

Сергей Панин

*Начни
просыпаться*



Сергей Панин

Начни просыпаться

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=25911911

ISBN 9785448568442

Аннотация

Данная книга является ни чем иным как резюме книги «Путь пробуждения». Это такая настольная книга для того, чтобы всегда держать себя в балансе, процветать и начать управлять своим мышлением. Книга создана для людей, которые хотят начать развиваться, но не знают с чего им начать. Сегодня современному человеку трудно выделить время для прочтения толстых книг и запомнить суть прочитанного, а с такой концентрированной и сжатой книги легко начать путь к изменению своей жизни.

Содержание

Предисловие	5
Резюме книги «Путь пробуждения»	7
Конец ознакомительного фрагмента.	16

Начни просыпаться

Сергей Панин

Фотограф Инна Фокина

© Сергей Панин, 2019

© Инна Фокина, фотографии, 2019

ISBN 978-5-4485-6844-2

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Предисловие

Эта книга является ни чем иным, как резюме моей первой книги – «Путь пробуждения». Здесь выделены основные моменты в виде моих рассуждений и цитат, которые рекомендованы к ежедневному чтению. Это такая настольная книга для того, что бы всегда держать себя в балансе, процветать, начать управлять своим мышлением и действовать созидательно. Книга создана для людей, которые хотят начать развиваться, но не знают с чего им начать. Сегодня современному человеку трудно выделить время для прочтения толстых книг, в которых четыреста страниц и запомнить суть прочитанного. А с такой концентрированной и сжатой в семьдесят страниц книги легко начать путь к изменению своей жизни.

В книге будет встречаться следующий символ: – с. 7. он укажет вам с какой страницы в книге «Путь пробуждения» был взят текст, в данном примере это страница 7. Читая эту книгу каждый день вы сделаете своей жизни огромный подарок. Если вы уже читали «Путь пробуждения», эта книга тоже будет вам полезна т. к. читая её вы будете постоянно подпитываться позитивными энергиями и вспомните то, что уже забыли. Ведь многое ли можем вспомнить прочитав, например, сто страниц текста? Если вы не читали «Путь пробуждения», возможно потом вам захочется получить объяснения и более развёрнутые знания из того, что вы получите здесь

и это вы сможете сделать прочитав полную версию книги.

Идея создания данной книги пришла от моего хорошего друга и очень осознанного человека – Сергея Москалёва, я ему очень благодарен за идею и за помощь в создании данной книги.

Резюме книги «Путь пробуждения»

Книга в целом о жизни, и о тех законах, которые в ней работают, она очень многогранна и охватывает много жизненно важных аспектов, поэтому я уверен, что здесь каждый найдёт, что-то для себя. Она написана для тех людей, которые только задумываются о саморазвитии или уже давно им занимаются.

– с. 4.

Думаю, что у меня получилось написать хорошую книгу, но мне самому ещё нужно научиться жить по ней.

– с. 4.

Привет! Начинаю писать обращение к вам, дорогие друзья.

Итак, начнём, что хочу вам сказать! Совсем недавно, я жил совсем обычной жизнью, как все, я просто жил. Но судьба дала мне большой толчок. Мне всё надоело, я уже не хотел жить, но выйдя из этого состояния, я понял, что хочу полностью изменить свою жизнь.

В нас с древности очень сильно вселилось стадное чувство толпизма, когда все, всё делали вместе... Раньше же как, чтоб убить мамонта, надо было всем идти и убивать, один бы не смог... И это длилось до нашего времени, когда все, всё делали, как все! Этот толпизм, уже наша природа!

Но сейчас всё по-другому, если всё делать как все, то у тебя и будет всё, как у всех, абсолютно! Сейчас 90% населения Земли страдают, они бедные, больные, и их жизнь полна проблем... Почему??? Да потому что они делают всё как все... Все мои окружающие, да и твои, да все будут тебе говорить, куда ты лезешь, кто из тебя получится, сиди на месте не двигайся... Не дёргайся... Будь проще... Это когда ты будешь к чему-то стремиться, если будет цель! Цели нет почти у всех. Люди не знают, чего они хотят, но они чётко знают, чего они не хотят и от этого все беды! Самая сложная работа, это работа над собой!!! Тяжелее всего победить себя! Начать жить! Многие просто существуют!!! А всё потому что у них такое мышление, оно полный негатив!

