

ПСИХОЛОГИЯ | ФИЛОСОФИЯ | ПОЗНАНИЕ

# АЛФАВИТ ЖИЗНИ

ПУТЬ ОТ "А" ДО "Я"

РОМАН КУКЛИН



Роман Куклин

**Алфавит жизни**

«Издательские решения»

**Куклин Р.**

Алфавит жизни / Р. Куклин — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-506172-0

«Алфавит жизни» — это сборник мыслей, идей. Я постарался вложить в эту книгу огромное количество факторов, с которыми встречается абсолютно каждый! Этот сборник не просто книга, для меня это сокровищница знаний, прикрепленная опытом. Алфавит жизни — не только для тебя, мой дорогой читатель, но и для меня. Каждый из нас многие жизненные факторы забывает, нужно постоянно держать себя в форме.

ISBN 978-5-00-506172-0

© Куклин Р.

© Издательские решения

## Содержание

Часть 1	6
А – Аннотация	6
Б – Беспокойство	8
Счастье	8
Б – Борьба	10
В – Верность	11
В – Влияние	12
В – Время	13
Пожиратели времени	13
Г – Границы	14
Г – Губительная вещь	15
Д – Детство	16
Е – Единичность	18
Ё – Ёмкость	19
Ж – Жизнь	20
З – Завтра	22
Конец ознакомительного фрагмента.	23

# **Алфавит жизни**

**Роман Куклин**

© Роман Куклин, 2019

ISBN 978-5-0050-6172-0

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## Часть 1

### А – Аннотация

**Аннотация** – это краткое описание книги. «Алфавит жизни» – это сборник мыслей, идей. Я постарался вложить в эту книгу огромное количество факторов, с которыми встречается абсолютно каждый! Этот сборник не просто книга, для меня это сокровищница знаний, прикрепленная опытом.

*Почему именно алфавит?* Потому что вся книга выполнена в тенденции от буквы «А» до буквы «Я». *Почему жизни?* Потому что все темы напрямую связаны с ежедневными моментами, с которыми встречается каждый человек. В этой книге не будет отдельного содержания, всё заложено в «А – Аннотация», поэтому я не стал изменять своей тенденции, и записал содержание ниже. Таким образом «А – Аннотация» является содержанием книги.

**Весь сборник** – это субъективность автора, наши взгляды и мнения могут отличаться, в этом нет ничего критического, но, по моему мнению, каждый может что-то выделить для себя и реализовать в своей жизни.

А – Аннотация  
Б – Беспокойство  
Б – Борьба  
В – Верность  
В – Влияние  
В – Время  
Г – Границы  
Г – Губительная вещь  
Д – Детство  
Е – Единичность  
Ё – Ёмкость  
Ж – Жизнь  
З – Завтра  
И – Измена  
И – Интернет  
Й – Йошкар-Ола  
К – Карма  
Л – Любовь  
Л – Люди  
М – Мысли  
Н – Нужда  
О – Образ  
О – Образование  
О – Объективность  
П – Порядок  
П – Потенциал  
П – Потеря себя  
П – Привычки  
П – Продукт  
П – Пустота

**Р – Религия**  
**С – Секрет**  
**С – Семья**  
**С – Ссора**  
**Т – Тление**  
**У – Уважение**  
**У – Уничтожение**  
**Ф – Фараон**  
**Ф – Финансы**  
**Х – Хотелки**  
**Ц – Цветок**  
**Ц – Цели**  
**Ч – Человек**  
**Ч – Чтение**  
**Ш – Шанс**  
**Щ – Щит**  
**Ь | Ь – Мягкость | Твердость**  
**Ы – Ыгыатта**  
**Э – Эксперимент**  
**Ю – Юница**  
**Я – Я,**  
**, —...**  
**...**

Вот такое интересное содержание получилось, следуй к букве Б.

## Б – Беспокойство

По названию главы кажется, что она не особо-то и нужна, но это только на первый взгляд. Беспокойство само по себе не выглядит, как нечто ужасающее и устрашающее, но давайте посмотрим на последствия вызванные беспокойством. Беспокойство порождает переживания, тревогу, стресс, а они в свою очередь расшатывают нервную систему человека.

