

**МИРЗАКАРИМ НОРБЕКОВ**

**О П Ы Т**

**ДУ РА КА,**

**ИЛИ КЛЮЧ**

**К П РОЗРЕНИЮ**

**КАК ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ОЧКОВ**



**Издательство АСТ  
Москва**

УДК 615.89  
ББК 53.58  
Н82

Литературный редактор *М. В. Серебрякова*  
Художник *М.В. Ленская*

**Норбеков, Мирзакарим.**

Н82 Опыт дурака, или Ключ к прозрению : как избавиться от очков / Мирзакарим Норбеков. — 2-е изд., испр. — Москва: Издательство АСТ, 2018. — 306, [14] с.

ISBN 978-5-17-111245-5 (Система Норбекова)

ISBN 978-5-17-093850-6 (Классика жанра психологии)

Вы держите в руках необычную книгу. Это не просто пособие по ускоренному обучению восстановления зрения, не просто трактат по философии для хронического больного-неудачника, а, скорее, руководство к действию. Здесь раскрывается система, признанная Международной ассоциацией независимых экспертов как самая эффективная среди известных на 1998 год альтернативных оздоровительных систем. Трудно определить жанр этой книги. Возможно, потому, что такого просто еще нет.

Ее автор, Мирзакарим Норбеков, — яркая и сильная личность. Он — воин света, добра, любви, идущий по трудному пути служения — ведет за собой всех тех, чья душа живая, кто испытывает колоссальную внутреннюю тягу к познанию себя.

Совершенно точно, что эта книга никого не оставит равнодушным. Ни одного человека! У кого-то она вызовет неприязнь и агрессию, а кто-то за необычной формой откроет для себя что-то истинное и сокровенное. Одним словом, Вы держите в руках книгу-тест на определение способности читать между строк, видеть глазами сердца и открывать глубинную суть вещей.

Искренне желаем Вам хороших результатов тестирования.

**УДК 615.89**  
**ББК 53.58**

ISBN 978-5-17-111245-5  
(Система Норбекова)  
ISBN 978-5-17-093850-6  
(Классика жанра психологии)

© Норбеков М.С.  
© Ленская М.В., иллюстрации  
© ООО «Издательство АСТ»

**РЕКЛАМА КНИГИ,  
КОТОРУЮ ВЫ ДЕРЖИТЕ В РУКАХ**

**Убедительная просьба людям  
с обрезанным чувством юмора,  
кастрированным оптимизмом,  
гипертрофированной обидчивостью,  
изучившим науку, как быть лживым, т. е. этику,  
тем, кто знает, что все люди сволочи,  
кого уволили с работы или собираются уволить,  
кто стареет или думает о старости,  
кто разведен или намеревается разводиться,  
у кого полностью отсутствует сексуальность,  
а также страдающим метеоризмом умникам,  
и ОСОБЕННО ОЧКАРИКАМ,  
которые на носу таскают модную сантехнику для глаз,  
эту книгу  
брать в руки,  
читать  
и тем более заниматься по ней  
НЕ РЕКОМЕНДУЮ!**

**И хотя все эти проблемы мы в книге решаем, но это  
не для Вас!**



*Мирзакарим Санакулович Норбеков*

Доктор психологии, доктор педагогики, доктор философии в медицине, профессор, действительный член и член-корреспондент ряда российских и зарубежных академий, автор многих запатентованных изобретений и открытий в науке.

Но об этом потом...

## Об авторе

**Н** а занятиях Мирзакарим Санакулович Норбеков часто повторяет: «Я обычный человек, такой же, как все. Ничем не лучше и, надеюсь, ничем не хуже вас. Всего, чего я добился в жизни, вы тоже можете достичь, важно только этого захотеть!»

А добился он действительно многого.

Сегодня М. С. Норбеков — доктор психологии, доктор педагогики, доктор философии в медицине, профессор, действительный член и член-корреспондент ряда российских и зарубежных академий, автор многих запатентованных изобретений и открытий в науке. Впрочем, все эти звания сам он называет «собачьими регалиями», потому что не ради признания он работает.

Мирзакарим Санакулович — истинный ученый-исследователь.

Круг его интересов очень широкий. Многие удивляются, как все это может сочетаться в одном человеке: художник, композитор, писатель, кинорежиссер, артист, спорт-

смен, тренер, имеющий черный пояс по каратэ третий дан и черный пояс по сам чон до девятый дан. Но самое главное, автор книги – специалист по суфийской медицине и практике, одной из самых древних среди всех существующих.

Суфизм, учение мудрости, относится к классической философской традиции Востока.