Ежедневно голову человека посещает 50 000 мыслей, а у 90% людей они негативные, да представь, сколько таких мыслей в год!!! О какой счастливой жизни тут будет идти речь??? Да ни о какой. Если есть такое желание, надо начать менять свою жизнь к лучшему! У меня такое желание появилось в октябре, мне всё надоело, потому что меня моя жизнь абсолютно не устраивала, и я заставил себя тогда читать!!! Это было трудно!!! Очень трудно!!! Но сейчас я чётко знаю, что я на правильном пути. Я не устраиваю себя и сейчас, я абсолютно не такой, каким хочу быть!!! Но зато я знаю, чего я хочу!!! И это главное. Неважно как, важно что! Я каждый день пытаюсь узнать что-то новое!!! Быть лучше, чем вчера и потихоньку это получается!

– с. 7.

Представьте, если человек выиграл 5 миллиардов, но снять он их может, только через 5 лет, после того, как Швейцарский банк переведёт такую гигантскую сумму. В этот момент у него нет этих денег, но жизнь уже другая, он начинает мыслить по-другому, он счастлив, рад, уверен в себе, он уже присматривает машину, дом, уже его мысли позитивны

– с. 8.

Новая машина или квартира это определённая радость, но счастье не в этом! Счастье внутри нас!

– с. 9.

Пока человек сам для себя не решит измениться, до него не достучишься. Я к этому пришёл через боль и страдания... Через тяжёлый опыт, который мне повезло пережить. На самом деле жизнь прекрасна! У тебя есть руки, ноги, глаза, почему ты не радуешься??? Моя цель всей жизни, это показать людям, что они могут всё! Наши возможности безграничны! Мы ограничиваем себя только нашими мыслями! Вот истинные слова, которые произнёс Мао Цзэдун: «Если вы думаете, что сможете – вы сможете, если думаете, что нет – вы правы».

– с. 9.

Представь, что ты капитан корабля... Ты плывёшь и не знаешь, куда ты хочешь попасть... Смысл в таком путешествии??? Если ты ставишь перед собой цель. Цель попасть

на остров удачи, успеха, богатства, любви, который есть для всех! То ты уже знаешь, куда тебе плыть и твой корабль постепенно плывёт туда.

– с. 10.

КТО ХОЧЕТ, ИЩЕТ ВОЗМОЖНОСТИ, КТО НЕ ХОЧЕТ, ИЩЕТ ОПРАВДАНИЯ!

– с. 10.

Человек может придумать всё что угодно, чтобы отложить самое важное в жизни на потом! Как говорится, самый лучший день завтра: завтра все бросят пить, курить, начнут бегать, а ты возьми и сделай это сегодня!!!

– с. 10.

Жизнь – это то, что сейчас, тот момент, который проходит за доли секунды.

– с. 10.

ЗАПОМНИ – ТЫ МОЖЕШЬ ВСЁ!

Все цели, которые ты ставишь перед собой, ты можешь достигнуть, главное желание превратить в намерение иметь и действовать! Многие скажут, я слишком молод или стар, или у меня нет денег... Да это не важно, у тебя есть голова это всё что нужно! Нужна только голова!

– с. 11.

В каждой проблеме, которая с нами случается, есть плюс! И наша цель не печалиться и говорить о проблеме, а найти плюс в этом! Как бы плохо ни было, он там есть, по-

верь мне! Если есть вход, то найдёшь и выход! Когда упал, не мучай себя плохим настроением и не жалуйся, а старайся как можно скорее встать и найти решение проблем, проанализировав ситуацию. Сделал выводы, иди вперёд!!! У китайцев есть иероглиф, который имеет сразу два значения, это ошибка и новые возможности! Только упав, человек может подняться! И поднимется он выше, чем был! В каждом из нас безграничные возможности, но, увы, нас этому, никто не учит. Самое важное для нашей жизни, до нас никто не доводит. В школе нет таких предметов, которые учат, как достичь успеха и быть счастливым и здоровым. К этому, каждый из нас должен придти, кто-то через горький опыт, кто-то через веру! У всех свой путь, все мы разные и этим мы уникальны! Да мы уникальны тем, что таких как мы нет, и не старайся сделать другого человека таким же как ты, он таким не станет.

– с. 11.

КАК РЕБЁНОК УЧИТСЯ ХОДИТЬ???

Он берёт и начинает ходить, но сначала он падает, он разбивает коленки, разбивает лоб, ползает, и только потом начинает ходить! Так устроен мир! И никто даже не думает наорать на ребёнка и сказать: «Что ты падаешь? Ты дурак». Всем известно, что только через ошибки можно чего-то добиться! Ошибки это бесценный опыт! Ошибок не совершает только тот, кто ничего не делает! Так вот чтобы научиться плавать, нужно плавать! Чтобы научиться зарабатывать,

надо зарабатывать! Неважно, сколько раз ты упал, главное подняться на один раз больше!

– с. 13.

