18+



Илья Широков

Любовь как антикризисная мера

И другие «формулы» счастливой жизни

Илья Широков

Любовь как антикризисная мера. И другие «формулы» счастливой жизни

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=48417458
ISBN 9785005060297

Аннотация

Данное издание можно отнести к категории мотивирующей литературы, способствующей повышению личной эффективности и улучшению общего качества жизни, однако данная книга категорически отличается от литературы подобной направленности, потому что взывает не к эмоциям читателя и не требует бескомпромиссно «уверовать» в тезисы, выраженные в тексте. Данная работа взывает к сознательности, критическому осмыслению и нравственному самовосприятию простыми и доходчивыми словами.

Содержание

ПОЗНАЙ СЕБЯ, ПОЛЮБИ СЕБЯ… 6
В чем смысл жизни? 6
Про желания 8
Что такое «Я-причина»? 9
Мысль материальна 11
Про страдания 12
Про отношения с ближними и самим собой 14
Не суди, да не судим будешь 16
Отчего так много страданий и падений на жизненном пути? 17
Сам себе паровоз 19
За каждым великим мужчиной… 21
Сочетание несочетаемого 23
Я «не люблю» (Небольшое рассуждение в намеренно критических тонах) 24
Письмо душе своей (небольшое размышление в формате «архаической прозы) 27
Конец ознакомительного фрагмента. 29

Любовь как антикризисная мера И другие «формулы» счастливой жизни

Илья Широков

© Илья Широков, 2019
ISBN 978-5-0050-6029-7
Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

ВМЕСТО ПРЕДИСЛОВИЯ

Данная книга мой писательский дебют. Дебют этот, однако, крепко стоит на многолетнем опыте познания души человеческой и практической деятельности в области политической, общественно-религиозной и просветительской работы.

Все факты, события, рассуждения, представленные здесь являют собой концентрированный опыт. В первую очередь это опыт наблюдения за человеческим поведением и выявления причинно-следственных связей. Постигая глубины человеческого созна-

ния, подсознания, исследуя такую тонкую материю как душа, можно вполне успешно ориентироваться и в более приземленных аспектах жизни: счастье, любовь, успех, исполнение желаний – всё то, о чем веками грезит род людской.

Предлагаемое Вашему вниманию издание не является собой повествовательный монолит, оно представлено в качестве сборника авторских посланий, посвящённых различным темам, но объединённых общим нравственным смыслом и созидательным мотивом.

Ну и несколько слов о незатейливом названии книги «Любовь как антикризисная мера». Автору книги за свой пока еще недолгий век удалось успешно реализовать себя в различных специальностях: политические технологии, благотворительность, социальное проектирование, миссионерская деятельность, психология. Каждая из этих отраслей подразумевала взаимодействие с огромным количеством людей, разнообразными характерами и судьбами.

Исследуя язык политических лозунгов, богословских учений или увещеваний психологической литературы, автор приходит к однозначному выводу: есть только один язык, который будет понятен каждому из нас. Это язык любви. Любовь в самом широком смысле и есть тот общий корень, из которого произрастают наши души.

ПОЗНАЙ СЕБЯ, ПОЛЮБИ СЕБЯ…

В чем смысл жизни?

Как единомысленно утверждают мудрейшие из людей, и с ними я в определенно солидарен, «смысл жизни заключается в том, чтобы его не искать». Поэтому сама по себе жизнь штука бессмысленная. Бессмысленная, но не случайная. Такой вот оригинальный парадокс. Смыслами и ценностями мы наполняем жизненные процессы самостоятельно. И это прекрасно, если воспринимать это дело как собственное творческое волеизъявление. Когда же мы попадаем в зависимость от этих смыслов, которые есть порождения нашего ума, – начинаются проблемы. Мы теряем нить понимания того, и заставляем себя, зачастую вопреки собственным желаниям, соответствовать тому, что принято в обществе. **что такое жизнь в её исконном проявлении**

Что такое жизнь в широком смысле? Условно изъясняясь, переход из неэффективного состояния, когда отсутствует понимание как управлять внутренними процессами, к состоянию просветленному, совершенному, свободному. **жизнь – это путь от более грубого, невосприимчивого**

к «тонкому», осознанному существованию,

Подобная эволюция от «грубого» к «утонченному» возможна только при условии независимости от смыслов, ценностей, чувства долга и прочих внешних установок, направленных на регламентацию и упорядочивание нашего поведения. Нам необходимо выйти за рамки привычного и взять на себя ответственность за собственное преображение. И пусть некоторые наши выводы не будут совпадать с мнением большинства. Оно, это мнение, практически никогда не учитывают «многослойность» человека и его индивидуальные потребности.