Он дал миру алгебру, письменность, от него берут начало три основные религии.

Суфии – глубоко верующие люди. Но своих священных городов, храмов, иерархии, атрибутики у них нет. Храм Бога находится в сердце. Они не отвергают никакую религию, но рассуждать о Боге у них считается фарисейством. Любой может говорить о добре!

Эти люди словам предпочитают действия! Поступками, делами и самой жизнью они сеют любовь и охраняют божественный свет во всем, что их окружает. Суфии являются воинами света, хранителями добра, любви, гармонии, красоты и мудрости.

Внешне они ничем не отличаются от обычных людей, живут привычной жизнью: работают, воспитывают детей, заботятся о близких. Их главное правило: «Сердце – с Богом, а руки – в труде».

Мирзакарим Санакулович – суфий, или странствующий дервиш. Он выбрал путь служения – путь созидания, хранения и передачи знаний по цепочке от учителя к ученику, чтобы мудрость, накопленная тысячелетиями, переходила к людям, готовым ее распознать.

В каждой сфере деятельности Мирзакарим Санакулович имеет своих учеников, которые продолжают его дело. Это дает ему возможность не стоять на месте, а двигаться дальше, осваивать новые рубежи.

Находиться рядом с таким человеком очень непросто. Работая с ним бок о бок, необходимо постоянно совершенствоваться, меняться внутренне, чтобы вместе с ним идти вперед.

Он требовательный, жесткий, решительный, когда речь идет о достижении задуманного. Каждому человеку он дает шанс раскрыть и проявить свою божественную природу. Для Вас, уважаемый читатель, эта возможность предоставляется через книгу.

Древние считали небо символом единства и вечности. Когда люди смотрят на звезды, даже если находятся далеко друг от друга, в этот момент они вместе. Пусть эти страницы будут маленьким символом, объединяющим нас с Вами на пути к здоровью и успеху. И каждый раз, когда Вы будете брать книгу в руки, знайте – мы вместе!

*Литературный редактор*

*От писака,  
то есть от меня*

**У**важаемый читатель!  
Вы держите в руках книгу, которая написана для Вас с целью помочь восстановить зрение, пробудить скрытые в душе способности и реализовать себя как Личность.

Но будьте готовы к тому, что с первых же страниц книга будет Вас шокировать, вызывать бурю отрицательных эмоций: недовольство, недоброжелательность, гнев, обиду, агрессию в адрес автора.

Я готов принять все это на свою голову. Более того, скажу Вам, что если это будет так, то считаю свою задачу выполненной.

Заранее знаю, Вы скажете, что книги так не пишут!!!

То, что допускается в устной речи, недопустимо в печатном издании!!!

Что все эти оскорбления и грубости вульгарны и не делают чести автору!!!

Что существуют определенные границы, нормы этики и морали, которые нельзя переступать ни при каких обстоятельствах, ни под каким видом, и ничто этого оправдать не может!!!

Что все то же самое можно изложить деликатным языком, интеллигентно объяснить, тогда все и так поймут и т. д.



Я бы и сам так думал двадцать с лишним лет назад, когда был зависим от врачей, процедур, лекарств, был не реализованным в жизни, человеком без будущего, помышляющим даже о самоубийстве.

Да! Был и такой момент.

А чего Вы хотите от инвалида первой группы, «привязанного» к аппарату по искусственной очистке крови?! Так и так смертник! И это в двадцать-то лет!

Официальная медицина такое заболевание не лечит. Больного, который доживает свой век, только наблюдают, поддерживают имеющимися в арсенале средствами и смотрят, как он медленно угасает.

Не страшно ли это?!

Я слишком ценю жизнь, чтобы кланяться и расшаркиваться в тот момент, когда просто нет времени, когда нужно быстро помочь Вам освободиться от оков, удерживающих в болоте болезней и нереализованности.

Вы суетитесь, что-то делаете, куда-то постоянно спешите, но даже не позволяете себе на минуточку остановиться и задуматься: «А для чего все это? Куда я иду и что после меня останется?» Хотя в глубине души, где-то очень глубоко, нет-нет да что-то отзовется болью, что как-то все не так...

Но нет времени! Надо, надо постоянно куда-то бежать. Весь вопрос: куда и для чего? На самом-то деле мы топчемся на месте, ходим по кругу и сами того не замечаем. А все усилия приходят в исходную точку.

Именно для того, чтобы Вы прекратили это бессмысленное хождение по заколдованному кругу проблем и неудач, я специально выбиваю у Вас почву из-под ног. В этом заключается суть метода.

Это метод ускоренного восстановления зрения через волевое эмоциональное самопринуждение.