Всегда найдётся такой человек, который тебя будет критиковать. Есть притча на эту тему: *Отец с сыном и ослем, отправились в путешествие... Сначала, отец ехал на осле, а сын шёл рядом. Им встретился прохожий, который сказал отцу: «Ты плохой отец, твой сын идёт еле-еле, а ты довольный сидишь на осле». Отец со стыда слез и посадил сына. Идут дальше. Им встретился ещё один прохожий. Он говорит: «Какой наглый мальчик, твой папка старый идёт пешком, а ты сидишь, отдыхаешь». Тогда отец сел рядом с сыном на осла. Едут дальше. Встретился им ещё один прохожий. Он говорит: «Как вам не жалко бедное животное. Сели вдвоём на него, бессовестные». Они оба слезли, идут дальше. Встретился им ещё один прохожий. Он говорит: «Вот вы дураки, купили осла и не используете его. Сядьте на него, что он без дела у вас идёт». И тогда отец сказал сыну: «Сынок всегда будут люди, критикующие нас, давай будем делать так, как захотим».*

– с. 13.

Запомни: никогда не думай, что о тебе подумают люди, их больше волнует что думают о них!

– с. 14.

УЛЫБКА – ЭТО ВЕЛИКИЙ И БЕСЦЕННЫЙ ДАР,

КОТОРЫЙ МОЖЕТ ДАТЬ ЧЕЛОВЕК

Улыбка поднимает настроение не только тебе, но и тому, кому ты улыбаешься! Улыбайтесь всем, даже проходим!!! Смейтесь! Смех продлевает жизнь! В среднем взрослый человек смеётся 17 раз в день, а ребёнок 500! Нам надо учиться у детей, они улыбаются, смеются, мечтают! Позволь себе, быть ребёнком, любознательным ребёнком! Ведь интересуюсь чем-то, ты развиваешься!

– с. 15.

Время никогда не вернуть!!! Наслаждайся моментом! Цени жизнь, которую тебе предоставили!!! Не трать время впустую! Мы его теряем каждую секунду и его уже не вернёшь никогда!!! Мир это постоянная борьба! Борьба друг с другом! Пока кто-то пьёт, сидит в социальных сетях или смотрит телевизор, жизнь проходит! В эти моменты кто-то заработал миллион, кто-то достиг своей цели, кто-то реализовал свою мечту, кто-то поставил мировой рекорд! Пока мы жалуемся на жизнь и обсуждаем проблемы, она проходит, и её не вернуть! Если не хочешь в старости плакать и говорить, что, я жил не так, как хотел, я не добился того, о чём мечтал! Начни действовать сейчас, а не откладывай на потом. Ты и только ты, можешь изменить свою жизнь.

– с. 15.

После рождения на человека начинают воздействовать: родители, школа, общество. И человек начинает забиваться всякими ненужными ему программами. Когда человек

действует только по своей воле, никого не слушая, он идёт по своему великому пути! Например, великий композитор Людвиг ван Бетховен, когда он начал писать свои классические произведения, даже его отец считал его дураком, и не понимал, что он играет. Но, слава Богу, он продолжал играть свои произведения. И они дошли, даже до наших дней. Так вот когда ты слушаешь других, ты закрываешься. Если маленькому ребёнку, любившему рисовать, сказать, что его рисунки ничтожны, он закроется и больше никогда не сможет стать великим художником! Не слушайте других, слушайте своё сердце. В каждом из нас есть программы. Программы не уверенности, болезней, страха, неудачи. Или наоборот, удачи, здоровья, успеха. Их все можно изменить, изменив своё мышление!

Учёные провели эксперимент на блохах. Обычная блоха, может прыгнуть на высоту полтора метра. Блох, в некотором количестве посадили в банку, и закрыли крышкой на три дня. После того как крышку открыли, ни одна блоха, выше уровня банки, прыгнуть не смогла и не сможет. И их потомство уже никогда выше этого уровня не прыгнет. Потому что их ограничили, и они привыкли к тому, что выше банки они прыгать не могут, они ударяются о крышку и думают не стоит пытаться прыгать выше. Не ограничивайте себя, вы можете всё! Есть ещё один пример, маленьких слонов в Индии привязывают на тонкую верёвку, чтобы они не убежали в джунгли. Они делают попытки сбежать, но верёвка не поз-

воляет им этого сделать. Когда они вырастают и становятся во много раз мощнее и сильнее, люди оставляют эту же верёвку, не меняя её на более крепкую. Потому что слон в детстве делал тысячи попыток и всё без результата, и он понял, что никогда не сможет её порвать. Когда он вырос, и с лёгкостью мог бы убежать, в его голове так и осталось это убеждение, что он не сможет, и он даже не пытается этого сделать.

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.