Про желания

В основном наши желания в большинстве своём есть обществом навязанные программы. Реализуем мы эти программы в качестве эдакого «панического стяжательства»: исполнить любой ценой, «чтобы не хуже прочих», «чтобы не стыдно перед людьми было» и т. д.

Проблема здесь заключается в том, что сам контекст желания не созидательный. Тот эмоциональный фон, который подпитывает, мотивирует исполнение этого желания – это . Причем атрибутика эта очень часто не согласована с человека. **не ОСОЗНАННОЕ РЕШЕНИЕ, а попытка соответствовать внешней атрибутике успеха реальными потребностями**

Так и получается, что вместо того, чтобы исследовать себя и выявлять истинные свои желания, реализация которых приведет к развитию, мы сливаем энергию, впутываясь в гонку потребления ради самого потребления.

А вот когда мы открываем свои истинные желаний, осмысляем их, осознаём их безусловную пользу, то процедура их исполнения превращается в чистую радость и наполнение жизненными силами. Так и во всем остальном: поменяем контекст нашего бытия с управляемого какими-то внешними идеями на управляемое только нами – поменяем качество жизни.

Что такое «Я-причина»?

Когда нам говорят, что мы являемся причиной всего, что происходит в нашей жизни, привычный тип мышления, основанный на опасениях и страхах, рисует нам картинку скорее в негативных тонах: вот, мол, я причина всех своих невзгод… И такое осознание зачастую не приносит радости и вовсе демотивирует человека.

А давайте посмотрим на данное утверждение с другой стороны? «Я – причина» – это гениальный инструмент, который в первую очередь даёт нам возможность активировать в себе любые дары и обрести способы реализации своего уникального предназначения.

Если я есть источник любых изменений в своей жизни, я спокойно могу создавать любые ситуации, предпочтительные для меня, притягивать людей, ресурсы и все что необходимо для моего развития.

Когда ты во всей полноте смысла принимаешь себя в качестве своевольной причины, когда осознаешь себя не каким-то неопределившимся по жизни существом, плывущим по течению, а самобытной частью вселенной, обладающей мощным самосознанием, тогда все «долги», болезненные привязанности, сдерживающие факторы растворяются и начинается самое приятное – ты создаёшь правила игры.

Как это реализовать? Направленным усилием воли, мыс-

ли и дела. Но об этом немного позже.

Мысль материальна

Эта простая истина заезжена до дыр, но с тем же успехом постоянна нами не учитывается, забывается, высмеивается. Для более качественного дальнейшего нашего общения нам необходимо расшифровать для себя данный тезис. Итак, почему мысль материальна?

Наше сознание – часть вселенной. Не важно являлось ли Чьё-то сознание первопричиной вселенной или же сознание – это продукт её эволюции. Факт остаётся фактом: сознание как таковое – часть мироздания.

Очевидно и элементарно то, что сознание взаимодействует со всеми другими элементами вселенной (материальными и нематериальными) и влияет на них.

Не даром в теории квантовой физики есть идея о том, что наблюдаемая вселенная, специфическое положение её объектов зависит от наблюдателя… Грубо говоря, мы и формируем «реальность», простраиваем её самостоятельно в зависимости от состояния своего сознания. Иными словами, окружающая действительность как бы подстраивается под качество нашего состояния. Ожидаем фиаско – получаем фиаско, настраиваемся на позитивный исход дела – получаем позитивный исход дела.

Про страдания

Наличие чувствований, которые мы привыкли называть «СТРАДАНИЯМИ», говорит нам о нашем внутреннем несовершенстве, о тех ограничениях в сознании, которые не позволяют нам жить полной жизнью.

Это не хорошо, не плохо. Такова природа вещей. Хоть и принято в некоторых религиозно-философских учениях полагать, что всякие там страдания и внутренние потрясения являются чуть ли не обязательным условием духовного развития, по моему скромному мнению (опыту) скорее избавление от страданий – это обязательное условие одухотворения, чем просто наличие таковых.

Поэтому, когда мы выбираем жить по радости, это не означает, что страдание растворится само собой и наступит пора тотального благоденствия. Да, радость – это базовая потребность и одно из естественных состояний души, но «жить по радости» – это навык. Навык, приобретаемый трудом по самопознанию и обретению контроля над всеми своими чувствами.