Люди ставят прививки от гриппа, но как часто умирает человек от него? *Мы делаем зачастую лишние ненужные действия, чтобы не попасть в наименьший процент.*

Скорее всего, каждый слышал фразу, что все болезни от нервов. Но поступают как? Да никак. Так же распределяются на тысячи задач, не успев сделать одну, вторую, третью. Так же переживают за то, что ещё не наступило. Вечный бег в стрессовых условиях. **Человек** – это такой же механизм/ организм. Представьте, если бы вы постоянно ездили на машине с огромной скоростью. Что бы произошло? Обороты на максимуме, перегрев двигателя. Лампочки, индикаторы указывают на проблемы, вы их игнорируете, продолжая движение вперед. Насколько долго хватит автомобиля? Сложно предугадать.... А можно ли будет починить? Скорее всего. Но до каких пор, автомобиль сможет работать в стрессовых условиях?! А до каких пор человек?!

Беспокойство, стресс развивают болезни сердца, желудка, щитовидной железы, диабета, артрита, также простудные заболевания. Да что уж говорить?! Если даже из-за стресса можно получить кариес, путём нарушения баланса кальция.

Проблемы на работе, отсутствие денег, непонимание, невнимание, одиночество, плохая новость, всё что угодно может повлечь за собой стресс. Весь запас энергии уходит в самокопание и поиска ответов на вопросы: «Смысл жизни?», «Что такое счастье?».

Рассуждения на вопрос о смысле жизни будут в другой главе, в этой я затрону понятие счастья, но это чуть попозже.

Какие последствия идут вслед за стрессом? Насчёт болезней мы уже обговорили. Ещё?! В стрессе мы эмоциональны, бесконтрольны, всё это ведет к ряду ошибок. Мы начинаем что-то выдумывать, фантазии так и хлещут. Затем мы теряем, из-под носа, контроль над ситуацией. Возможно, мы и так не имели контроля, но теперь и вовсе без шансов. Как тогда быть? Что теперь делать? Очень важный момент: **человек начинает переживать** за событие/ действие / последствие здесь и сейчас, но это произойдет **зادолго до исхода**.

Единственной определенностью является сегодня. Зачем же портить красоту сегодняшнего дня попытками решить проблемы будущего, полного бесконечных перемен и неясности, – будущего, которое, по-видимому, никто не может предвидеть. (с) Дейл Карнеги.

Шикарные слова, описанные простотой и наделенные глубоким смыслом.

Каждый день открывает новые возможности, во благо будущего. Мы цепляемся за прошлое и ждём будущее, теряя настоящее.

## Счастье

Почему я решил дополнить главу мыслями о счастье? Потому что считаю, что счастье и беспокойство имеют тесную связь. Человеку не хватает внимания, финансов, решимости, чего угодно, от этого он загоняет себя в дебри страданий, переживаний. У всех всё хорошо, все счастливы, а я не счастлив.



**Счастье** – это умение довольствоваться тем, что есть.

Чем меньше человек зависит от благ/ ценностей/ людей, тем более он счастлив.

Человек достиг цели, он счастлив в краткосрочном сегменте, дальше чувство эйфории улетучивается, и человек ставит новые цели. Замечаете однотипную цепочку желаний? Действия разные, смысл один.

Цель купить телефон/ машину / квартиру. Ушло много времени. Мы привязались к этим мыслям, мы тратим своё время, силы на достижении цели. Телефон украли, машину разбили, квартира сгорела. Что произойдет с человеком? Возможно потеря себя, состояние тления, уход в зависимости. Потерял материальную вещь, которой посвятил огромное количество времени, а затем потерял то, что нельзя купить: отношения/ семью/ уважение.

Эту тему я раскрою намного шире. В жизни побеждают те, кто готов идти дальше.

Мы идём? =>

## Б – Борьба

Борьба является неотъемлемой частью в жизни человека. Без борьбы человек прекратил бы своё существование, без борьбы не было бы прогресса. Само по себе слово борьба звучит как что-то напряженное, возможно нагнетающее страх.

