воспитании детей мы «ставим цели», «добиваемся результатов», «требуем» соответствия ожиданиям. Каждый глагол в этом лексиконе предполагает конечную точку, момент завершения, после которого наступает победа или поражение. Пространство между глаголами не существует — есть только старт и финиш.

Прислушайтесь к тому, как звучат типичные формули-

ровки конечного игрока: «Я должен это закончить к пятнице». «Она должна была поступить иначе». «Мы выиграли этот контракт». «Он проиграл эту дискуссию». «Мне нужно доказать свою правоту». Каждая из этих фраз создаёт замкнутую рамку, внутри которой существует только один возможный финал. Каждая из них превращает живого человека в функцию, в инструмент достижения, в средство для получения результата. Конечный игрок не может представить себе диалог, который не ведёт к соглашению или разрыву. Не может представить себе работу, которая не ведёт к завершённому продукту. Не может представить себе любовь, которая не ведёт к браку или расставанию. Всё должно иметь точку, финал, резолюцию.

Язык бесконечного игрока звучит совершенно иначе, и поначалу он может показаться непривычным, даже странным для уха, привыкшего к лексике достижений. Бесконечный игрок говорит «продолжаю», «исследую», «приглашаю», «создаю пространство», «открываю возможность». Вместо «я победил» он скажет «игра продолжается». Вместо «я добился цели» — «я углубил процесс». Вместо «мне нужно доказать» — «мне интересно исследовать». Этот язык не фиксирует, а открывает. Не закрывает, а приглашает. Не ставит точку, а оставляет многоточие. Бесконечный игрок использует глаголы процесса, а не результата. Он говорит не «я построил дом», а «я продолжаю создавать пространство, в котором мы живём». Не «я воспитал ребёнка», а «я продол-

жая сопровождать его в его собственной игре».

Различие между двумя языками не является чисто стилистическим. Нейролингвистическое программирование давно установило, что слова, которые мы используем для описания реальности, буквально формируют нейронные связи, по которым движется наше мышление. Когда человек говорит «я должен победить», его тело реагирует напряжением, его восприятие сужается до туннельного видения, его эмоции заряжаются тревогой и агрессией. Когда тот же человек учится говорить «я продолжаю исследовать», происходит физиологический сдвиг: дыхание становится глубже, плечи опускаются, периферическое зрение расширяется. Язык не описывает реальность — он её создаёт, и выбор между языком конечного и бесконечного игрока есть выбор между двумя принципиально разными способами существования в мире.

Российская история представляет собой уникальную лабораторию для наблюдения за взаимодействием конечных и бесконечных игр в масштабе целой цивилизации. Имперская логика — расширение территорий, покорение народов, утверждение превосходства — является классическим примером конечной игры на геополитическом уровне. Каждый имперский проект имеет чёткую цель: взять Константинополь, дойти до Берлина, обогнать Америку. Каждый имперский нарратив построен на идее финального триумфа, после которого наступает вечный покой и заслуженная слава.

В этом нарративе нет места для продолжения, для открытого вопроса, для совместного исследования. Есть только победители и побеждённые, триумфаторы и поверженные.

Вместе с тем в глубине российской культуры всегда существовала иная линия — линия общинного долгожительства, линия соборности, линия бесконечной игры. Русская деревенская община не была структурой, ориентированной на достижение конкретной цели. Она была пространством продолжения: сеяли, чтобы следующие поколения могли сеять. Строили дом не для того, чтобы завершить строительство, а для того, чтобы в нём могли жить дети, внуки, правнуки. Передавали ремесло не как набор инструкций для получения результата, а как живую традицию, которая продолжается в руках каждого нового ученика. Артель, община, мирской сход — все эти формы коллективного существования были построены не на логике победы, а на логике продолжения совместной жизни.

Русская литература и философия дают бесчисленные примеры бесконечного мышления. Толстой в «Войне и мире» показывает, как частные жизни людей продолжают сквозь войны и революции, как история не имеет финала, а лишь бесконечное переплетение судеб. Достоевский создаёт героев, которые не могут быть сведены к однозначному вердикту, чья внутренняя игра не имеет финальной точки. Флоренский, Лосев, Бердяев — каждый из них по-своему исследовал идею незавершённости, открытости, бесконечности как

основополагающего свойства бытия. Эта линия всегда существовала в русской культуре, но часто была заглушена грохотом имперских маршей и лязгом индустриальных побед.