Здесь стоит оговориться. . Контроль в смысле созидательном – это скорее эффективный менеджмент: я не направляю жизненную энергию на рутину, скуку, скандалы, выяснения отношений, попытки что-то кому-то доказать, а направляю силы на творчество, интересное времяпровождение, на те

труды, которые наполняют меня вдохновением и радостью. Так меняется ракурс жизнедеятельности с привычного упадничества, на что-то более стоящее. И вот при таком подходе страдание становится уже не нужным, и мы можем с ним распрощаться естественным образом и со спокойным сердцем. **Контроль не есть подавление осознанно**

Про отношения с ближними и самим собой

Есть такое утверждение, что нас научили вести себя в приличном обществе, а самого приличного общества не сформировали. Т.е. тебя научи, да еще введи в это самое общество! Удобно.

С окружением, как и со всем остальным – оно под стать твоему внутреннему состоянию. На что сознание запрограммировано, то оно и притягивает. А вот это уже не так удобно. Опять в себе копаться придётся.

Трансформируй сам принцип мышления. Научи себя концентрировать внимание на . И тогда подобное притянется к подобному. **конструктивной составляющей бытия**

Это и есть то самое пресловутое свободное творчество – Почему стоит сконцентрировать внимание на радости? *усилием воли и сознания выбирать и создавать то, что наполняет тебя вдохновением и радостью.* **Радость – это единственный физический индикатор наполнения жизненной энергией, вот почему.**

Не нравится что-то или кто-то – избавься, устрани. Но спокойно, без скандалов, выяснений отношений и попыток кому-то что-то доказать. Подобные процедуры – это нечто бессмысленное и ресурсозатратное.

И заодно разберись что в тебе такое есть, что при-

тягивает в твою жизнь безрадостные явления.

Начни с основ, научись безусловно принимать себя во всей полноте, научись любить себя и чётко понимать что для тебя полезно. Что желаешь впустить в свою жизнь именно ты. Научись разделять ложные желания, навязанные обществом и те желания, исполнением которых действительно грезит твоя душа.

Не суди, да не судим будешь

Когда мы пытаемся дать критическую характеристику ближнему: осудить, оправдать, дать оценку поступков… Учитываем ли мы факторы, обуславливающие его поведение? Интересуемся ли в какой среде он социализировался, кто его воспитывал? Как выстраиваются мотивы его поступков? Управляет ли он ими вообще? Какие комплексы, психические расстройства, психологические проблемы влияют на него в момент принятия решения? Учитываем ли мы все эти моменты, когда судим кого-нибудь?

Ничего подобного хрена подобного. В большинстве своем мы на это не способны. Да нам это и не нужно. Большинству. Поэтому концепция «возлюби ближнего своего как самого себя» как нельзя кстати. Познать всю глубину сущности нашего визави мы можем только через познание глубин собственных. «Я – начало», отправная точка путешествия длинною в вечность…

Отчего так много страданий и падений на жизненном пути?

Почему душе и сознанию приходится закаляться в горниле лишений и претерпеваний? В частности, потому, что мы не ищем правды. В богах внешних мы ищем подаятелей, защитников, утешителей, тех, кто будет нас принимать безусловно. Мантры, молитвы, медитации – способ очиститься, подлечиться, успокоиться, подлатать нервишки, приобщиться к некому благодатному источнику… А что дальше? А дальше всё по-старому: привычный образ мыслей, старый тип поведения. Неэффективный. Энергозатратный.

Так и получается: прикоснулся к сакральному, вечному, очухался и побежал дальше чудить!

А в чём тогда правда, о которой было сказано вначале? Правда в том, что каждый из нас, кто будет искать истины и просветления , обречён на тернистый жизненный путь, наполненный болью и страданиями. Боль – индикатор того, что ты повернул не туда, совершил то, что не полезно для тебя, и поэтому теряешь жизненные силы. **вне себя самого**

Nosce te ipsum (познай себя). Тысячелетиями, различными школами, практиками, методами Высшее Сознание доносит до нас эту мысль… Познай себя… В тебе всё есть. Ты содержишь в себе всё необходимое… Пойми свою простоту и, одновременно с тем, сложное устройство, неординар-

ность, глубину, специфику, уникальную ценность. Исследуй истинные свои желания и реализуй их…

Сам себе паровоз

Единственный человек, которому Вы должны так, что прям обязаны – это вы сами. Причём обязаны по-крупному: эволюционировать, любить, радовать непрестанно.