Насколько парадоксально прозвучит моя следующая мысль: хоть мы и остерегаемся слова борьба, но изо дня в день боремся. Борьба не обязательно физическая, форм множество! Борьба с условиями жизни, борьба с возникшими ситуациями, борьба за финансы, за точку зрения и т. д. *Борьба = азарт = жизнь*. Когда мы играем в компьютерные игры, принимаем участие в мероприятиях, в соревнованиях – это наглядные примеры борьбы. Одни сражаются с другими, есть конкуренция, появляется азарт. Когда в борьбе человек одерживает победу – он приобретает не только награду, также бесценный опыт, новые знакомства, ставит другие цели и задачи.

Борьба проявляется не только в соревнованиях, на борьбе заложены и принципы жизни: добро/ зло, вверх/ вниз, налево/ направо. Два последних примера, не совсем уместны, но акцентировал пример, что антагонисты всегда существуют! Мы никогда не добьемся одного состояния! Сколько бы люди не делали зла, добро не искоренить. Тот же самый принцип работает в обратную сторону.

Имеет ли борьба, какие-то рамки, правила? Сама по себе нет, всё таится внутри каждого человека. Кто-то порвёт глотку другому человеку, за свою жизнь, а кто-то пожертвует своей жизнью, во благо другого. Правильно это или не правильно, рассудить невозможно. Нормы морали у каждого свои. Без борьбы никуда, но бороться нужно с умом.

## В – Верность

**Верность** – это уникальная человеческая черта, которая приходит с осознанием. Чем быстрее человек подружится с верностью, тем быстрее встретится с внутренним удовлетворением и счастьем. *Не верите?* Верность делу, человеку, идее, к чему приводит? Мы видим со стороны: счастливую семью, успешный бизнес, великих деятелей. Конечно, каждый из них встречался на пути с проблемами: непониманием в семье, провалы в бизнесе, разногласия идеологий, но именно верностью достигали результатов. Не построить долгих отношений, если отсутствует верность! Не построить успешный бизнес, если ты мотаешься от одного дела в другое. Не обрести настоящего ценного друга, если проявляешь предательство. Непонимания, трудности всегда будут сопутствовать на твоём жизненном пути, если от них убежать, закрыться, то обретишь разрушительный эффект.

Вера, верность, единство – три фактора, для построения успеха в чём-либо.

## В – Влияние

Все мы зависим от чего-то или кого-то. Будь то обстоятельства, люди, идеи. **Влияние** – это нормальный человеческий фактор. Мне хочется рассмотреть влияние, как представление идеала (~~влюблённые глаза, которые не видят истины~~).

К примеру, на нас влияет начальник, мы даём его поступкам оценочное суждение. Если он ругается, значит, есть за что; ему виднее, он достиг такой должности и т. д. *Минусовые качества*: грубость, лицемерие, невежество, ложь, мы ему прощаем, переводя эти качества в *нейтральность*. Он соврал, во благо компании. Он обругал, во благо компании. Он грубил, лицемерил, тоже во благо компании. В таком представлении мы человека идеализируем, потому что из минусов сделали нейтральность, а плюсы возвысили до небес. Он много читает, совершенствуется, правильный семьянин, успешный бизнесмен и т. д. Получается, есть 0, и есть плюсы. А где же хоть один минус? Такое **подсознательное представление** – это грубейшая ошибка, знаете почему? Вы себя тушите, себя как личность. Делая распределение среди людей, ставите в голове правила: кого можно унижать, а с кем нужно чтиться. Создаются ложные мысли, что у такого человека абсолютно всё получается, а вы никчёмны. Придёт время, когда такой человек сильно облажается, и тогда ваш сформированный образ вдребезги разрушится. **Человек** – это набор плюсов и минусов, нет идеальных людей! **Человек** – это переносчик добра и зла. **Человек** – это созидатель и потребитель. Всем людям приходится в чём-то недоговаривать, где-то промолчать – это неотъемлемые нормы социального поведения. Мы смотрим на человека через призму собственного восприятия, вешая ярлыки: друг, враг, хороший, плохой, добрый, злой. **Человек** – это набор всех качеств. Не нужно выстраивать идеал, нужно от каждого человека заимствовать что-то: знания, черты, поведение, восприятие, мысли. Таким образом выстраивать себя как личность, познавать себя, как человека. Экспериментировать, пробовать, что и как лучше на нас работает.