Большинство людей – эмоционально зажатые или, точнее сказать, эмоционально кастрированные. Ходят на работу – с работы, на работу – с работы, как заводные куклы.

А все переживания — внутри. Но если уж что-то прорвется наружу, то, как правило, агрессия.

Моя задача — вытащить наружу это зло, глубоко сидящее и разъедающее Вас изнутри. Вы ходите с этим «нарывом» в душе, а его нужно прорвать и выпустить гной наружу. Очистить! Тогда откроются способности созидать, мечтать и осуществлять задуманное, откроются пути.

Больше всего мне не хочется, чтобы Вы после прочтения книги остались равнодушными и тем более в тех же очках, что и сейчас. Сознательно задуманный в книге перепад эмоций — это «хирургический» инструмент.

Существует простая формула:

**ХАРАКТЕР И СУДЬБА РАВНЫ БОЛЕЗНИ.**

Получается, что если у человека геморрой, то характер какой?..

Это проверено временем на практическом опыте, в том числе и личном.

Значит, чтобы изменить к лучшему свое здоровье и жизнь в целом, нужно изменить характер, а просто уговорами этого не добьешься.

Характер переплавляется изнутри при Вашем непосредственном участии, а я только играю роль катализатора. Поэтому приготовьтесь к самым неожиданным и нетрадиционным в печатном издании выпадам в Ваш адрес.

Внутри Вас заключен огромный алмаз. Остается только его найти, дать огранку и расположить так, чтобы он заиграл всеми своими гранями. Тогда Вы сможете взглянуть на все другими глазами, открыть в жизни новые горизонты. А я на этом пути готов служить Вам!

Жизнь не такая плохая и сложная штука. Она такая, как есть!

*С искренним уважением и от всей души,  
Мирзакарим Норбеков*

*Вместо предисловия,  
или  
Талмудистину  
на свою голову заказывали?*

**ВНИМАНИЕ!**

**Важная информация в книге изложена с применением техники ускоренного обучения! Чтобы исключить Ваши возможные обиды в адрес автора, убедительно прошу, познакомьтесь, пожалуйста, с главой «Жаркое из метода ускоренного обучения и способ его употребления!».**

**В** ваших руках малюсенький учебник, и гениальность его заключается в том, что он написан для ленивых. То есть именно для Вас!

Улучшить зрение очень легко и просто. От Вас потребуется капелька желанья, чуть-чуть шевеления извилинами и совсем немного труда. Если это Вам не покажется много, то все (!) – цель достигнута! А минимальное количество требуемых для успеха мозгов, по нашим расчетам, 50 граммов, надеюсь, это у Вас есть. (Хотя надежда – еще не факт!)

На сегодняшний день готовится к выпуску такая книга для специалистов, талмуд примерно из 600 страниц. Там все

разложено по полочкам: по психофизиологическим и причинно-следственным факторам.

Нужна ли она Вам? Считаю, что нет.

В данный момент задача заключается в том, чтобы восстановить Ваше зрение.

Учебник написан для тех, кто в жизни признает себя ЧЕЛОВЕКОМ с большой буквы и собственными усилиями и трудом стремится улучшить или восстановить зрение.

Поэтому здесь главным козырем будет искренность, а также краткость, ясность, популярность, доступность в изложении, т. е. по-домашнему, местами с использованием в Ваш адрес лексикона сильно выпивших граждан из провинции!

Так что приготовьтесь.

Техника ускоренного обучения предполагает «грубость» и доходчивые объяснения в двух словах на пятистах страницах! Не пугайтесь, чрезмерно грубить не буду. Просто назову Вас тем, кем Вы являетесь, раз столько лет таскаете на спине свои нерешенные проблемы!

Во время работы над книгой была предпринята попытка сделать ее по объему как можно меньше, насколько это возможно. А чтобы угодить очень ленивым, могу сократить еще и свести описание механизма восстановления зрения буквально до трех слов!

Для особо одаренных исключительных лентяев, которым и это покажется много, три слова сокращаю до трех букв и прошу их как можно быстрее скорым поездом уехать туда на постоянное место жительства!!!

Ну ка-а-к?! Что Вы чувствуете, прочитав оскорбления? Обиделись? Так Вам и надо!

Во-первых, потому, что уже давно было пора заняться собой! А во-вторых, спешу обрадовать Вас — Вы попались!

Раз это задело, значит, сами считаете себя тем одаренным лентяем. Человек принимает на свой счет только то, что есть у него внутри.

Если я скажу грубость на неизвестном Вам языке, Вы этого не поймете. Значит, нет оснований искать почву для обиды. Это закон. Так что не повторяйте в дальнейшем таких ошибок!

