



QВИНТЭССЕНЦИЯ

АННА МУСИНА

Анна Мусина
КВИНТЭССЕНЦИЯ

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=29802857

ISBN 9785449041555

Аннотация

В этой книге главным героем будешь именно ты, дорогой мой читатель. Предстанешь во всей красе и совершенстве. Ведь именно таким ты и являешься, потому что #тычеловек

Содержание

ВСТУПЛЕНИЕ	5
ЛЮБОВЬ	6
Глава 1. Детство	8
Конец ознакомительного фрагмента.	14

QВИНТЭССЕНЦИЯ

Анна Мусина

Дизайнер обложки Александр Богатов

© Анна Мусина, 2018

© Александр Богатов, дизайн обложки, 2018

ISBN 978-5-4490-4155-5

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

ВСТУПЛЕНИЕ

Читать или не читать, вот в чем вопрос...

Перед вами книга – экстракт, эфир, пятый элемент, тонкая материя. Она о главном, важном и насущном. Каждый найдет здесь что-то свое, а может, и потеряет – страхи, сомнения, иллюзии. Это три небольших сборника, завершив чтение которых, вы закроете эту книгу и будете жить дальше, своей обычной жизнью. Но если когда-нибудь вы вспомните любую из написанных здесь фраз, тогда мой труд был не зря.

Любите, будьте Человеком и живите в Обществе. Остальное найдет вас само. Так же, как нашла эта книга. Устраивайтесь поудобнее и погружайтесь в квинтэссенцию слов, фраз, предложений и абзацев. Поехали...

ЛЮБОВЬ

В предисловии хочется немного рассказать про себя. Я обычный человек и пишу свой литературный труд в 27 лет. Меня зовут Анна, и это имя дано мне моими замечательными родителями, которым я хочу посвятить эту книгу. Если бы не они, то я никогда бы не появилась на этой Земле, не получила бы человеческий облик и не смогла бы наслаждаться всей красотой планеты Земля.

Мы с вами живем в прекрасное время, полное противоречий и мнений, событий и открытий, разочарований и боли. Почему же прекрасное, спросите вы... И я отвечу. Оно прекрасно тем, что, несмотря на все человеческие страдания и скитания, мы не забыли слова «любовь». Нам очень нравится слышать его в песнях, стихах, признаниях и прочих замечательных местах. Мы знаем это слово, но знаем ли мы это чувство? Испытывали ли мы его когда-нибудь по-настоящему, или мы просто знаем его определение?

Первая книга называется просто, она сама будет достаточно простая и понятная. Я не перегружу вас историей, сложными определениями, чужими мнениями, свое мнение я тоже оставлю при себе. Я хочу рассказать вам о том, как прекрасно чувствовать Сердцем и жить в Любви. Это будет не просто рассказ, это будет небольшое методическое пособие, которое сейчас так необходимо многим людям. Нам

сложно самим решиться на действия, но нам легко прочитать о том, как их нужно совершать. Наше поколение живет в мире знаний, мы любим учиться и постигать новое.

Я расскажу вам о простой методике того, как можно потратить наименьшее количество времени на усвоение максимального количества знаний. Ведь все они есть перед вашими глазами каждый день. Я помогу вам понять, как можно **ВИДЕТЬ** этот мир, чувствовать его и сосредоточиться на главном – на Любви в своем Сердце.

Ведь у нас так мало времени... всего лишь одна человеческая жизнь.

Глава 1. Детство

После 7 лет у ребенка начинается социализация. Ему нужно приспособиться к миру людей, отношений и правил. Для этого ему дается школа. Особенно ярко это происходит именно в школе, даже если ребенок до этого возраста ходил в садик. Теперь у него есть обязательства, уроки, самостоятельность. И подготовка к этому этапу всегда идет серьезно, детищу уже говорят за год до начала обучения, что скоро он пойдет в школу и станет «совсем взрослым». Каждый из нас пережил это время по-своему. Кому-то очень хотелось стать самостоятельным, а кто-то плакал на пороге дома, боясь потерять свою сказочную страну детских фантазий и иллюзий.

Именно тут, за школьными стенами, мы учимся контролировать свои эмоции, учимся общаться со сверстниками и старшим поколением, учимся подчиняться и следовать правилам. Именно тут нам рассказывают о настоящей жизни, о том, как устроено общество, как устроен мир, что он из себя представляет. Мы учимся постигать его с разных сторон – химия, физика, история, биология, математика, русский и английский язык, обществознание и так далее. Все науки в совокупности дают нам начальные знания об этом мире. Именно для этого нужна школа. Тут дети взрослеют максимально правильно, в смысле того, что учатся все делать по правилам. Это закаляет наш характер и дает понять, что

нам придется в этом обществе знать принятые нормы и стараться их придерживаться.

Проблема каждого из нас состоит в том, что в этом возрасте все ошибки воспринимаются нами очень эмоционально, потому что мы еще учимся работать со своими эмоциями. Мы ошибаемся, плачем и рыдаем и обещаем себе больше никогда этого не повторять. Нас ругают, может, даже бьют, и мы сохраняем в себе память об этой боли. Нам не хочется чувствовать ее снова. Именно так идет наше воспитание. Через боль и подчинение правилам.

