



МИАНИЕ М.Ю.  
ПОТЕМКИНА А.Г.

# СЧАСТЬЕ



# **А. Г. Потемкина М. Ю. Миание Счастье**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=30476046](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=30476046)*

*ISBN 9785449054661*

## **Аннотация**

К сожалению, большинство людей практически ничего не знают ни о Счастье, ни о его законах, ни о путях его достижения. Они считают, что Счастье находится где-то вовне и не зависит от человека. Это – величайшее заблуждение. Счастье – это состояние нашей души, то, что мы чувствуем. А состояние души определяется нашими убеждениями, ценностями, поступками, их последствиями. Эта книга – именно об этом: что такое Счастье и как его достичь. Из серии «Эзотерика для начинающих». Для широкой аудитории.

# Содержание

О книге	5
Справка об Авторах и Системе	7
Сооснователь Системы	12
Авторский научно-учебный Центр «Система академика Миание М. Ю.»	15
Из рекомендательных писем для выдвижения академика Миание М. Ю. на Нобелевскую премию Мира 2008 г.	18
Введение	23
Рекомендации по работе с книгой	25
Часть I. Понимание Счастья	29
Глава 1. Состояние счастья	29
Суть состояния	29
Полнота ощущений	36
Уровни счастья	43
Конец ознакомительного фрагмента.	49

# **Счастье**

**Миание М. Ю.  
Потемкина А. Г.**

© Миание М. Ю., 2018

© Потемкина А. Г., 2018

ISBN 978-5-4490-5466-1

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# О книге

«Счастье» – первая книга из серии «Эзотерика для начинающих» и наиболее популярная на данный момент. Создана на основе курса лекций «Счастье» президента-основателя, научного руководителя Системы и Центра «Развитие Человека», академика Миание М. Ю. (Grand Ph. D., Ph. D., доктор философских наук, профессор).

Цель данной работы: 1. Сформировать целостное представление о состоянии Счастья, законах его формирования, сохранения и разрушения.

2. Научиться ощущать себя бессмертной Душой, рожденной именно для Счастья, различать позитивные и негативные внутренние реакции и воздействия извне.

3. В конечном итоге – научиться перестраивать свой внутренний мир и свою жизнь для достижения все более высоких состояний Счастья и наслаждения от жизни.

В книге представлена информационная часть курса и небольшие пробные задания и тренинги. Практическая часть, которая предполагает насыщенные психологические тренинги и работу с энергией (самовнушение, медитации), проводится только на занятиях Центра под руководством опытных ведущих.

Книга будет интересна всем, кто хоть когда-нибудь задумывался о том, что такое СЧАСТЬЕ, и стремился к нему. А если человек уже понял, что первопричина успеха и неудач лежит в нем самом, и хочет сам изменить себя, выстроить себя сильным человеком, способным ставить и достигать цели, стать Личностью – эта книга может быть руководством к действию.

*Книга «Счастье» является частью (разделом) учебной программы «Практическая Философия», получившей гриф «Рекомендовано Министерством образования и науки Украины как учебное пособие для студентов высших учебных заведений» (№1,4/18-5-134,1 от 09.01.2009 г.).*

*Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельца авторских прав.*

*Авторское свидетельство*

*№24508 от 20.05.08 выдано*

*Министерством образования и науки Украины»*

*Четвертое издание.*

# Справка об Авторах и Системе



**МИАНИЕ**  
**Михаил Юрьевич**

- **Президент-основатель, научный руководитель** Центра и Системы «Развитие Человека» (Система акад. Мияние М. Ю.).
- **Академик** РАЕН, МДА, ЕАЕН, АБОП, AISES, МКА.
- **Доктор** философских наук, **Ph. D., Grand Ph. D.** профессор МУФО, почетный профессор МСУ, МКА, председатель докторского комитета МУФО, «Заслуженный Деятель науки».
- **Сенатор** Международного Рыцарского Союза

(МРС), **рыцарь**: МРС, Тевтонского и Мальтийского орденов, ордена «Святой Георгий Победоносец».

●**НАГРАЖДЕН: Высшей Российской Общественной наградой** – знаком ордена Святого Александра Невского «За Труды и Отечество» I Степени (единственный в Украине), многими другими наградами.

●Его Святейшество **Папа Бенедикт XVI** отметил деятельность акад. Миание М. Ю. **Благодарностью и Благословением.**

●**Научная деятельность** – разработаны *сотни принципиально новых теорий, создано новое Учение.*

●**Подготовлены и изданы:** 8 монографий, 3 брошюры, более 50 работ в рукописях, сотни докладов, статей.

●**Общественная деятельность** – разработаны, реализуются более 10 *международных проектов.*

●**Разработаны** – более 30 учебных годовых курсов, более 15 тысяч учебных часов. Преподавание – 25 лет.

●**Работают Структуры и Направления**, подготовлены кадры, проходят более 40 мероприятий в год.

Родился 1 февраля 1964 г. в Луганской области (Украина). Окончил Харьковский институт радиоэлектроники, аспирантуру. Служил в армии. Обучался и преподавал в Академии Йоги, впоследствии был ее проректором. С 1992 г. работает над созданием авторской Системы: Харьковской



региональной общественной организации Центр «Развитие Человека», других организаций, авторской школы, системы знаний и соответствующих проектов.

Академик Миание М. Ю. – один из немногих современных исследователей духовности и ее влияния на развитие Человека, Организации и Общества, работающих в СНГ, создатель научно-практической Системы «Развитие Человека», по полноте и масштабности претендующей на роль нового Учения.

