

18+

# ВЕСЬ Я



Павел Нефедов

Павел Нефедов

**Весь Я**

«Издательские решения»

**Нефедов П.**

Весь Я / П. Нефедов — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-985992-1

Там, где есть мысли, там весь Я. А я сам создаю свои мысли, значит все —  
есть Я! Будучи студентом, я написал эту книгу, но и сейчас они мне по душе!

ISBN 978-5-44-985992-1

© Нефедов П.  
© Издательские решения

# Содержание

ВЕСЬ Я	6
Вступление	8
* * *	10
* * *	12
* * *	16
* * *	17
* * *	19
* * *	21
* * *	23
* * *	24
* * *	25
* * *	26
* * *	27
* * *	28
* * *	29
* * *	31
* * *	32
* * *	34
* * *	36
* * *	38
Конец ознакомительного фрагмента.	40

# **Весь Я**

**Павел Нефедов**

© Павел Нефедов, 2025

ISBN 978-5-4498-5992-1

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## **ВЕСЬ Я**

**Мысли, которые вернут радость каждому дню!**  
Очерки прошлого (мысли студента)

Павел Нефедов



## Вступление

Дорогой читатель!

Невероятно приятно, что Вы взяли в руки именно мою книгу. Это не учение и не напутствия к правильной жизни. Здесь нет поэтапных решений проблем.

Все прочитанное Вами является лишь мыслью одного человека, который на определенном этапе жизни понял, что есть возможность не только ощущать личное счастье. Но и передавать его основу, можно сказать первоисточник обычных радостей и другим, скорее всего более чем нуждающимся людям.

Здесь задействованы не только прямые мысли к радостному ощущению себя, но и представлены художественные «фантазии», для большего погружения в мир сказки.

Семьдесят восемь ненавязчивых раздумий и пожеланий. От коротких и глубинных, до более полных, но невероятно легких и простых. А число абстрактное, хотя можно представить себе, что оно является преобразованием формы материального тела, через духовное начало.

Эти строки помогли мне прийти к своему душевному спокойствию и настоящей любви. Очевидно и Вам пойдут на пользу, так как все мы сотканы из стремлений к одной цели – жизнь, как блаженство!

В суете обыденной жизни так важно не потерять себя. Свои чувства и правильного отношения к ним.

Мы все искренне желаем мира, любви, добра и милосердия себе и своим родственникам. Но есть еще более короткий путь для обретения непомерного счастья, как внутреннего, так и внешнего: это пожелание всего самого наилучшего всем живущим людям на земле. Ведь именно всеобщая правильная мысль порождает искренность всех эмоциональных струн души. Вы желаете всем счастья, в ответ получаете более насыщенную и богатую на добрые дела жизнь.

Именно поэтому, и я Вам посылаю свою любовь, через слова, которые записывал каждое утро. Они и по сей день таятся в глубине сердца. Ища новый путь. Любая положительная энергия всегда скупает без нуждающихся в ней частиц.

Просто читайте. Не старайтесь сильно проникаться. Человек не должен надолго впитывать чью-то идею, мысль. Его основная задача – это просто счастливое бытие.

А достигнуть его просто: любить себя, окружение, быть многогранным, уметь слушать и поддерживать любую точку зрения, но лишь имея дистанцию не привязанности.

Лично я, всегда в поисках всего нового и удивительного. А поразить меня очень легко. Так, как и солнышко с небом вызывают дикий восторг. И если Вы вспомните себя в юности, то наверняка поймете, что именно эта радость всегда была у Вас самой искренней.

Именно плодотворно положительные чувства позволят Вам реализовывать любые Ваши цели: Достижение в работе, научная практика, семейный быт, отдых, самопознание... И многое другое, что так часто Вас заставляет пошагово демонстрировать вселенной этот волшебный путь.

Главное теперь вспомнить эту дорогу, анализировать ее, и вперед! К новым вершинам! Любой личный жизненный опыт и есть основные правила для обладания счастьем!

**ВЫ И ЕСТЬ САМЫЙ ГЛАВНЫЙ ДЛЯ СЕБЯ ПСИХОЛОГ, ДИЕТОЛОГ, МЕДИЦИНСКИЙ РАБОТНИК**, и любой другой специалист. Кто как не Вы, знаете лучше всех, себя самого!!! А я своими искренними пожеланиями помогу достичь этого!