Страх бесконечности — это, пожалуй, самая глубокая и самая понятная причина, по которой люди выбирают конечные правила и предсказуемый финал. Бесконечность пугает, потому что она не даёт гарантии. Она не обещает, что завтра будет лучше, чем сегодня. Не обещает, что усилия будут вознаграждены. Не обещает, что в конце пути кто-то скажет: «Молодец, ты справился». Конечная игра, при всей своей жестокости, даёт то, чего бесконечная игра дать не может: определённость. В конечной игре есть правила, и если ты их соблюдаешь, ты знаешь, чего ожидать. Есть судья, который объявит результат. Есть зрители, которые оценят. Есть момент, когда можно выдохнуть и сказать: «Я сделал это. Я победил. Теперь можно отдохнуть».

Бесконечная игра не даёт отдыха. Не даёт финального выдоха. Не даёт момента, когда можно сказать: «Я закончил». Для человека, выросшего в культуре, где ценность определяется результатом, где любовь родителей нужно заслужить пятёрками, где уважение коллег нужно завоевать выполнением плана, — такая перспектива невыносима. Она означает вечную ответственность без награды, вечное усилие без признания, вечное движение без пункта назначения. Страх бесконечности — это, по сути, страх свободы. Конечный игрок свободен в рамках правил, бесконечный игрок свободен

от правил — и эта свобода головокружительна, как головокружителен вид с вершины горы, откуда не видно дна.

В НЛП существует понятие «вторичная выгода», описывающее скрытые преимущества, которые человек получает от сохранения проблемы или ограничения. Конечная игра обладает мощной вторичной выгодой: она снимает экзистенциальную ответственность. Если есть правила, значит, не нужно их придумывать. Если есть судья, значит, не нужно самому определять, что правильно. Если есть зрители, значит, не нужно самому искать смысл. Конечная игра — это способ делегировать ответственность за собственную жизнь внешним структурам: институту, начальнику, системе, традиции. Бесконечная игра возвращает эту ответственность обратно, и именно это возвращение вызывает наибольший страх.

Переход от конечной к бесконечной игре не происходит одномоментно, хотя сам момент осознания может быть мгновенным. Это похоже на то, как человек всю жизнь смотрел на картину, видя в ней только изображение, и вдруг увидел холст, краски, мазки — и понял, что картина не существует сама по себе, а создаётся каждый момент заново. Осознание конечности собственной игры приходит по-разному: через кризис, через потерю, через выгорание, через внезапное понимание, что достигнутая цель не принесла ожидаемого удовлетворения. Человек получает повышение, о котором мечтал десять лет, и обнаруживает пустоту. Человек выигрывает суд, который вёл три года, и не чувствует радости.

Человек добивается руки любимого, и понимает, что завоевание не есть любовь.

Этот момент осознания в НЛП можно описать как «разрыв паттерна» — мгновенное нарушение привычной последовательности мыслей и реакций, создающее пространство для нового выбора. В терминах логических уровней Дилтса, этот разрыв происходит на уровне убеждений и идентичности: человек, который верил «я тот, кто должен победить», вдруг видит, что эта вера не является единственно возможной. Что существует другая возможность: быть тем, кто продолжает. Не тем, кто достигает, а тем, кто поддерживает процесс. Не тем, кто бежит к финишу, а тем, кто расширяет пространство для движения.

Внутренний сдвиг, следующий за моментом осознания, не является интеллектуальным соглашением с новой идеей. Это телесное, эмоциональное, экзистенциальное переживание иного способа быть в мире. Человек чувствует, как отпускает напряжение в челюсти, которое держал годами, готовясь к следующему удару. Как расправляются плечи, которые были втянуты в ожидании атаки. Как дыхание, бывшее поверхностным и частым, становится глубоким и медленным. Этот сдвиг невозможно подделать или имитировать — он либо происходит, либо нет. Задача данной книги и всех описанных в ней практик — создать условия, в которых этот сдвиг становится возможным, в которых человек может безопасно отпустить конечные правила и шагнуть в открытое

пространство бесконечной игры.

Встреча философии Карса с нейролингвистическим программированием может показаться на первый взгляд неожиданной. НЛП часто воспринимается как набор техник для достижения конкретных результатов: продать товар, установить раппорт, изменить нежелательное поведение. В таком прочтении НЛП является инструментом конечной игры: есть цель, есть техника для её достижения, есть момент, когда цель достигнута и техника больше не нужна. Однако при более глубоком рассмотрении становится очевидно, что в самих основаниях НЛП заложены принципы, которые резонируют с философией бесконечной игры и могут быть переосмыслены через её оптику.