В основе его подхода лежит следующее. Любой человек хотел бы быть *Сильным, Совершенным, Счастливым, Успешным* и жить в великой, прекрасной стране. Достижение этого, поэтапное формирование идеального человека и общества возможно и жизненно необходимо. Для этого духовность, достойные цели, высшие ценности: *Честь, Благородство, Справедливость*, многие другие – должны на качественно новом, более высоком уровне войти во все сферы жизни общества.

Войти *через науку, как гаранта истины* на данный момент. Чтобы в конечном итоге в средней школе обучали, прежде всего, ради чего стоит жить и во что верить, как ставить и достигать цели, как формировать себя как личность, максимально полно раскрыть свой потенциал. Чтобы в куль-

туре, в образе жизни появились новые традиции, возвышающие и облагораживающие человека, пробуждающие чувства и лучшие качества души. Чтобы в политике, во власти появился такой кодекс Чести, при котором служение обществу, своей стране проявится в самом высоком смысле, при котором народ будет гордиться своей элитой и верить ей. Для реализации этих целей и идей работают Автор и организации Системы.

***Общественная деятельность (служение)*** – разработаны, реализуются более 10 ***международных проектов***. Основные из них: «Образование» (введение программ Формирования Личности в систему среднего и высшего образования, в конечном итоге – ее полное реформирование), «***Общественное телевидение Системы***» (создание телевизионного канала, посвященного Формированию Человека как Личности), «***Международный Стандарт Работы с Кадрами. МФКС***» (введение стандарта формирования: Достойного Человека, Достойных Взаимоотношений и Достойных Традиций – в максимально возможное число организаций и предприятий), многие другие.

В Системе также особое внимание уделяется целенаправленному формированию ***взаимоотношений и образу жизни Достойных***: на уровне высочайшей этики, чувств, взаимопомощи, соответствие, прежде всего, кадров самым высо-

ким требованиям; введение прекрасных традиций, регулярное проведение мероприятий.

*Подробная информация на сайте Автора:  
[www.mianie.com](http://www.mianie.com)*

# Сооснователь Системы



***Потемкина  
Анна Григорьевна***

- **Сооснователь**, руководитель многих направлений Центра и Системы акад. Миание М. Ю. Сооснователь издательской деятельности Системы.
- **Академик** ЕАЕН, МАНЭБ, Почетный академик МКА, профессор Европейского университета.
- **Сенатор** Международного Рыцарского Союза

(МРС), рыцарь МРС.

•**Награждена:** Высшей наградой ЕАЕН и МРС «Звезда Сенатора», Орденом Чести (ЕАЕН), Орденом «За развитие науки и образования» (МКА), Орденом им. М. В. Ломоносова (МАНЭБ).

### **Деятельность Потемкиной А. Г.**

•**Бессменный помощник** и ассистент президента-основателя, научного руководителя Центра и Системы «Развитие Человека» акад. Миание М. Ю.

•**Координатор** Центра «Развитие Человека». В разное время курировала многие направления деятельности Центра: структур «Культура», «Контроль», «Администрация», Информагентство и др.

•**Единственный помощник автора** Системы в разработке программ развития и профессиональной подготовки кадров. Автор ряда программ: «Лидер», «Работа с информацией», «Имидж», др.

•**Соавтор** книг «Счастье», «Духовные Законы», автор идеи, главный редактор и составитель изданий: книг «Эзотерика на практике» и «Центр „Развитие Человека“. История 1993—2000», брошюры «Основы дресс-кода», журнала

«Эзотерика. Наука. Общество».

- ***Идейный вдохновитель*** корпоративной культуры и организатор мероприятий Системы. На высоком духовном уровне заложила основы всех основных традиций Системы.

- ***Автор идеи*** и создатель первых фильмов Системы «Королевский бал», «Великая Мистерия», др.

# **Авторский научно- учебный Центр «Система академика Миание М. Ю.»**

## ***Краткая справка***

**Подход.** Существующие теории, школы, системы не смогли в полной мере сделать человека сильным, совершенным, счастливым в силу сохраняющихся противоречий и незакрытых вопросов. Поэтому необходимо создание новой системы (Учения), способной:

1. *Объединить* основные системы духовных знаний в непротиворечивое целое.
2. *Разработать* новые, недостающие теории и более эффективные техники развития.
3. *Соответствовать* современным условиям жизни (получать результаты, как в монастыре или ашраме и более высокие, но при этом не уходя из общества, а в полной мере реализуя себя в нем).

**«Система акад. Миание М. Ю.»:** 1. Знания. *Учение* (теория, практика). 2. *Покровители* (силы Света, иерархия Кармы, 6, 7 расы, др.). 3. *Учитель*. 4. *Научно-учеб-*

ный Центр (реализация Учения, кадры).

5. Другие организации (институт, партия, общественное движение, корпорация, медиа, фонд, издательство, орден).

**Учение Миание М. Ю.** Истоки: буддизм, даосизм, классическая йога, духовные ценности основных религий. Новизна: более 2/3 всей информации нигде более в системном виде не встречается. Преимущества: высокая эффективность, системность, полнота целей и ценностей, адаптация к современным условиям жизни, социальное признание и научная защита, другие.

**Основные цели** – близки к лучшим системам:

1. Человек в своем развитии может и должен достичь *Силы, Счастья, Совершенства*.
2. Самореализация каждого идущего по пути Света должна быть доведена до уровня *власти над судьбой*.
3. *Общество должно прийти к идеалу*, который должен быть описан, духовное должно быть поднято над материальным, а *силы Света должны суметь объединиться* (внести максимально возможный вклад).

**Отличия** же состоят в том, что, во-первых, все цели рассматриваются не разрозненно, а в комплексе, во-вторых, уровень, качество реализации всех вопросов доводится до научной строгости в логике и проверяется на практике.



