

18+



Андрей Шамов

В нирвану

Андрей Шамов

В нирвану

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=40149666

ISBN 9785449607478

Аннотация

Рассказывается о необходимости естественных удовольствий и радостей жизни, медитации.Шарам-парам-парам-парам. У-ля-ля!

Содержание

В НИРВАНУ

5

Конец ознакомительного фрагмента.

7

В нирвану

Андрей Шамов

© Андрей Шамов, 2019

ISBN 978-5-4496-0747-8

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

В НИРВАНУ

Многие люди отказывают себе в удовольствии, по той причине, что их лишали удовольствия с детства, выдавая удовольствие, и в особенности некоторые его виды, за постыдное, недостойное, грешное и тому подобное. Например, огромное удовольствие баловаться, купаться и загорать голым. У многих ли оно было, а если было до определённого возраста, то почему после него прекратилось? Некоторые бывали без трусов только на горшке да в ванне. Почти всем запрещено было баловаться с гениталиями. Некоторым не позволено было визжать, как-то иначе шуметь, баловаться в принципе, даже кашлять с удовольствием. Родители и воспитатели подавляли в нас природу, то есть нас; поэтому общество хмурое и подавленное, потому что оно не наслаждается жизнью.

Самоинтеграцию следует начинать со снятия страха, стыда, вины перед естественными удовольствиями. Из-за вины мы расколоты и слабы, осуждаем свою же природу; так быть не должно. С экранов нам внушают нормы и стандарты во внешнем виде, поведении, образе жизни; в результате каждый чувствует себя в чём-то ущербным; а в реальности никакой проблемы нет; проблема только больное эго. Если тело способно к удовольствию, оно совершенно; Бог его создал таким; возможно, мы помогли, неважно; главное, пусть

Бог наслаждается в нём, а не страдает.

Пока жив, лучшее занятие для человека — познавать жизнь; познание начинается со своего тела; но незачем искусственно создавать для него дискомфорт.

Познание привлекается удовольствием тела; когда хочется большего, человек находит радость в красоте; а когда и этого становится мало, человек ищет и находит нирвану. Это естественный жизненный путь человека.

Сбросившему оковы вины, интересно самому познавать удовольствие, открывать для себя новые полезные приятности, но всё-таки подскажу пару моих ноу-хау: это не подтирать попу бумажками после того как покакал, а мыть под краном в ванне тёплой водой; и не носить трусов на улице под верхней одеждой.

Неестественность и извращённость человека начинается с насилия над телом, обычно с детства. Такому человеку нужно принять своё обнажённое тело, полюбить его и его ощущения, начать делать для себя приятное.

Нельзя изводить себя диетами или голодом, физическими перегрузками, недосыпанием и прочими стрессами. Всё должно быть в удовольствие. Это критерий: можно делать только то, от чего получаешь удовольствие. Чем больше удовольствия, тем больше здоровья. При этом, конечно, избыток еды или сексуальной активности, может вызывать неприятные ощущения.

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.