Первая и фундаментальная пресуппозиция НЛП гласит: «Карта не есть территория». Это утверждение, заимствованное у Альфреда Коржибского, в контексте конечной игры означает, что наши представления о реальности всегда неполны, всегда ограничены, всегда являются упрощением. Конечный игрок использует эту пресуппозицию для того, чтобы скорректировать свою карту и точнее попасть в цель. Бесконечный игрок видит в ней приглашение к вечному исследованию: если карта никогда не совпадёт с территорией, значит, всегда есть что открывать, всегда есть что уточнять, всегда есть пространство для нового взгляда. Территория бесконечна, и ни одна карта не способна её исчерпать — а значит, игра познания никогда не заканчивается.

Грегори Бейтсон, чьи идеи о системном мышлении, экологии разума и логических уровнях обучения оказали огромное влияние на создание НЛП, мыслил категориями, поразительно близкими к философии бесконечной игры. Его концепция «паттернов, соединяющих» — идея о том, что реальность состоит не из изолированных объектов, а из отношений и связей между ними, — является по сути описанием бесконечной игры на уровне эпистемологии. Бейтсон утверждал, что информация — это «различие, которое создаёт различие», и что этот процесс создания различий бесконечен, не имеет финальной точки. Моделирование в НЛП, переосмысленное через оптику Бейтсона и Карса, перестаёт быть инструментом извлечения и копирования чужих стратегий для достижения собственных целей. Оно становится способом войти в чужую бесконечную игру, понять её правила изнутри, и, возможно, обогатить собственную игру элементами чужой, не разрушая при этом ни одну из них.

Раппорт в классическом НЛП часто понимается как техника установления доверия для последующего влияния. Конечный игрок использует раппорт как инструмент: установить контакт, получить желаемое, завершить взаимодействие. Бесконечный игрок видит в раппорте нечто принципиально иное: создание общего пространства, в котором два человека могут быть вместе без цели изменить друг друга. Раппорт в бесконечной перспективе — это не мост, по которому нужно перейти, чтобы оказаться на другом берегу. Это

пространство, в котором можно оставаться, гулять, исследовать. Это не средство для достижения цели, а сама цель: быть в контакте, быть в совместности, быть в игре друг с другом.

Калибровка — навык замечать тонкие невербальные сигналы собеседника — в парадигме бесконечной игры приобретает новое значение. Конечный игрок калибрует, чтобы получить информацию для следующего хода, для следующего воздействия, для приближения к цели. Бесконечный игрок калибрует, чтобы услышать продолжение другого человека, чтобы понять, куда движется его игра, и не разрушить её неосторожным вмешательством. Калибровка становится актом уважения к чужой бесконечности, к чужому праву на собственную игру, на собственные правила, на собственный темп.

Экологическая проверка в НЛП — процедура оценки последствий изменения для всей системы жизни человека — в парадигме бесконечной игры перестаёт быть формальностью и становится центральным принципом. Конечный игрок проводит экологическую проверку как последний штрих перед достижением цели: «Не повредит ли мне это? Не потеряю ли я что-то важное?» Бесконечный игрок живёт в режиме перманентной экологической проверки, потому что для него каждое действие оценивается не по критерию «приближает ли оно меня к цели», а по критерию «сохраняет ли оно пространство для продолжения игры». Экология становится не проверкой, а способом существования.

Практическое освоение различия между конечными и бесконечными играми начинается не с философских размышлений, а с простого наблюдения за собственной жизнью. Предложенное ниже упражнение рассчитано на одну неделю и требует лишь одного инструмента — блокнота или любого другого средства записи, а также готовности замечать то, что раньше оставалось невидимым. Суть упражнения состоит в том, чтобы в течение семи дней фиксировать каждую ситуацию, каждый разговор, каждое решение через призму вопроса: «Это конечная игра или бесконечная?»

Каждый вечер, перед сном, выделяйте пятнадцать минут для записи. Разделите страницу на две колонки. В левой колонке записывайте ситуации, в которых вы действовали как конечный игрок: моменты, когда вы стремились победить в споре, доказать свою правоту, добиться конкретного результата любой ценой, получить одобрение, завершить задачу, поставить точку. Записывайте не только события, но и слова, которые вы использовали, телесные ощущения, которые сопровождали эти моменты, эмоции, которые вы испытывали. В правой колонке записывайте ситуации, в которых вы действовали как бесконечный игрок: моменты, когда вы слушали без намерения ответить, когда создавали пространство для другого, когда продолжали процесс без привязки к результату, когда приглашали вместо того чтобы требовать.

В течение дня, когда вы замечаете себя в конечной игре, не осуждайте и не критикуйте. Просто зафиксируйте: «Сей-

час я играю в конечную игру. Я хочу победить в этом разговоре. Я хочу, чтобы последнее слово осталось за мной». Этого достаточно. Осознание без оценки — первый шаг к возможности выбора. Вы не обязаны немедленно менять поведение. Вы учитесь видеть паттерн, а изменение паттерна происходит постепенно, через накопление осознанности.