## **Задачи.**

1. *Развитие идеи* – проведение собственных фундаментальных исследований (создание *Учения*), разработка программ и методик обучения, организации жизни групп, правил построения организации, др.

2. *Основная реализация* – организация регулярных занятий и собраний групп, обеспечения их высокого уровня за счет качества информации, профессиональной подготовки консультантов, др.

3. *Усиление программы* – учет и реализация всех факторов, делающих развитие и жизнь полными: индивидуальная помощь, времяпрепровождение, этика поведения, система взаимопомощи, др.

## **Основные преимущества Учения и работ автора.**

1. Здесь вы не найдете путаных объяснений, бесконечных теорий, «непознаваемого» и т. д. – *все предельно четко* и только самое *важное*: основные понятия, законы, примеры.

2. Большая часть представленных положений нигде настолько детально не описаны: структура Энергии, Бога и Космоса, энергетическое строение человека, его чакр, систем, капсулы и духа, иерархия духовных законов и работа с ними, что позволяет *вводить* высокоэффективные *техники* развития и воплощать в жизнь ранее недоступные *идеи*.

# **Из рекомендательных писем для выдвижения академика Миание М. Ю. на Нобелевскую премию Мира 2008 г.**

*«Как президент Европейской академии естественных наук я хорошо знаю деятельность Михаила Юрьевича Миание по позитивным преобразованиям Человека и Общества и поддерживаю инициативу Харьковской региональной общественной организации Центр «Развитие Человека» по выдвижению кандидатуры действительного члена ЕАЕН Миание М. Ю. для представления к Нобелевской премии Мира за вклад в общечеловеческий прогресс.*

*Суть деятельности Миание Михаила Юрьевича – изучение духовности с точки зрения науки с целью создать идеал, к которому должен стремиться каждый человек, разработать общественно-политические проекты и практически реализовать их».*

**Президент Европейской Академии Естественных  
Наук проф. Тыминский В.**

*«Академик Миание Михаил Юрьевич – автор множества научных работ, монографий в области философии, психо-*

логии, развития человека и общества.

Уникальные по полноте и цельности программы на протяжении 15 лет реализуются в Центре «Развитие Человека».

Научные труды и деятельность академика Миание Михаила Юрьевича вызывают глубокое уважение и интерес в научных кругах и среди общественных деятелей, признание отмечено высокими международными наградами и премиями.

Мы лично рады сотрудничать с Достойным Человеком с безупречной деловой репутацией. Мы также убеждены в том, что разработанные и реализуемые академиком Миание М. Ю. теории, программы, проекты – уникальны, жизнеспособны и актуальны для всего Человечества».

**Президент WUDSES, Ph. D., Grand Ph. D., Full Prof., д.п.н., проф., академик Кунрейчик Л. П.**

«Программы обучения, предлагаемые академиком Миание М. Ю., направлены на формирование Личности и Лидера, формирование коллективов и взаимоотношений высокого уровня, на формирование образа жизни Достойных. Подключение этих программ к существующей системе образования, к бизнес-структурам и любым другим коллективам способно на много порядков усилить каждого сотрудника, коллектив в целом и, в конечном итоге, повысить эффек-

тивность работы.

На основании наших экспертиз и многократных рейтинговых исследований мы подтверждаем уникальность разработанных Автором теорий, программ обучения и общественно-политических проектов, крайне высокий уровень общественного признания и полученных практических результатов.

Академик Миание М. Ю. и Центр «Развитие Человека» неоднократно признавались лучшими в соответствующих номинациях, включая международные награды, были представлены в различных биографических сборниках лидеров, элиты Украины и России. Наше многолетнее личное знакомство и деловое сотрудничество подтверждают и прекрасные личные качества кандидата, его сотрудников и других представителей, и безупречную деловую репутацию.

Мы также считаем, что вопросы, исследуемые и реализуемые академиком Миание М. Ю. и организациями Системы по продвижению общечеловеческих ценностей и высших духовных принципов и идеалов во все основные сферы жизни общества, – в ближайшие годы станут самыми актуальными для науки, образования, политики и общества в целом, по подходу и масштабу уже решенных задач – альтернативы данному кандидату просто не существует».

**Ген. директор Ассамблеи деловых кругов  
Украины, доктор философии, проф. А. И. Саввов**

*«Харьковское Губернское Дворянское Собрание входит в Союз Потомков Российских Дворян, поставившим одной из важнейших своих целей возрождение дворянских традиций, аристократизма, высоких человеческих качеств – Чести, Достоинства, Веры, Верности долгу.*

*Встреча с господином Миание Михаилом Юрьевичем более трех лет назад укрепили в нас уверенность в том, что у общества есть прекрасное будущее, которое уже сегодня создают достойнейшие из людей. Дворянство поддерживает Высокие Цели и направления деятельности Центра «Развитие Человека», созданного и возглавляемого господином Миание М. Ю. в течение 15 лет.*

*Особо нам близки и дороги все усилия г-на Миание Михаила Юрьевича по возрождению высокого духа аристократизма, формированию истинных слуг Отечеству, всего лучшего, что уже было в истории дворянства России и Европы. Цель – формирование аристократов духа не за многие поколения, а за несколько десятков лет обучения. Это направление заслуживает всевозможного уважения.*

*Академик Миание М. Ю. имеет международное научное признание, подтвержденное многими званиями, дипло-*

мами и наградами, также удостоен чести быть награжденным от имени Дворянского Собрания Серебряным крестом «За усердие» №9. Миание Михаил Юрьевич – личность с глобальным мышлением, способный стратегически планировать будущее общества. Подтверждением вышесказанному является разработанный им Международный Проект «Духовное Возрождение Человека и Общества».