Вот так приходится вещать в режиме капитана очевидности, но у нас вроде как кризис даже самых базовых смыслов, поэтому можно

Почему так, мол, «я, я, я», познай себя, сконцентрируй внимание на себе и т. д. Как же ближние, общество? Одна из самых удивительных вещей в масштабах мироздания заключается в том, что мир/. Наше развитие есть прямое созидание самой вселенной. Отсюда и сакральные тезисы «Царствие Божие внутрь вас есть…", «спасись сам и тысячи вокруг тебя спасутся…» и мн. др. **вселенная зависит напрямую от нашей индивидуальной эволюции**

Но, говоря о эволюции личной, чаще всего представляются наполеоновские планы и прямо-таки взращивание в себе каких-то суперспособностей.

Если вне очереди вымытая посуда во имя любви и заботы о своем любимом человеке – это суперспособность, то да, мы говорим именно об этом.

А еще можно, например, первый раз в жизни не пойти на пьянку в праздную, «токсичную» компанию, а посвятить день непосредственной эволюции: посмотреть на себя в зер-

кало. Впервые осмысленно. Поразглядывать себя, познакомиться с собой по-настоящему. Заглянуть самому себе в глаза и поискать отблески души своей, почувствовать её желания и стремления…

Можно в тишине и покое приготовить себе вкусную и полезную пищу. Немного. А главной приправой к ней пусть будет осознанность и любовь: готовь и говори, что эту трапезу я готовлю во имя любви к себе, в качестве благостного подкрепления душевных и телесных сил. Сядь тихо и удобно, употреби плоды творческих трудов своих и наполнись радостью. Чистая эволюция. Самый непосредственный инструмент для преображения!

Потом осуществи водные процедуры, представь, как вода уносит все суетное и очищает…, обновляет. Потом почитай себе что-нибудь. Желательно вслух. Создай антураж: зажги благовония, свечи, наполни уютом свое жилое пространство… Никаких супертехник не требуется. Не стоит ничего усложнять. Самое действенное – всегда безупречно простое.

За каждым великим мужчиной…

Есть такое благочестивое поверие, мол, за каждым великим мужчиной стоит великая женщина. Она и великая наставница в определённые моменты, и вдохновляющая муза, и благости питающий источник… А он весь такой защита и опора, да и вообще глаз от него невозможно отвесть! Красиво.

Однако, большинство примеров из жизни и правдоподобной литературы являют нам несколько иные союзы. Там мужчина или женщина достигают чего-то не во имя друг друга, а вопреки.

Таких спутников жизни уместнее характеризовать уже как «горнило печи» или «огнь поядающий»! Да, печь закаляет, но и обжигает нещадно. При такой конфигурации, достижения – это скорее результат преодоления собственных реакции на раздражители. Ну а раздражители и испытания подкидывают друг другу благоверные. В неограниченном количестве.

Союз сильных, осознанных людей – это всегда результат взаимного титанического труда и глубочайшего . Но об этих подвигах говорить и думать как-то не принято. Нам сразу подавай укомплектованных внутренне и внешне принцев и принцесс. Но в большинстве случаев при таких монарших запросах «рожей» **сознательного перерождения в новое**

качество

(т.е. собственным качеством и делами) мы не дотягиваем и до лакея….

Сочетание несочетаемого

Ох уж эти сочетания несочетаемых понятий…. Например, «ужасно красивый». Это как «тошнотворно вкусный» или «сумасшедше-умный». **Разнонаправленные понятия формируют неопределённость смысла.**

Да и вообще большинству из нас не приходит в голову, что «думание» мыслей и «говорение» слов – это непосредственное творчество. Делание. Создание чего-либо. В наши времена словам и мыслям ключевого значения не придают, а зря.

Мысли и слова – это вибрации чрезвычайной силы. Эти вибрации определяют движение ума, сердца и изменение окружающей реальности. Подумал – и преобразил, вдохновил себя на целый день. Светишься сам и светишь другим. Сказал слово – и спас отчаявшуюся душу от губительного поступка, дал ей надежду. Или наоборот…

Я «не люблю» (Небольшое рассуждение в намеренно критических тонах)

Мне не нравится суета, форма за отсутствием содержания. Я не люблю жару. Мне не по душе большие скопления людей и шум мегаполиса. Но больше всего мне не нравится образ жертвы, который мы все так умело примеряли в прошлом или пользуемся им до сих пор. Учитывая социальную обстановку, мне думается, что большинство из нас до сих пор опьянены и бескомпромиссно захвачены этим состоянием безвольного существа, плывущего по течению.