Но мы никогда не забываем то светлое чувство, которое жило в нас, когда мы были маленькими детьми. Именно поэтому мы с огромной нежностью вспоминаем это время, как нам там было хорошо, как наше Сердце было открыто этому миру и еще не знало рамок и ограничений. Общество накладывает на нас сильный отпечаток, говоря о том, что нужно для того, чтобы оставаться в этой реальности и быть человеком социализированным, культурным, воспитанным. Но удивительно, почему нам не рассказывают о том, как любить и что это за чувство. Его не преподают нам в школе, про него не говорят родители. Про Любовь можно услышать только в церкви, в рамках божественного аспекта. Бог есть Любовь. Это мы можем заучить, выучить всю Библию вдоль и поперек и знать теорию, но никогда не перейти к практике. Тебе расскажут, что нужно делать, чтобы открыть в себе эту Любовь, открыть Сердце этому миру снова, но практику

каждый из нас проходит самостоятельно. Это то, что каждый всю жизнь из нас ищет, хочет снова погрузиться в сладкую негу детства и ощущать этот мир по-настоящему, радоваться каждому моменту, каждой травинке и улыбке.

Но наша голова всегда против нашего Сердца – это не правильно, так не бывает, это глупости, это мелочи. Рамки, заложенные нам в детстве, поселившиеся так плотно в нашей голове, мешают нам понять, что нет другого, есть только ты – и твое счастье здесь имеет значение. Голова и Сердце едины, так же, как ты един с Любовью. Это закон жизни, закон Природы и самый главный закон Человечества.

Процесс социализации происходит одинаково в каждой стране, вне зависимости от территории. Везде есть свои правила поведения, системы выживания, взаимодействия и законов. Но нужно понять одну простую истину: это нужно нам для того, чтобы была система контроля над растущей популяцией людей, государству необходимо контролировать рождаемость, нашу жизнь и текущую деятельность. Иначе не было бы цивилизации, и она не развилась бы так сильно за всего каких-то несколько тысяч лет. Управление, контроль, система – вот что помогает нашему развитию, развитию головы, ума и новым открытиям. Но очень сложно делать что-то просто ради того, чтобы делать.

Каждому человеку в жизни нужна светлая цель, к которой он идет через лишения и сложности. Именно поэтому людям всегда оставляют возможность поверить в божественный ас-

пект своего происхождения, дают понять, что у нас есть Сердце, и оно может чувствовать. И именно оно способно чувствовать намного больше, чем способна уместить в себя наша голова и ум. Поэтому они всегда спорят между собой. Голова не верит тому, что способно почувствовать Сердце. Оно способно раскрыть для нас другие реальности, вынести за рамки существующего тела. Ведь именно в Сердце находится все иррациональное, необъяснимое. И Любовь именно такая. Ее очень сложно объяснить головой, иногда сложно представить, почему мы ведем себя именно так, а не иначе в случае, когда в нашем сердце живет Любовь. Почему маленький мальчик, видя, что животному плохо, может сделать все возможное и невозможное, чтобы его спасти, несмотря ни на какие рамки – нельзя, мама наругает, пора домой. Все стирается перед Любовью – мальчик хочет спасти животное, помочь ему. Это проявление божественного участия, это Любовь, это Сердце.

Когда рамки в нашей голове берут верх, в нас появляется чувство озлобленности. Мы злимся на систему, государство, соседей сверху, маленькую зарплату и не можем понять, почему в нашей жизни все не складывается. Почему в детстве было так хорошо, беззаботно и спокойно, а сейчас все изменилось, и солнце больше не светит в вашей душе. Накопленные негативные чувства ведут нас к болезням, мы страдаем уже не только душой, но еще и телом. И в этой бесконечной череде страдания, кажется, нет выхода, и жизнь не склады-

вається. Всем хорошо, кроме меня. Печальная и очень грустная история, которая встречается сплошь и рядом.

Мы боимся себе позволять ломать рамки, переходить через ограничения, позволять себе быть счастливым. Хотите начать играть на гитаре? Просто возьмите гитару в руки и начните играть. С первого раза никогда ничего не получается идеально, но даже простое обучение уже доставит вам невероятную радость. Вы занимаетесь тем, что делает вас чуточку счастливее. А все рамки – не получится, нет времени, все равно я не буду играть как профессионал, нет денег – оставляйте за границами своего счастья. Оно там, где мы позволяем себе радоваться, быть счастливыми, несмотря ни на что. Материальный мир максимально подстраивается под вас, ваше настроение, ваши мысли и чувства. Хотите по-настоящему? Найдется все для реализации вашего искреннего, сердечного желания. Придут деньги, появится время, неожиданно друг отдаст вам свою старую гитару.

Просто позвольте себе стать счастливым, позвольте себе открыть свое Сердце. И мир подстроится под вас. Это закон истинной энергии, это Человеческие возможности, которые могут казаться магией, но они самые простые и примитивные. И именно поэтому они даны нам с самого детства. Мы уже рождаемся с этой способностью. Любить, менять свою реальность под себя, радоваться и быть счастливым. Надо просто позволить себе быть Человеком, настоящим, живым, чувствующим. Позволить себе быть таким же,

как ребенок.

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.