**ДОБРЫЕ СЛОВА**

Бесконечность притягивает своей невероятной пустотой и решимостью! Стоит посмотреть в глазки своему ребенку и понимаешь... Это и есть та даль, то откровение, что притягивает человечество!!! В них мир, вселенная, любовь, нежность, самопознание! Всматривайтесь в них- ощущайте себя создателем, Богом, частичкой всего, что вокруг и внутри Вас! Летопись ваших грез из детских воспоминаний и есть Ваша настоящая, счастливая история, которую нужно пронести далеко за горизонт Вашего сознания... К тем «истокам», к которым в той или иной степени Вы вернетесь! Наполняя красотой душу, приходит понимание, что ВЫ и есть ВСЕ!!! А в этой истории нет деления на плохое и хорошее- просто счастье!

А теперь закройте глаза...

Вдохните глубоко...

Выдохните...

Вы живете... И Вам хорошо, как никогда прежде! Вы источник добра! Мир Вашему сознанию!

\* \* \*

## ИСТИНА

Есть странички, которые хочется вырвать из книги? Неправильное отношение к жизни!!! Снимите негативные кадры, наложенные на восприятие своих отдельных эпизодов! Пора учиться писать сценарии! Только позитивные, самые счастливые! И накладывать их на всю историю своего пребывания на земле, радость, счастье, любовь ДОБРО... ДОБРО... ДОБРО!

А чтобы еще более укрепить свои ощущения, скажите: год был очень продуктивным... Нет ощущения, что не хватает времени на какие-то нюансы, хрупкие мысли, не до слащенные фразы... Перемирие со своими нотками души крутится как вихрь перемен! Но в нем есть такая безмятежность и всеисие. А как подытоживает свой день каждый человек??? Просто засыпает? Или вспоминает износ неких событий? Нет... Точно нет... Обычно это просто тонкая грань между гордой дремотой и беспечным сном! Но это и есть та нить между человеком и космосом! В ней в априори заложен смысл глубины великой мысли о добром и родном!

\* \* \*

## ДОБРО

Утреннее пробуждение начинается с вечного и мирного понимания своей легкости, воздушности... В дымке сознания появляются проблески значимых сегодняшних забот, но они тут же скрываются за горизонт границ дозволенного разумом!!! Нет... Сегодня все просто волшебно! Жизнь дарит самое доброе ощущение сбалансированного состояния души и тела. Неслышная, но прекрасная песня собственных беззаботных и озорных мыслей пролетает тихим сказочным ветерком надежды на сладкую поэзию души...

Есть присутствие волшебства, мира, любви! Кроткая пелена чуткого восприятия мысли, обволакивает все тело- это возвышенное чувство подхватывает на ласковые ручки самой неизведанной силы и пронесит мимо земных прописанных кодов: для кого- то, для чего- то. Смотрится красиво, грациозно, но так не нужно и беспечно.

Добро в сердце, добро в душе, и оно плавно перетекает в разум. Больше он не изранен, он свободен: для мысли, для любых начинаний... Тишина утренних звезд... Спасибо автору, когда-то сказавшему это поистине блаженное выражение! В нем смысл веков, всего человечества. Обнулится вместе??? Заполним окружающее добром??? Я верю в вас! Поверьте, и вы мне!

\* \* \*

## ЖИЗНЬ – ЭТО, КНИГА

В городах всегда есть место унынию, но для поэзии, романтики, но для души, красоты, но для разума! Во всем можно найти свою музу и стезю... А, что для этого нужно? Лишь останется, замереть, послушать тишину!!! И придет... То, что все называют спокойствие подсознания- любовь, радость, счастье, ДОБРО! Обернитесь друг на друга, улыбнитесь, но только искренне, с бескрайним восторгом от понимания, что вы нужны друг другу... Чувствуете вашу и мою бескрайнюю любовь? Я чувствую! Каждый день... Каждый час... Минуту, секунду! А дальше... Фантазируйте, придумайте свою меру исчисления времени. Вы все ученые, вы все поэты, нет людей, которые чем- то хуже других! Во всех есть волшебство красоты, обаятельного притяжения... Все что вокруг вас – и есть ВЫ внутри себя! Не спрашивайте, что сверху и снизу, перед вами или позади!!! Настоящее и ВЫ и есть любая глава книги, которую вы писали, пишете и будете писать!!!