Жертва. Какая ты мерзкая, жалкая, отвратительная субстанция в человеческом обличье. Ты ничего не создаешь, ты ничего не отдаешь. Ты можешь только жадно ПОТРЕБЛЯТЬ, изредка выдавливая из себя горькую ухмылку в качестве «благодарности». И еще притворяться. А еще верить в свою исключительную обиженность внешними обстоятельствами. Глупая тварь, нелепая оболочка, гнусное порождение воспаленного сознания. Ему, этому недоразумению, совершенно невдомек, что не бывает внешнего без внутреннего. Оно не разумеет, что само своими помыслами и создает окружающую действительность. И тонет в ней. И упивается своим пораженчеством, которое кажется ему исключитель-

ным. Совершенное несовершенство.

И все это при наличии безграничных возможностей. При наличии божественности. Но ты жертва. Ты падшее существо. И твое падение – результат твоего выбора, поэтому оно, можно сказать, «честное». Поэтому об тебя «честно» вытирают ноги все, кто может до тебя дотянуться: ближний круг, коллеги, знакомые, государство. Все. Потому, что ты жертва. А жертва должна быть унижена и в конце концов умереть. Это совершенно точно. Таковы правила игры.

Жертва не побеждает, не расширяет границы сознания, не радуется, не наслаждается творчеством, не занимается любовью с тем, кого обожает, упиваясь каждым мгновением этого божественного акта, не радуется как ребенок глотку чистой воды, порыву ветра, майскому дождю, вкусному бутерброду со свежайшим хлебом, сливочным маслом и сливовым вареньем, да еще все это дело с горячим чаем, а потом дрыхнуть после такого сладкого полдника в гамак под деревце.

Эти радости жизни жертву угнетают, раздражают, выводят из себя. Человек, возведший в себя в этот заведомо проигрышный статус находится в процессе стремительного распада: плоть, психика, душа… Все эти составные части сущности человека, не имея энергетической подпитки «изнутри», из СОБСТВЕННОГО ТВОРЧЕСТВА, разваливаются, как песчаные фигурки под набежавшей волной.

Поэтому особенно «забавно», когда жертва начинает те-

бя учить жить, навязчиво предлагает тебе модели поведения для разных житейских ситуаций и, естественно, не терпит не то что критики и оспаривания, а простых уточняющих вопросов, вопросов на понимание… Совершенное несовершенство, непревзойденное мастерство быть рабом. Рабом порождений собственного сознания.

Письмо душе своей (небольшое размышление в формате «архаической прозы)

Ах, ты, душа моя трепетная, добрая, несуразная, но милая! Сколько тебе испытать и пережить довелось на своем веку. Сколько воплощений, сколько мучений и радостей тобой отмеряно?

Всегда ли твои чаянья и требования удовлетворялись? Всегда ли ты желала для меня благотворного, несуетного? И как нам с тобой в мире жить, быть одним целым, идти рука об руку?

Да и что же ты такое, душа моя? Как тебя определить, измерить? Как прикоснуться к тебе? Человек я простой до невозможности. Мудростям духовным не обучен, как понимать тебя – не ведомо мне. Да и что там – понимать? Как узнать есть ли ты на самом деле? Правда ты или лукавая выдумка?

Вот говорят, мол, душа болит. Изнывает прям. По поводу и без повода. На все она, бедная, остро реагирует: на свои и чужие страдания. На страдания и на радости. До всего ей, сердобольной, дело есть. Ничего мимо неё не проходит запросто. И зачем это тебе, душа, для каких свершений? Для чего ты так упираешься?

А еще говорят, что ты словно оракул внутренний. Увещеваешь, предупреждаешь, советуешь. Там подскажешь, тут обережёшь, так и сяк образумишь. Откуда тебе наперёд всё ведомо? Из каких пределов ты черпаешь знание?

А еще есть молва прямо сказочная. Будто содержишь в себе ты образ самого Бога, Бога истинного. Будто ты сама по себе и есть частичка божественная… Неужели так? Прям не верится… Если так, то это очень радостно! Этот факт ставит все с головы на ноги! Если Бог во мне, при моей душе, значит и со мной не всё потеряно! Значит я могу не искать богов, не томиться страданием опустошённости: все и так во мне есть… Я – вместилище Истины, получается…

Только как мне, душа, с этой Истиной быть? Ведь быть богом не очень умею-то… Жизнь я тратил на сон, на дурман и печаль, все за суетным гнался галопом.

Да, образ Бога во мне при моей же душе, но ведь образности одной недостаточно. Преподобным стать, уподобиться чуду божественному, соединиться с ним – вот где сакральный смысл кроется. Отыскать в себе самом Бога живого и реализовать его в самом же себе – вот что смысл имеет и ценность великую.

Ну а как же конкретно стяжать Преподобия становление? Что свершать, что мне делать-то? Подскажи, душа моя неугомонная?

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.