**Прогрессия** – двигатель жизни, а не конкретность в виде ярлыков.

## В – Время

Единственный иссякаемый человеческий ресурс – это **время**. Удивительно смотреть на стрелки часов, и наглядно видеть, как этот ресурс превращается в прошлое. Если глубоко проникнуться этими мыслями и прийти к осознанию, то лично мне становится страшно. Такого дня, как сегодня, уже не будет. Таких поступков, которые совершил сегодня, уже не произойдут. Таких мыслей, что пришли сегодня, уже не придут. Есть общие черты, но если смочь разглядеть скрупулезно, то увидишь уникальность каждого дня.

### Пожиратели времени

Каждый день, каждый час, каждую минуту человек встречается с пожирателями времени. **Пожиратели времени** – это ненужные объекты человеческого внимания. Эти объекты постоянно уводят нас в среду комфорта, расслабленности. Мы собираемся заняться важным и полезным делом, как вдруг, нам позвонили. В этот момент, мы увели своё внимание на другой объект, объект звонка. Что происходит дальше? Человек берёт трубку, и начинается разговоривать. Совместно с этим действием, на бессознательном уровне, он начинает облагораживать себе зону комфорта: нальёт чаю, достанет сладости или уйдёт в другую комнату, ляжет под одеяло. Дальнейшими действиями человека (после разговора) будут, либо он станет полноценно кушать, либо он расположившись на кровати уснёт, либо будет смотреть телевизор.

**Пожиратели времени** – это ненужная случайная мысль, ненужное случайное действие. Всё это служит лёгким трамплином нашего бездействия.

Чем больше вы сожалеете об упущенном времени, тем больше вы находились под действиями этих объектов. Значит, вы более манипулируемый человек. Значит, вы менее ответственный человек. Как с этим бороться? Помнить об этом. Помнить, что, обязательно, что-то вас всегда будет стараться отвлечь. Одной манипуляцией, ваши приоритеты, в максимально быстрые сроки, поменяются. В таких случаях, человек найдёт оправдания своим бездействиям, и для него эти причины будут истинно-правильными.

*Добавлю свой способ, как отстраниться от «пожирателей времени».* Если я смотрю ненужное видео/ изучаю развлекательную информацию, то всегда стараюсь восхищаться человеком делающего этот развлекательный контент. Я говорю себе: «Он потратил столько много времени, и выпустил продукт, который нравится людям. Они посмотрят и забудут, а он продолжит дальше заниматься любимым делом. Чем я хуже, чтобы сделать что-то своё?».

Как писал вначале, время – это иссякаемый человеческий ресурс, не дайте ему в пустую испариться.

## Г – Границы

Наверно каждый слышал такие лозунги, как «Границы только лишь в твоей голове», «Ломай свои рамки», «Не будь как все». А что такое границы? Что значит не быть как все? Для меня это пустой звук. Во всём есть большинство и меньшинство, разве это не норма?!

Что значит быть не таким как все? Если у человека нет одной руки, он не такой как все? Если человек разумный, *homo sapiens*, то где здесь большинство или меньшинство? Этот абзац такой абсурд, как и абсурдны те высказывания, когда люди призывают к безумным действиям, и люди тащат себя в яму. В итоге, лишаются финансов, имущества, семьи.

«Не будь как все в бизнесе!» Человек берет кредит, не вникая в тему бизнеса, начинает что-то строить и встречается с одной, другой проблемами. Затем теряет мотивацию и приходит смирение с мыслями, что он, такой как все. Знакомо? Знакомо. Часто такое происходит? Часто.

Хорошо! Человек берёт и иллюзорно ломает границы... Когда-то человечеству хватало числовых значений от 1 до 10, затем 1 до 100...1000, потом задействовали минусовые значения. Сейчас значения исчисляются миллиардами миллиардов. В те времена границами были значения 1 – 10, сейчас диапазон знатно увеличился. Что такое минус бесконечность и плюс бесконечность? У этих значений есть пределы? А в системе космоса? Есть какие-то границы? Разве мир ограничен? Когда-то человек думал, что границами является наша земля, затем освоили космос, затем ещё что-нибудь откроют. Для меня явно во всём есть границы, как в мире, так и в жизни. Как границы уважения, так и дерзости. Как границы мягкости, так и злости... Гнева, кругозора, души, взглядов. Есть законы, есть табу, то есть всё состоит из границ, рамок, зон. *Разница лишь в объеме этих объектов*. Если у людей действительно не было бы границ, то в мире творился хаос. Представьте, нет моральных норм, каждый делает, что хочет, независимо от веления сердца. Представьте, что не было бы законов...