\* \* \*

### ВОССТАНОВЛЕНИЕ

Гуляя по ночному городу невольно задаешься вопросом, в чем секрет такой свежести воздуха... Скептики ответят атмосферными процессами и охлаждением земли... Но давайте спроецировано рассуждать на собственном примере. Отбросив науку). Ночь... сон... отдых- ВОССТАНОВЛЕНИЕ!!! Все механизмы (организма в целом) проходят акт регенерации. Восполняются силы, легче дышать, чувствовать, поддерживать работоспособность. Человек впускает в свое сознание сны... яркие, еле уловимые, долгие, скоротечные. Играет свою роль фантазия, прописанная разумом в течении жизни! Складывается впечатление таинственной сказки. Некоторые предпочитают эту вторую жизнь той, реальной!!!

Но на самом деле пропадает стремление «покорить пик Эвереста», уходит состояние погони... Наступает легкая тишина и безмятежное спокойствие!

Как уловить эти воздушные мысли? По какому принципу научиться жить как во сне, без преград? Что пропускать мимоходом, не замечая, а что впитывать с наслаждением???

Возможно, ответ прост и мои консультации помогут вам!!!

Искренне, честно, без научных и непонятных слов... Доверительные отношения- залог успеха!!! станем успешными!

\* \* \*

### ЛЮБОВЬ МОЯ (Фантазия)

Лес дышал прохладой. Набирая последние капли росы. Старый добрый тополь громко посапывал, в унисон с резво заблудшим, но с таким грациозным северным ветром. Ленивое серое и одинокое облако, с присущим ему равнодушным темпом, тихо открывало горизонт, по которому в невероятных лучах золотой канонады расстилалось утреннее молодое солнышко.

Ой- невероятно громко и странно для этого старинного и загадочного места произнес человек...

– Я похоже заблудился. То ли это было отчаяние, или просто проронившее случайной мимолетной беспечностью слово.

Добрый, но одинокий шлейф воспоминаний тянулся сонливой тенью вдоль берез.

– Я всегда был с кем-то.

– Невероятное количество женщин, дорогого коньяка, который постоянно брался не пойми откуда... Ведь денег я так и не заработал, за короткую, но веселую жизнь.

Мысли продолжали посещать облысевшую от скоротечных жизненных процессов голову.

– Но такое одиночество, забытье. Где-то озорное, со всей впитывающей силой юношеское желание-ко всему подходить с максимализмом...

– Тихо, нет его.

– Как так? Что переменялось?

– Что я упустил? Почему жадно поглощаю все, что мне преподносит жизнь, но все мало и невзрачно?

– Не старость же, около тридцатилетний возраст, это самый расцвет, где организм перебор новую ветку отчаяния, которую в шутку все называют переходный возраст я прошел, можно сказать переборол...

– Но почему такое уныние, почему так сжимается сердце??? В чем я оступился, какие тонкие моменты своей жизни упустил?

– Так можно всю вечность рассуждать! Я лучше забудусь, закроюсь и опять невзначай начну жить или существовать...

– Так. Все. Хватит!!! Пора впитаться в мысли и продумать как следует эту цепочку отдельных, как чернильных пятен воспоминаний. Необходимо найти причину. Осознать. Что гнетет!

– Тишина.

– Тишина...

– Нет мыслей...

– Ураааа. Прозрел. Понял. Осознал!!!

Ведь я просто один. Один не смотря на родню, любимого брата. Не смотря на лучших и самых замечательных друзей!!!

– Я все равно один...

– О, Боже... Как хочется влюбиться! Как невыносимо и с присущей болью в груди накачивается этот вопрос- почему я до сих пор никого не полюбил...???

Человек, быстро пошагал прочь из дремучего, но уже казавшегося ему воистину волшебного и дружелюбного леса.

– Все решено! Я открыт! Я хочу!!! Я понял весь смысл моего пребывания на этой планете! Я просто обязан, нет просто хочу полюбить всем сердцем! Именно свою! Именно самую неповторимую. До абсурда родную и желанную!