Я убежден, что реализация проектов Духовного Возрождения, программ формирования Личности и других проектов и программ академика Миание М. Ю. неизбежно приведут к глобальным, позитивным преобразованиям Человека и Общества.

Миание Михаил Юрьевич – Человек с огромным сердцем, непоколебимой Верой в прекрасное будущее, преданный своему делу до конца. Я считаю, что вопросы, реализуемые академиком Миание М. Ю. по продвижению общечеловеческих ценностей и высших духовных идеалов в современном обществе, имеют огромное значение».

**Предводитель Российского Дворянства князь  
А. К. Голицын**

# Введение

*К счастью стремятся все. И те, кто боится себе в этом признаться, и даже те, кто бежит от счастья семимильными шагами.*

*Мы привыкли желать счастья на праздники и в дни рождения. Понятно, что для каждого свое, но обычно это значит – всего и много. А подробнее? Что скрывается за этим словом, само звучание которого так манит?*

*Что вы ответите своему подрастающему ребенку, когда он спросит: «А что такое счастье?» Кто-то начнет перечислять стандартное (карьера, семья, крыша над головой), кто-то вспомнит еще свои нереализованные мечты (как хочется, чтобы это воплотилось в детях!). Но, подрастая, ребенок может спросить: «Как, и это все, для чего я родился?» Не каждый найдет, что ответить.*

*Можете ли вы сформулировать для самого себя – что такое счастье вообще, и что такое ваше личное счастье. Когда начинаешь понимать, что это не просто абстрактная философская категория, то начинаешь думать, что нужно сделать сегодня, завтра, через год, чтобы стать счастливым человеком.*

*Разговор о счастье некоторые воспринимают как что-то далекое, несбыточное. Но ведь так хочется побыть счастливым хоть день, хоть миг. Потому что этот счастливый миг иногда переворачивает всю вашу жизнь, и может быть даже дороже жизни. Хочется почувствовать себя на гребне своей волны и не сорваться, наслаждаясь полетом. Иначе чем тогда оправдана ваша жизнь?*

***Редактор***



# Рекомендации по работе с книгой

Чтобы эта книга не осталась в вашей памяти просто приятным времяпрепровождением, а помогла вам что-то изменить в своей жизни, в своей судьбе, стоит отнестись к проработке материала серьезно. Насколько это необходимо для вашего собственного развития, решать, конечно, вам.

Далее приводятся общие рекомендации, и в соответствии с тем, ради чего вы начали читать эту книгу, вы можете выполнять их полностью или частично.

**1 вариант** – формирование общего понимания. Вы просто читаете книгу, причем при каждом повторном прочтении через какой-то период времени, вы будете открывать для себя что-то новое.

**2 вариант** – вы читаете книгу, стараясь выделять (например, маркером) наиболее важные мысли для вас на данный момент. После прочтения книги к этим фрагментам нужно будет вернуться и постараться, анализируя собственную жизнь, сделать выводы, принять необходимые решения и начать что-то изменять (делать конкретные шаги).

Когда вы будете изучать книгу в следующий раз – вы бу-

дете выделять уже другие мысли, которые будут актуальны для вас на следующем этапе. Так может повторяться не один раз, если человек не стоит на месте, а постоянно работает над собой. Но здесь есть **одно условие** – пока вы не получили результат (даже минимальный), не реализовали своих решений (полностью или частично), очередное чтение книги будет пустой тратой времени.

Должна быть обязательная цель – изменить что-то в своей жизни к лучшему. Но только поставить цель и начать об этом говорить – мало, нужно еще и начать что-то делать.

**3 вариант** – предполагается более серьезная работа с информацией. Вначале можно просто прочитать книгу, чтобы сформировать общее впечатление, но лучше сразу начинать работу с каждым блоком.

## **Основные требования:**

**1. Завести личный дневник**, в который вы будете записывать собственные мысли, впечатления, выводы, решения, здесь же лучше выполнять и все письменные задания, кратко фиксировать ответы на вопросы. Это очень важно, чтобы наглядно видеть и оценивать свои внутренние изменения, изменение отношения к вам окружающих людей. Без такого постоянного самоанализа очень сложно будет двигаться

дальше.

**2. Выполнение всех заданий** после разделов. Если с конкретными заданиями возникают сложности (например, ваше сознание начинает бунтовать, сопротивляться, вам лень или не считаете это нужным), то лучше отложить выполнение этого задания на данный момент и вернуться к нему попозже. Вы сами почувствуете, что нужно выполнить предыдущее задание, перед тем как браться за следующее.

Часть игровых заданий выполняется в парах. В крайнем случае (если не с кем поговорить), их можно заменить размышлением, но, конечно, в идеальном варианте – нужно поговорить с близкими людьми, которым вы доверяете. Вы обязательно узнаете много нового для себя из такого общения, и вам легче будет двигаться дальше, приобретая уверенность в своих силах.

**3. После выполнения заданий нужно в личном дневнике делать пометки:** как выполнено задание, с какими сложностями вы столкнулись. **Поставьте себе оценку.**

**4. Отслеживание результатов.** Если вы сделали выводы, приняли решения, то наметьте себе **конкретные сроки** для их выполнения (например: перестать раздражать-

ся на такие-то проявления домашних, перестать нервничать по пустякам, начать говорить комплименты, подарить цветы любимой, поговорить по душам и так далее). **Поставьте себе вторую оценку.**

Для адекватности собственной оценки, наиболее смелые могут спросить ее подтверждение у близких (со стороны виднее, тем более, если это имеет к ним непосредственное отношение). И не стоит отчаиваться, если не будет получаться легко и быстро все задуманное.