Особое внимание в течение недели обращайтесь на язык. Записывайте фразы, которые вы произносите или слышите, содержащие маркеры конечности: «должен», «обязан», «вынужден», «в конце концов», «окончательно», «бесповоротно», «раз и навсегда». Рядом записывайте, как эта же мысль могла бы звучать в бесконечном регистре. Не для того, чтобы изменить реальность, а для того, чтобы увидеть, что альтернатива существует, что другой язык возможен, что другая игра доступна.

К концу недели вы обнаружите закономерность: конечные и бесконечные игры не распределены равномерно по жизни. Они концентрируются в определённых сферах. Возможно, на работе вы играете в конечную игру, а в отношениях с близкими — в бесконечную. Возможно, в общении с родителями вы конечный игрок, а с друзьями — бесконечный. Возможно, утром вы бесконечны, а к вечеру, под давлением дедлайнов, становитесь конечным. Эти паттерны не являются приговором — они являются картой, с которой можно работать. Они показывают, где именно ваша жизнь нуждается в расширении горизонта, в смягчении правил, в приглаше-

нии к продолжению.

В конце седьмого дня перечитайте все записи и задайте себе три вопроса. Первый: в какой сфере моей жизни конечная игра наиболее разрушительна, где она отнимает больше всего энергии и радости? Второй: в какой сфере бесконечная игра уже присутствует естественно, без усилий, как дыхание? Третий: что произойдёт, если я перенесу логику бесконечной игры из второй сферы в первую? Не нужно искать немедленный ответ. Достаточно задать вопрос и позволить ему работать в фоне, как семя, посаженное в землю, которое прорастает в своё время.

Эта неделя наблюдения есть лишь начало. Распознавание конечных и бесконечных сценариев — навык, который развивается месяцами и годами практики. Постепенно вы начнёте замечать конечную игру не только в своих действиях, но в структурах, в которых вы участвуете: в правилах организации, в формате совещаний, в ожиданиях семьи, в культурных сценариях, которые транслируются через СМИ и образование. Вы начнёте видеть, что бесконечная игра не является утопией или побегом от реальности, а представляет собой более точное, более честное, более глубокое описание того, как устроена жизнь. Жизнь не имеет финального свистка. Жизнь не имеет финального счёта. Жизнь продолжается — и единственное, что мы можем сделать, это научиться продолжать её осознанно, с уважением к себе и к другим, с любопытством к тому, что будет дальше, с готовностью ме-

нять правила, когда старые правила убивают игру.

Джеймс Карс написал свою книгу почти сорок лет назад, но её актуальность не уменьшается, а возрастает. В мире, где скорость изменений ускоряется, где прежние модели успеха устаревают быстрее, чем успевают закрепиться, где давление достижения достигает беспрецедентных уровней, способность играть в бесконечную игру становится не философской роскошью, а практической необходимостью. Те, кто продолжает мыслить категориями конечных побед, обречены на хроническое выгорание, на бесконечную гонку за недостижимым идеалом, на разочарование после каждой достигнутой цели. Те, кто учится мыслить категориями продолжения, обретают нечто, чего невозможно достичь конечным усилием: устойчивость, которая не зависит от внешних результатов, смысл, который не разрушается неудачей, и свободу, которая не требует победы для своего подтверждения.

Эта книга не обещает, что переход к бесконечной игре будет лёгким. Не обещает, что старые привычки исчезнут за одну ночь. Не обещает, что окружающие поймут и поддержат ваш выбор. Единственное, что она обещает, — это инструменты, практики и перспективу, которые позволят вам шаг за шагом перестраивать свою жизнь из логики триумфа в логику продолжения. Из логики «как выиграть» в логику «как сделать игру бесконечной». Из логики «как добиться» в логику «как создать пространство, в котором всё продолжается». Это не путь к счастью в привычном смысле слова. Это

путь к жизни, которая не заканчивается на каждой достигнутой цели, а продолжается, углубляется, расширяется — как горизонт, к которому невозможно приблизиться, но который всегда остаётся перед вами, приглашая идти дальше.

Продолжение всей книги возможно только в том случае, если вы, читатель, готовы войти в игру без гарантий, без обещания финальной награды, без уверенности в том, что в конце вас ждут аплодисменты. Готовы играть не ради того, чтобы когда-нибудь остановиться и сказать «я сделал это», а ради самого процесса игры, ради пространства, которое создаётся между вами и миром, ради продолжения, которое есть единственная подлинная ценность. Если вы готовы — переверните страницу. Игра начинается. Точнее, продолжается, потому что она никогда и не прекращалась.

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.