...Заболел император. Ужаснулась свита, обрадовалась свита. Недуг приковал его к постели. Лекари стали его лечить. День ото дня они пытались что-то сделать, но лучше не становилось!

Проходили дни, проходили месяцы, проходили годы, а он как лежал парализованный, так и лежит. Столько государств он покорил, какие народы поставил на колени! Завоевав полмира, он оказался бессильным перед болезнью.

Однажды от беспомощности он пришел в ярость:

— Всем лекарям, которые не смогли меня вылечить, отрубите головы и сложите их на городской стене.

Прошло время. И километры стен побелели от иссушенных черепов ученых мужей. Однажды император позвал своего главного визиря:

— Визирь! Где твои лекари?

— О мой повелитель! Их больше нет. Вы же сами приказали казнить их.

— Неужели не осталось ни одного?

— Да. Не осталось ни одного достойного Вашего взора врача во всем государстве.

— Так им и надо...

И опять потянулись долгие безрадостные дни. Однажды император снова спросил:

— Визирь, помнишь, ты сказал, что не осталось лекаря, достойного моего взора? Объясни, что это значит.

— Мой повелитель, в нашем государстве остался единственный лекарь. Он живет тут неподалеку.

— Он умеет лечить?

— Да, умеет. Я был у него, но он такой невоспитанный, некультурный, он такой грубиян! Как рот откроет, так слыш-

на отборная брань. А недавно он сказал, что знает секрет лечения самого императора.

– Тогда почему ты мне не сказал?!

– Но если я его приведу, Вы, мой повелитель, меня казните за его поведение.

– Обещаю, что не сделаю этого. Приведи его сюда!

Через некоторое время визирь привел лекаря.

– Говорят, ты умеешь лечить?

В ответ молчание.

– Почему молчишь? Отвечай! – приказал император.

– Мой повелитель, я запретил ему открывать рот, – сказал визирь.

– Говори, разрешаю! Что? Неужели твоих способностей хватит, чтобы меня вылечить?!

– Не твое собачье дело! Ты можешь усомниться в моих способностях по управлению государством, потому что ты – царь. Но почему ты своим государственным умом лезешь в медицину? Как ты можешь разбираться там? Ты велик в своей работе, но в медицине ты ничем не лучше сапожника.

– Стража!! – яростно заревел император. – Отрубите ему голову... Нет... Сначала посадите на кол, потом облейте кипящим маслом, а потом разрубите на мелкие кусочки.

За всю жизнь никто ни разу не осмелился даже намеком допустить что-то, выходящее за рамки дворцового этикета, и тем более так отвечать самому императору!

Стража схватила лекаря, заломила ему руки и потащила к выходу, а он, глядя через плечо, с издевкой сказал:

– Эй! Я твоя последняя надежда! Ты можешь меня убить, но кроме меня не осталось никого, кто смог бы тебя вылечить. А я могу сегодня же поставить тебя на ноги.

Император сразу остыл:

– Визирь! Возврати его.

Лекаря вернули.

– Начинай лечить. Ты сказал, что сегодня же поставишь меня на ноги.

— Но сначала ты должен принять три моих условия, только после этого я приступлю к лечению.

Подавив очередной приступ ярости в себе, сжав от злости зубы, император процедил:

— Говори!

— Прикажи, чтобы перед воротами дворца поставили самого быстрого в твоём государстве скакуна и небольшой мешочек золота...

— Зачем?

— Это подарок, я очень люблю коней.

— Если ты меня вылечишь, я подарю тебе табун из сорока лошадей, нагруженных мешками с золотом.

— А это потом, потом... Следом отправишь. Второе мое условие, чтобы во время лечения никого не осталось во дворце.

— А это еще зачем?!

— Во время лечения тебе может быть больно, ты будешь кричать, чтобы никто не видел тебя слабым.

— Хорошо. Что еще?

— Третье, чтобы твои слуги под страхом смерти не приходили на зов и только через час приступили к исполнению твоих приказаний.

— Объясни!

— Они могут помешать мне, и лечение не будет доведено до конца.

Император принял условия лекаря и велел всем уйти из дворца. Они остались вдвоем.

— Начинай!

— Что начинать, старый ты осел? Кто тебе сказал, что я умею лечить? Ты попался в мою ловушку. У меня есть час времени. Я так давно ждал подходящего момента, чтобы наказать тебя, кровосос ты поганый! У меня есть три давние мечты, три заветных желания. Первое — это плюнуть на твою королевскую морду!

И лекарь от всей души, смачно плюнул императору в лицо.