Работа над собой – сложный процесс. Ведь к тому, кем вы являетесь сейчас (внутренние установки, личные качества), вы совершенно спонтанно шли годами, и сейчас настало время преобразовать себя как Личность вполне осознанно. Не стоит только сразу браться за самые сложные задачи, самые болезненные вопросы, глобальные проблемы. Рассчитывайте свои силы. В процессе развития есть своя разумная логика.

**Дерзайте, ваше счастье только в ваших руках!**

*Редактор*

# **Часть I. Понимание Счастья**

## **Глава 1. Состояние счастья**

### **Суть состояния**

Счастье – огромная тема, во многих случаях сложная и противоречивая в силу того опыта, который человек приобретает в своей жизни. Поэтому формировать понимание счастья нужно спокойно, терпеливо и во всех подробностях: что это, из чего состоит, какие правила здесь работают; достижение счастья – что нужно сделать, чтобы эта прекрасная цель стала вашей, чтобы человек смог получить состояние счастья.

Научить человека быть счастливым – одна из основных целей духовных и эзотерических школ, но понимает это каждая система по-своему. Чаще всего это простые ответы, то есть счастье видится в чем-то одном. Начиная от прекрасного – служение Богу (замечательно, но это не все), заканчивая примитивным (хорошо покушать) и чувственными удовольствиями. Это большое заблуждение.

*Понятие счастья* гораздо объемнее: *определение* – что это, *характеристики* – что такое полнота ощущения счастья, *критерии* – что такое уровни счастья, *способы его достижения* – что нужно уметь и что нужно делать в жизни, чтобы счастье входило и росло. Это ключевые моменты.

Прежде всего, нужно определиться, чем счастье не является.

Первое. *Счастье – это не вещь* (хлеб, вода, деньги, крыша над головой), это не то, что человек держит в руках. Если он мечтает: «Куплю автомобиль, дом – и буду счастлив», то чаще всего это заблуждение, за которое потом приходится расплачиваться. Ведь даже имея материальное благополучие, человек страдает не меньше, чем все остальные люди («богатые тоже плачут»). Мир больших денег жесток, и удерживаются в нем немногие, проходя через различные нехорошие ситуации, часто причиняя боль другим, даже очень близким.

Второе. *Счастье – это не информация*, не знания, которые человек получает. Можно очень много знать, но совсем не значит, что это будет работать на человека. Есть умные люди, начитанные, много знающие, но кто сказал, что это гарантирует им успех в жизни? Знания создают возможности. И если человек сумеет эти знания воплотить в жизнь, то они

помогут ему стать счастливым.

Достоинства (честность, благородство), способности (открытый третий глаз и т. д.) – это тоже не является счастьем в чистом виде.

**Счастье – это состояние, которое человек испытывает здесь и сейчас. Это то, что вы чувствуете, то, что рождается в глубине вашей Души. Это энергия, которая пробуждается к жизни и проявляет себя в виде соответствующих ощущений. Боль – тоже энергия. Но важно понять, что счастье – это определенное состояние, энергия, которая живет внутри вас, и чтобы эта энергия давала состояние счастья, она должна быть такой (светлой, мощной, чистой).**

Источники радости, наслаждения – это все наилучшее, что есть внутри человека, что он может проявить в себе. Этого должно быть как можно больше (чем больше, тем лучше). Плохое же – страдания, ощущение неуверенности, страхи, стыд, унижения, злость, оскорбления, боль потерь и т. д. – это должно отсутствовать как на духовном, так и на физическом уровне. Если много хорошего внутри пробуждается к жизни, а плохое отдыхает, то это дает вам приятное состояние, вы ближе к состоянию счастья.

Если нарисовать картинку по состояниям, которые может

испытывать человек, то на самой нижней ступеньке – различные негативные состояния (от легкой депрессии до сильной истерики, на грани помешательства). Это самое дно, где может находиться человек, очень неприятные состояния. Большую часть времени люди проводят здесь, в этих состояниях различной степени. Дальше идут нейтральные состояния, нулевые, ближе к ним – «ничего». «Как живешь?» – «А, никак», – никакое состояние. Дальше пошли состояния со знаком «плюс» – это позитивные состояния, хорошие, то, что нужно искать. Самые сильные высокие состояния из всех доступных для человека – это состояния счастья. Они имеют множество уровней.

Движение по Пути Развития предполагает, что человек эту картину создает в своем сознании. Он получает возможность оценивать, что состояния, в которых живут люди, различны. Где-то дно – невыносимые душевные страдания (не обязательно физические), где-то никак – живет как робот (ни чувств, ни порывов, ни страданий), ближе к нулю – что жил, что не жил, что спал, что радио слушал.

Дальше пошли состояния светлые – когда у человека огонек внутри не гаснет, ему приятно жить. И дальше состояния все более сильные, чем выше человек поднимается, тем выше состояния, все сильнее и сильнее становятся его ощущения.



Когда человек пересекает этот рубеж – он входит в состояние счастья, в состояние наслаждения от жизни. Наша задача – это исследовать, понять, где находимся мы, и шаг за шагом подниматься вверх.

**То, что мы испытываем – это энергия.** Для каждой энергии существуют свои источники, те или иные ценности. Например, если вы цените красоту, то можете ею восхищаться, не цените – «Ну и что, подумаешь – красиво, я лично ничего не вижу». Если человек ценит музыку – он может ею наслаждаться. Если понимает тонкости взаимоотношений, любит людей – он может получать наслаждение от общения. Если у него этой ценности нет и нет способностей, которые позволят ему эту ценность реализовать, то он не получит наслаждения от общения.

То, что человек ценит в этой жизни, – это источники, возможности, которые можно включить, и когда они работают (активизированные ценности), человек испытывает положительные эмоции, ощущения. Когда этих ощущений много, он получает состояние счастья.