Все мы люди, разница лишь в том, что всегда было и будет меньшинство и большинство, с этим стоит смириться.

Границы есть! Но если ты хочешь развиваться, то нужно их расширять.

## Г – Губительная вещь

Эта единственная в своём роде глава, которая состоит из двух слов. Я не хочу сразу писать о ней. Мне хочется добавить немного рассуждений.

*О том, что я напишу ниже можно назвать по-разному: губительная вещь, страшное в жизни, человеческий ужасающий фактор. Это то, что ведёт к печальным последствиям. Это то, почему множество людей умирает. Это то, почему мы теряем доверие, близких людей, самих себя.*

*Что за такой человеческий фактор, который приводит к таким последствиям? Вы будете удивлены, но это слово неярко выраженное, даже обычное! Это качество встречается в абсолютно каждом человеке. Страшное заключается в том, что последствия огромнейшие. Слово – невнимательность. Из-за невнимательности к близким людям, мы можем потерять человека. Из-за невнимательности к своему здоровью, мы заводим себя в болезни. Также из-за невнимательности происходит множество трагедий, катастроф, аварий. *Задумывались ли вы об этом?* Такое безобидное слово, таит такие последствия.*

**Невнимательность, небрежность, безразличность, недобросовестность** – это не генетические черты, это поведенческие. Я к тому, что данные качества можно устранить, способом собственных усилий: постоянством, памятью (помнить об этом).

## Д – Детство

В детстве формируются страхи, в детстве закладываются поведенческие основы. *Отклонения, страхи, комплексы* – всё идёт с детства. Огромнейшая ошибка родителей – **пытаться не допустить ошибок**, допущенных по отношению к ним в детстве. Такое рвение, приводит к ряду других ошибок. Нужно понимать, что человек не может быть чемпионом в нескольких отраслях, по крайней мере это очень трудно. Сначала нужно расставить приоритеты: «Чего вы хотите от ребенка? Кем вы его видите?», затем уже распределение сил. Не нужно из дитя делать мастером на все руки: отправлять его на несколько секций, заставлять отлично учиться в школе, помогать во всём родителям. Только умеренное постепенное обучение. **Направлять и сопутствовать** ему, пожалуйста! Но применять крайние ужесточенные меры, это слишком. Иначе не удивляйтесь, почему ваш ребенок сломлен, изолирован и т. д.

В нынешнее время страшная ситуация, когда парочки являются сами детьми, уже имеют ребенка или нескольких детей. Смотришь, как тащат себя глубже и глубже, зарываясь ипотеками, рассрочками, кредитами... Они ещё сами, во-первых: не успели повзрослеть, во-вторых: не успели пожить для себя. Чаще всего такие семьи расходятся, а страдают дети. «А что делать, если всё это не любовь?». Я считаю, что своя жизнь во благо другого, не зависимо от обстоятельств, это *высшая степень внутреннего богатства*. Да, я согласен, что под данное определение подходят все матери, которые искренне любят своих детей, но они богаты к одному человеку. Потому что потрачено много усилий, потому что это часть тебя, а будут ли они духовно благосклонны к незнакомому человеку? Думаю вряд ли. **Всплескиваешь агрессию – впитываешь агрессию – живёшь в агрессии**. Да, она вырывается, да она будоражит душу, тело, но для чего тогда нам разум? Разве нельзя обдумать? Задать себе элементарные наводящие вопросы? Ответы лежат на поверхности.

Человек ищет волшебную пилюлю в бизнесе, в похудении, в воспитании, в чём угодно... Волшебная пилюля находится в работе! А мы ищем выходы, чтобы избежать работы. Раньше не было книг, курсов по воспитанию, но ведь выжили? Человечество продолжает жить и стремительно развиваться. Как-то даже абсурдно смотреть, как люди обо всем страдают, хотя технологический процесс развился до такой степени, что большинство работ выполняется в тысячу раз проще. Нам ведь не нужно идти на реку мыть посуду?! Но взамен человек отдал другой ресурс: память. Мы ежедневно впитываем постоянный поток информации, поэтому человек стал более рассеянным, забывчивым. Везде и во всём что-то нужно, если где-то получил, в другом обязательно отдашь. Представьте какое изобилие информации, а что вы хотите от ребенка? Взрослому человеку не под силу всё держать под контролем, обо всём помнить, а ребёнку уж тем более.