Счастье – это состояние, в котором источников радости, наслаждения, хороших эмоций пробуждается в жизни много. И чем больше их пробуждается, тем лучше, тем более

сильные состояния вы испытываете. Источники страданий, переживаний, страхов, все, что идут со знаком минус, вообще отсутствуют или их очень мало, и на общем фоне они не портят состояние. Если кто-то наступил на ваш любимый мозоль и тщательно проворачивает, испытывать радость тяжело, даже если вы получили «5» на экзамене. Боль должна отсутствовать.

Счастье – это активизированные источники энергии, поэтому получение состояния счастья предполагает два направления: то, что дает радость, наслаждение – искать, формировать в себе, пробуждать; то, что дает страдания – находить и уничтожать. Есть два основных типа этих источников – внутренние и внешние. Их нужно определить и понять взаимосвязь между ними.

По внутренним источникам. Во-первых, **чтобы у человека было счастье – он должен к счастью стремиться.** Если у него такой потребности нет, он не направляет туда силу своей Души, то он счастья и не получит. Большинство людей об этом не думают. **Человек должен счастья хотеть.**

Во-вторых, у него должны быть основания для счастья – это ценности. Чем больше этих ценностей внутри человека, тем больше у него возможностей испытывать счастье. Источ-

ники счастья дают ту или иную возможность, и когда человек может сам, по своей воле пробуждать внутри себя источники радости и наслаждения, он способен получать состояние счастья.

Когда вы остаетесь наедине с собой и ничего не происходит, ничего не нужно делать, вы можете или страдать, или наслаждаться тем, что вы есть, вы живы и значит, ваша миссия на Земле еще не окончена, что с вами Бог, что вы – бессмертная Душа, вы уважаете себя, знаете, ради чего живете, знаете, что действуете правильно и т. д. Наедине с собой можете ли вы быть счастливым человеком?

*Внутренние источники – определяющие.* Если у человека нет стремления к счастью и он считает, что обречен страдать, то и наедине с собой он будет страдать, и окружающую жизнь будет воспринимать враждебно, как повод для причинения себе страданий.

Внутренние источники – первичны. Уважает ли человек себя, любит ли он себя, желает ли он себе счастья, считает ли он, что имеет право наслаждаться этой жизнью, считает ли, что жизнь – это уникальная возможность, в том числе для того, чтобы быть счастливым, или он считает наоборот. Внутренние источники должны давать человеку состояние счастья. **Нужно научиться наедине с собой испытывать**

## **состояние счастья.**

Окружающая жизнь (отдых, общение с друзьями, музыка, поход в музей, театр и т. д.) – это возможности, и если человек обучен, то он способен этим воспользоваться. Не обучен – не воспользуется, он будет скучать, страдать. Взаимосвязь простая. В идеальном варианте, человек должен найти состояние, когда он получает наслаждение от своих ощущений, своего места в этой жизни, взаимодействия с окружающим миром, с тем, что должно приносить радость, усиливать то состояние, которое он имеет. В плохом варианте, оставшись наедине с собой, он скучает или переживает, а соприкасается с окружающей жизнью – еще хуже. В большинстве случаев человек не выстроен. Он не особо думает, что, взаимодействуя с жизнью, он радуется или страдает в зависимости от того, во что верит.

***Задание – ответить на вопрос:***

*Что для вас является источниками радости, наслаждения и почему?*

## **Полнота ощущений**

Итак, счастье – это не вещь, и в ряде духовных школ, в силу того, что вещизм приносит много неприятностей, вообще

отказываются от материальных благ. Счастье – это то, что человек испытывает здесь и сейчас («Есть только миг, за него и держись»). Именно то, что в каждый отдельный момент вы испытываете – в Душе поет радость, внутри вас играют энергии, глаза сияют, или настороженность и подозрительность.

**То, что внутри вас здесь и сейчас, и будет говорить о том, живете вы в состоянии счастья или сидите и смотрите на него.**

*От чего зависит получение состояния счастья?* Есть ли у вас источники (чему радоваться), есть ли, что хорошего пробуждать к жизни, есть ли способности пробудить это? Чем больше у человека источников радости и наслаждения (множество ценностей в себе открыл, множество способностей сформировал), тем больше у него возможностей.

Чем больше у него внутри ценностей, и чем больше его умение эти ценности пробуждать к жизни, тем более сильное состояние он способен испытывать.

*От чего зависит сила состояния счастья?* Чем больше источников радости вы можете пробуждать одновременно, тем более сильное состояние счастья вы способны испытывать. Предположим, есть у человека вера – хорошо, есть любовь к людям – хорошо, это наполняет его сердце радостью.

Но если у другого человека, кроме веры и любви к людям, есть еще ощущение внутреннего достоинства, есть наслаждение от того, что он что-то умеет делать в жизни, если он спокойный, уравновешенный, уверенный, у него есть ради чего жить, то чем больше у него этих источников радости, тем более сильное состояние счастья он способен получить. Нужно стремиться понять эти источники, которые дают человеку радость и наслаждение от жизни, даже когда ничего не происходит. Это внутри него.

Есть человек с его мыслями о себе и об этом мире. Идеал, когда человек ставит цель и познает, что вообще в этой жизни самое важное, что способно зажигать радость в сердце, давать наиболее сильные, высокие, приятные состояния. И если все сделано правильно, то каждое взаимодействие человека с окружающей жизнью дает ему радость и наслаждение. Для этого нужны ответы на множество вопросов.

Например, в конфликтной ситуации можно расстроиться: «Я глубоко неправ, судьба несправедлива». А можно на это смотреть с улыбкой, как на урок, и говорить: «Замечательная ситуация, можно потренироваться (молчание – золото; он кричит, а я внутри песни пою)».