К слову говоря, из-за такого несобранного состояния, человеком легко манипулировать. Вышла новинка телефона, машины, одежды? Нужно, нужно! Скидка, когда? Именно сейчас! Всё! Беру! Беру.... Вдруг не успею.... К удивлению, каждый раз всё акции и скидки. Из-за технологического процесса и дети становятся всё умнее и умнее. Смысл лишь в том, что не нужно давить на ребенка со всех сторон. Конечно, каждый сам отвечает за свои действия, но мне хочется показать ещё один взгляд. Когда мы начинаем обращать внимание на своих детей? Когда ребенок начинает проказничать. Если ребенок ведет себя спокойно, не капризничает, то мы не обращаем на него внимание. Мы занимаемся своими делами, работой и т. д. В таких ситуациях мы не находим времени на воспитание ребенка. Именно когда ребенок начинает что-то делать неправильно, мы начинаем его ругать, кричать, проявлять агрессию – **эти действия мы называем, как воспитание**. Но на самом деле, **воспитание** – это веление сердца, когда мы можем спокойно сесть с ребенком, обнять, задаться вопросами, что его волнует, чем он интересуется. Именно в такие моменты проявляется воспитание, те же самые моменты про-



исходят с проявлением внимания к родителям, к близким людям. Почему человек начинает больше проявлять внимания к другому человеку, когда ему плохо? В чем сложность проявить искренний интерес к близкому человеку без доведения критических ситуаций?

Абсолютно у всех есть свои переживания, тревоги, заботы. Разница лишь в том, что одни постоянно жалуются на всё, а другие люди, не просят о помощи. Эти люди живут в своей среде, и сами проявляют эту заботу, по отношению, к вам.

## Е – Единичность

Главу можно было назвать по-разному, как единичность, так и единоличность. **Единичность** – это отдельность, исключительность. **Единоличность** – это самостоятельность. Умысел не в названии, а в сути, которую хочу донести.

Человек считает себя уникальным объектом, одни учатся, другие и так всё знают. Всё это неважно, и всё это обыденно. В наше время, мы имеем действительно исключительность и самостоятельность, но эти понятия максимально искажены. Я такой же, как и ты, ты такой же, как и я. *Какая в нас исключительность и где некая самостоятельность?* Самостоятельность и исключительность в наших поступках?! Но если я не поступлю также, то найдется множество людей поступивших как ты. Тогда опять же вопрос: «Какая в нас исключительность и где некая самостоятельность?».

В каждом человеке существует море иллюзорных представлений, мы думаем, что располагаем правильной информацией, но оказывается всё это промывкой мозгов или устоявшимися нормами. Почему человек не борется с этими явлениями? Мы все платим деньги за своё уничтожение, разве не это промывка мозгов? Несём деньги, чтобы купить сигареты. Несём деньги, чтобы купить алкоголь. Несём деньги, чтобы питаться неправильно. Тратим деньги на те вещи, которые не можем себе позволить. В такие моменты мы действительно имеем исключительность и самостоятельность? Мы сами выбрали пить, курить, питаться неправильно и жить «богато» или это устоявшиеся нормы нашей жизни?

Выход всегда есть, но не каждый шевельнется (даже пальцем), чтобы найти его.

В одной из глав, я уже писал, что **книга** – это лекарство от всего, в добавок ещё и дешевое! Если человек думает, что прочитав одну книгу он изменит жизнь, то это «дохлый номер». Прочитав 5 книг, возможно и изменится. 10 – вероятность ещё больше. 20, 50 – точно изменят жизнь. Это, может показаться, скучным и не увлекательным занятием: «а кто сказал, что лекарство будет „сладким“?»

## Ё – Ёмкость

Человек имеет две составляющие: 1) физическая (тело). 2) духовная (душа). Эти две составляющие в сумме имеют 100%. В концепции книги, я рассмотрю человека, как ёмкость имеющую тело и душу.

Забегая вперёд, наше тело и душа имеют постоянное соперничество.

На самом деле мне нечего больше сказать и написать, потому что вся книга уже написана и мне остались две буквы: «Й – Йошкар-Ола» и «Ё – Ёмкость». В одной из глав я подробно расписал о теле и душе, поэтому сложно что-либо дополнить. Не люблю писать об одном и том же, это словно самообман. Отвратительная глава, да и слова на букву Ё сложны. Эти две буквы мешают перейти к завершающему этапу: финальное перечитывание и корректировка.

Все главы писались «на одном дыхании», а сейчас приходится пересиливать себя.

Закончу словами с книги:

Для меня было сложно конец описать. Каждый раз подытожить, не стих написать. (с) Роман Куклин. Жизнь одного человека.

## Ж – Жизнь

Что такое жизнь? Для комара **жизнь** – это *10 дней*, для кошек – *15 лет*, для птиц – *25*, для человека – *79*. Для разного вида живых существ – это разные цифры. Сейчас я взял сухие средние значения, но ведь даже человек живёт по-разному. Сколько нам осталось жить? Неизвестно. Да и не к чему эта информация. Тот отведенный промежуток жизни, человеку нужно прожить созидающим. Абсолютно каждый человек привносит частичку творца, созидателя. Один оставит после себя след в виде потомства, другой – творческий, третий – технологический, четвертый – в познании души, пятый – объединит несколько видов. К какому же типу нужно стремиться жить? На самом деле, сложный вопрос. Более обширно я распишу в главе «*Ы – Ыгыатта*».

Если взять свою субъективную позицию то скажу, что нужно стараться стремиться к пятому типу. Постараться объединить создание семьи, развивать душу и оставить после себя либо творчество, либо идею, либо технологию, то есть некий результат. Если человек загоняет себя лишь в семью, то в таком ритме жизни он становится только лишь потребителем. Нужно одно, нужно другое, то есть всё тащит в семью, не отдавая взамен никаких ресурсов. *Что такое 79 лет жизни?* Это короткий промежуток времени! Не верите? Сколько сейчас вам лет? Быстро ли пролетели года? Вот именно! От этого и страшно.

Мы зачастую нерационально распределяем своё время! Также впитываем множество ненужной информации, с которой позже делимся. Это неплохо, и это обыденность! Единственное страшное последствие таких действий:

чем больше ведём неправильный образ жизни, тем больше привыкаем к данному образу.

Соответственно создаём себе зону комфорта, а с этим явлением нужно бороться. Каждый из нас понимает, что такое лень, что такое комфорт, и как же трудно выходить из таких состояний.

*Что такое повседневная жизнь?* **Повседневная жизнь** – это рутина, быт, однообразность, скука. Удивительно, но повседневную жизнь можно преобразовать, и впитать чувства радости, гордости, нужды. Каким образом? Действиями! Не зря говорят, что **движение** – это жизнь. Из обычного похода в магазин, можно устроить незабываемое приключение. К примеру, пройти другой дорогой, сесть на новый маршрут, добраться на велосипеде. Любое жизненное действие, если вызовет эмоции, то уже является незабываемым приключением. В такие моменты чувствуешь себя более счастливым. Даже я, сегодня написав несколько глав, буду внутренне очень счастлив и удовлетворен. Главное завтрашним днём вновь побороть себя и начать писать новую главу.

Про жизнь написал, перейдем к другому вопросу. *Существует ли жизнь после смерти?* Начну мысли неординарно. На риторические темы мой мозг проявляет борьбу, а именно:

- Разве я видел это?
- Нет...
- А как тогда ты можешь об этом утверждать?

На эту тему я буду рассуждать с точки зрения, во что я верю. Да я верю, в жизнь после смерти и я верю, что в том мире не существует такого понятия как время: часы, недели, года. Не зря в самом начале я проводил аналогии с разными периодами жизни. Для комара его 10 дней жизни невообразимы с человеческими 79 годами. Если **человек** – это творение Божье,