Один человек может сходить с ума из-за того, что на него

косо смотрят, у другого есть интерес: «Я хочу научиться быть неуязвимым». И если у человека есть ответы на разные вопросы, то в каждой ситуации у него есть что-то хорошее, к чему он стремится, тогда радость и счастье его не покидают никогда.

Человек становится мастером, когда каждая ситуация дает ему наслаждение, то ли это битва, то ли маленький конфликт, то ли творчество. Он способен этим воспользоваться. **Человек становится счастливым в полной мере, когда от каждого соприкосновения с жизнью, от каждого движения Души, когда он остается наедине с самим собой, – испытывает наслаждение.** Когда в сердце человека поселяется негаснущая радость, значит, он сделал очень большой шаг в своем духовном развитии.

Вначале обязательно будут колебания – враги не дремлют, старые проблемы не отпускают. Проблемы обостряются, когда вы принимаете решение с ними попрощаться. Проблема поднимает голову и проявляет себя в большей степени тогда, когда вы ставите цель ее уничтожить. Она старается защитить себя.

*Принцип 1.* Чем больше источников радости вы способны пробудить к жизни одновременно, тем более сильное состояние вы испытываете. Составляющих для счастья два. Они

равноценны – внутренний и внешний.

Здесь не должно быть уклона только в одну сторону, как в разных школах с множеством заикливания – то ли медитации с утра до вечера, то ли концентрация только на материальном благополучии. Во-многом признак ума, мудрости – это мера и успех.

В жизни это зависит от того, видит ли человек их составляющие и находятся ли эти составляющие в идеальной пропорции, дают ли они идеальную картину. Поэтому, идя по Пути обретения счастья, нужно правильно расставлять акценты. Не удастся получить счастье, с головой окунувшись только в медитацию или самореализацию.

*Внутренние источники.* Есть, например, воодушевленная мечта: «Я хочу достичь счастья во всех его проявлениях, во всей полноте». Но чтобы состояние счастья человека посещало, нужно научиться управлять собой, ставить цели и формировать стремление к ним, пробуждать внутренние источники энергии.

*Внешние источники.* Чтобы человек в полной мере обрел счастье на Земле, он должен стать мастером. Если он отдыхает – в полной мере наслаждается, если работает – то творит, если общение – то на уровне чувств, высокой этики. Везде,



где мы соприкасаемся с жизнью, есть свои возможности для счастья. Даже когда ситуация не самая хорошая – конфликтная.

Достижение определенной степени мудрости состоит в том, что вы знаете – как поступать и испытывать радость. В конфликтной ситуации можно впасть в состояние истерики (угроза для вашего бизнеса), а можно обратить это в позитивный выигрыш. Задача – научиться, как свести потери к минимуму, как сохранить лицо.

*Принцип 2.* Здесь источники счастья как таковые, и чем их больше, тем больше у человека возможностей для счастья. Но в каждой конкретной ситуации есть свой ответ – своя мера. Предположим, что вы общаетесь с человеком – для одного подойдет более мягкое обращение, а с другого нужно потребовать более жестко, иначе не получится.

Одна из наших задач – научиться действовать таким образом, чтобы не терять состояние, что бы ни происходило. Например, надо уволить человека или наказать. Вам это неприятно делать, знаете, что он обидится, затаится или разозлится. Нужно научиться делать все, даже неприятное для себя, оставаясь спокойным, с огнем в сердце, сохраняя радость, и при этом так, чтобы это привело к наилучшему результату. Если человека нужно отчитать, вы его отчитываете не пото-

му, что не любите, а потому что знаете, что так правильно (он заслужил) и это принесет соответствующие плоды.

Например, ваш ребенок сделал гадость – птичке голову свернул. Вы можете из любви к нему сделать вид, что не заметили, или же наказать его так, чтобы он запомнил на всю жизнь – нельзя обижать ни животных, ни людей. Когда вы его наказываете, это совсем не значит, что вы его ненавидите. Вы любите его и думаете, как сделать так, чтобы этот нехороший поступок не превратился в привычку, чтобы не повлиял на его будущую судьбу.

Поэтому, сохраняя любовь к человеку, вы делаете наилучшим образом то, что приведет к желаемой цели, – наказываете. На всю жизнь запомнит и больше никого никогда не будет обижать. Наказывая, вы не теряете огонь в сердце.

Точно так же в общении с разными людьми. Задача – научиться, даже произнося что-либо неприятное, сохранять внутри огонь, а снаружи показывать то, что даст максимальную отдачу. Это не просто. Большинство людей не умеют управлять своим состоянием: «Хочу» – и зажечь внутри себя огонь, чувства, или целенаправленно сменить роль. Большинство людей, если случается что-то хорошее – не всегда, но радуются, плохое – расстраиваются.

Нужно научиться понимать различные оттенки в проявлениях взаимоотношений. Если вы понимаете, что это «хорошее» – лесть, и цель одна – чтобы вы раскрылись, то уже знаете, что будет дальше. Вы можете, оставаясь внутри спокойным, внешне взять любую роль, как вам угодно. Если это конфликт, вы внутри спокойны, а внешне – как считаете нужным.

Для каждой ситуации есть свои конкретные ответы. И различные источники радости и наслаждения должны пробуждать достоинства и способности человека в самых различных вариантах и пропорциях. Именно когда вы понимаете, что нужно пробуждать в каждой ситуации, вы получаете возможность быть адекватным. Игнорирование чего-либо ведет к тем или иным неприятностям и наказаниям.