если мы наследовали образ, разум, душу, если Бог вечен, то есть ли вероятность, что после смерти человек вечен? Ответ очевиден. Только я думаю, что вечен не человек, а душа. Человек лишь является оболочкой, телом. И если количество оставшихся наших дней неизвестно, то в оставшемся времени мы должны постараться прожить лучше, чем вчера, чище, чем вчера, милосерднее, чем вчера, добрее, чем вчера. Не верите? Посмотрите на людей пропитавшихся тягой к богатству, соблазну, страстей, власти. Счастливы ли они? Мне кажется, если человек счастлив, он не «душит» другого, он не уничтожает других. А те люди, кто ставят материальное превыше духовного, теряют себя, как человека. Они вступают в болото одной ногой, ставя вторую, и медленно поглощаются в низину. Нужно больше денег, нужно больше богатств, нужно больше уважения, женщин, власти. Я встречал много людей, у которых было всё, что пожелал бы обычный человек: шикарный дом, дорогая машина, крупнейшее уважение и власть, но все до единого задавались вопросами: «Почему она меня не ценит? Я ведь делаю всё для этого». Кто-то уходил к любовницам, кто-то рушил семьи. **Семья** – это духовный институт, **финансы** – это материальный. Необязательно выбирать один, можно размеренно учиться как первому, так и второму. Мужчине сносит голову от финансов, он уже ничего не видит, его разум затемнен, а в это время происходит отдаление от семьи. Вы когда-нибудь видели счастливую пару пенсионеров, которые мило идут, держась за руки? Видели, как их отношения пропитаны уважением друг к другу? А замечали вы, богаты они финансово или бедны? Финансово – скорее нет, но душой – да. Они пропитаны внутренней любовью, взаимопониманием и уважением – это **богатство**! Можно отстроить замок, и прожить всю жизнь в одиночестве, разбавляясь лицемерием и ложью. Каждый из нас хочет искреннего уважения, любви, понимания, а не той «заботы», когда вас используют. Вот и вся суть.

*Существует ли отложенный промежуток человеческой жизни?* Можно сказать по-другому, Бог дал жизнь, Бог её заберёт. Возможно, я написал некорректно, но суть ясна. Распишу жизненную ситуацию, произошедшую со мной. Я сильно поругался со своей девушкой, затем предложил поехать на квартиру в город. Думал посидеть, обсудить и решить неприятную ситуацию. Взяв у отца машину, мы направились в город. Я был в сильном эмоциональном состоянии, меня переполняли чувства злости, обиды, гнева, но всегда в каком бы состоянии я не был, старался трезво оценивать ситуацию. Обычно я пристёгиваюсь, но почему-то не подумал об этом. Обычно я еду спокойно, но поднажал на газ. Ситуация такая: до города остаётся не больше десяти километров, и вдруг я вижу встречную машину. Около 5—7 раз я задавал себе вопрос: «Она едет по встречной полосе или нет?», и постоянно давал разные ответы. Я постоянно присматривался, и до последнего не понимал, по какой полосе движется машина. На последнем таком рассуждении, я убедился, что она движется по своей полосе и с этой мыслью спокойно двигался прямо. Не знаю, что случилось, не знаю что повлияло, но я сдвинулся вправо, проезжая по грунту, а затем началась новая дорожная полоса. И как только съехали на грунт, встречная машина пронеслась по моей полосе. Представьте, всё решила 1 секунда! Свернув секундой позже: лобовое столкновение, моя скорость 140 км/ч, не пристёгнуты, исход очевиден. После этого я всерьёз начал задумываться, что в тот момент я должен ещё жить, в тот момент мне рано уходить из жизни. **Решил это не я, потому что в мыслях был уверен в своей правоте:** 1) Я ведь двигаюсь по своей полосе. Правильно? Правильно. 2) Встречная машина ведь едет по своей полосе. Правильно? Правильно. Как оказалось потом, во втором я ошибся. Что повлияло на мои действия рук? Почему я свернул? Ведь *команды даёт мозг, ведь мысли у меня были другие*. После этого случая, внутри себя уверен, что, сколько нужно человеку, столько он проживёт.

Смерть не обманешь, и она придёт тогда, когда в этом будет необходимость.

## З – Завтра

**Завтра** – это ещё один день упущенных возможностей. Зачастую, чтобы отстраниться от важных дел, мы находим оправдания. **Человеческий мозг** – уникальный механизм, который с одной стороны, может *загнать в зону комфорта*, с другой – *вытащить человека из сложнейшей ситуации*

## **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.