## **Уровни счастья**

Уровней счастья очень много, и когда человеку кажется, что он все испытал и лучшего в его жизни уже не может прозойти – он заблуждается. Уровней счастья множество, и пока человек идет по Пути Развития и становится сильнее, умнее, совершеннее, счастье для него постоянно растет. Счастье – это то, что вы испытываете внутри.

*Сила* – вы способны поставить цель и получить желаемое.

мое во внутренних преобразованиях себя или в своей жизни (пойти и сделать). Внешнее проявление силы – повести за собой, создать коллектив, партию и т. д.

*Совершенство* – это соответствие тому или иному идеалу. Чем ближе вы подходите к пониманию того, что хотят боги видеть от человека, тем больше отдача от вашего стремления к идеалу. Чем выше человек поднимается, тем больше он знает, умеет, ценит, тем больше у него источников огня, радости, наслаждения. Чем выше человек поднимается в своем развитии, тем мощнее его состояние счастья.

Для энергетически слабого человека все его проявления будут слабыми. Любовь – чуть-чуть, порыв – чуть-чуть. Если больше нет энергии, а в батарейках всего 12 вольт, то любое проявление не может быть мощнее. Если же это ядерная станция – это ее потенциал, и если есть возможность нажать кнопку, чтобы все заиграло, оно может заиграть.

*У состояния счастья множество уровней.* Чем выше уровень развития, тем больше возможностей для счастья. Но сам уровень развития еще не гарантирует счастья. Уровень развития определяется тем, чего вы хотите (ваши стремления). Если хлеба и зрелищ, то это *1-й уровень*, выше никак не получится. Если человек хочет власти, и в материальной сфере достичь совершенства, изысканности, удо-

вольствия, то это *2-й уровень*.

Если человек ценит личные качества, он ищет не таких людей, которые полезны только с экономической точки зрения, а достойных, чтобы рядом с ними было приятно находиться, можно было себя уважать и т. д. Личные качества во внутреннем мире – это уже *3-й уровень*. То есть, что человек хочет – это первое; второе – кем он является (качества, способности, реализация в обществе), его уровень. Если человек выходит на тот или иной уровень развития, это еще не гарантирует, что он будет счастлив. Это дает возможность на этом уровне получить столько-то счастья, а дальше такая ситуация – на каждом уровне свои проблемы.

Например, если у человека нет крупной фирмы, к нему ни из прокуратуры не придут, ни рэкетеры не наедут, у него проблемы более мелкие. Если человек не стремится стать олимпийским чемпионом, то займет он первое место или второе, этот вопрос его особо не беспокоит. А если он хочет стать олимпийским чемпионом, то второе место может воспринимать как поражение, хотя многие люди об этом даже мечтать боятся.

Взаимосвязь уровня и состояния счастья проста. Раскрытый уровень – это та возможность для счастья и наслаждения, которую человек может получить. А само ощущение

счастья говорит о том, насколько человек смог эти возможности реализовать. Человек может быть умным, даже гениальным, но есть масса композиторов, художников, поэтов, которые гораздо больше страдали, чем радовались. Есть высокие способности, но есть и масса незакрытых вопросов по личной жизни, по вере, по отношению к себе.

Если человек глуп, это вообще его не трогает, а если у него обостренное восприятие, то чем глубже он заблуждается, тем больше он это все ощущает. На каждом уровне свои проблемы. И если человек сумел с этими проблемами справиться, то на своем уровне он решил необходимые задачи. Состояние счастья говорит о том, что он этот уровень проходит правильно. **Счастье – это награда для человека, который ответил правильно на вопросы, которые ставит перед ним судьба, Высшие Силы: «Тебе нужно быть вот здесь».** И человек сумел все это реализовать.

Уровней счастья много. Сам уровень (способности, стремления, цели) – это возможность, а состояние счастья говорит о том, сумел ли ты этой возможностью воспользоваться. Человек может быть счастливым на любом уровне, где бы он ни находился. То есть, **состояние счастья не зависит от того, на какой ступени развития человек находится, оно зависит от того, правильно ли он отвечает на вопросы именно своей ступени развития.**

Поэтому, одно из требований, чтобы человек был счастлив – понять, где он находится, какие ценности нужно внутри себя сформировать, от каких проблем избавиться. Понять свой потенциал и стремиться формировать именно эти ценности. Если вы (неважно, в духовном плане или на уровне внешних целей) захотите нечто, что превышает ваши реальные возможности на ближайшее будущее, вы их не достигнете – будете страдать или надрываться, все равно не достигнете.

Если будете пытаться строить что-то ниже своего уровня (есть пословица первого уровня: «Для счастья нужно вырастить ребенка, построить дом, посадить дерево»), и то, и другое сделали, а чего-то не хватает. И не будет хватать, если ваша Душа требует гораздо большего. Для счастья нужно понимать, где человек находится. То, что ниже – ему будет скучно, то, что выше – он надорвется, но все равно это не будет реализовано.

Наша цель – сформировать для себя картинку по уровням счастья, увидеть: здесь люди страдают или радуются потому-то (какие причины), увидеть свое место, где вы находитесь. И когда человек понял: «я нахожусь здесь», необходимо реализовать вопросы своего уровня.

Если человек с большей частью проблем поправляется (предположим, по нашей программе – к концу 4-й ступени обучения), то дальше состояние счастья его не покидает, оно постоянно растет. Тогда для пропуска в состояние счастья, наслаждения нужно только спокойствие и расслабление. Это означает, что вы получаете власть над своими внутренними проблемами, усилием воли можете их выключить.

И когда состояние спокойствия и расслабления становится мощным, то просто включиться проблема уже не в силах. На слишком большом фоне светлых энергий мелкие проблемы включаться не могут. Если же состояние пограничное, то любая мизерная проблемка может человека переключать.



# 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.