– Любовь

– Любовь

– Как сладко на душе. Немного ранимо и с вдохновением. Это идиллия моей души на данный момент, и я уверен на всю оставшуюся жизнь!!!

Человек растворился в уже совершенно светлом и радужном лесу! После него лишь легкая дымка самого неземного чувства, под названием ЛЮБОВЬ, расплескалась по кромкам деревьев, оседая неспешно на землю. Благодарно одаривая ее самым теплым несказанно ласковым ДОБРОМ...

Каждый может нести это чувство сквозь года и летописи...

Каждый достоин своего счастья!!!

\* \* \*

## СПОРТ: КАК ДОБИТЬСЯ УСПЕХА

Рассмотрим тренировки в спортивном зале с точки зрения психологии!

Тело и его красота.

В чем отличие красивого тела от не то, чтобы некрасивого, а скажем не для обиды не качественного...

На секунду отвлекитесь. За время всего прочтения этой статьи я буду сравнивать человека с технологиями настоящего и будущего!

С самого зарождения человечества что-то происходило в изменении самого понятия человек. Поясню. Наш вид постоянно терпел изменения шагая в ногу со временем. Нужно лучше думать- бери, нужно красивее говорить- бери, решили расти- да забирайте пожалуйста!!!

Вес, рост, идеология, полет души, развитие разума в целом... Человек поистине получает все, что он хочет от жизни!!!

Сейчас время красивых спортивных тел! Вы назовете это модой... Я веткой эволюции. Мы вместе по кирпичику создаем общего человека!!! И технологии в помощь! Интернет сильнейший вещатель- он легко прописывает коды создания современного тела... У всех в памяти такие легенды как Арнольд Шварценеггер, не будем углубляться и перечислять остальных. Которые вызывают впечатления простых людей, которые с невероятно сложной судьбой пробивали свой путь!

Стоп... отключаемся... Забыли и остановились!

А если посмотреть на это с другой стороны... Подобные люди прошли этот путь легко, непринужденно, для себя! Они просто любили себя и свое дело!!! Не было вездесущей рекламы, навязанных идей, и даже, как многим покажется борьбы!!! Только стремление быть неповторимыми, самыми необычными и уважающими себя, повторюсь- в первую очередь СЕБЯ людьми, дает сильнейший потенциал развития выдающейся личности!!! Вот вам пожалуйста и успех в спорте, работе, семье...

Что же происходит сейчас:

Бесконечные просторы информации о том, как накачать мышцы, как и что съесть, на кого равняться...

Все это порождение инноваций, журналов, потом телевидения, сейчас интернета. Это не плохо, рождение нового и есть наш путь и стремление, все адекватно и с добром! Мы все вместе это творим и продвигаем... Рассказывая, споря – кто сильнее, выше, быстрее, красивее наконец-то.

Я не стану развивать мысль о матрице, к которой мы постепенно движемся. Но просто приведу пример: ко мне приходят на тренировку невероятно красивые спортсмены, спортсменки, которые неуверенно спрашивают, что им есть, пить и как довести свое тело до мастерства, ну наподобие того или иного спортсмена. Сами того не зная, они даже не представляют какой у него путь, в основном это люди, которые за два года добились результата и просто потом вещают это в массы!!!

Мы многие даже и не задумываемся, что мы красивы, стройны, безупречны. Это получается круговорот: каждый подходит и говорит, как безупречен, который подходил и говорил про него же за день до этого! Понимаете, какой мозговой шторм...

В погоне за красивым телом, мы не обращаем внимания как становимся бездушными подражателями. Накачайте вы всех людей земли, они все равно найдут недостатки и будут стремиться исправить их! Подключите их ко всемирной виртуальной реальности, и они там без-

душно станут просто что-то делать- под диктовку и копирку... Но это отступление для вашего понимания нашего вопроса эстетики! На самом деле я приукрашиваю и в жизни все идет своим чередом и с хорошим настроением.

Так как же добиться идеала в спорте?

В первую очередь это вера в себя! Любовь к себе! Принятие сотрудничества тела, разума и души!

Научитесь слушать свой организм!

Научитесь быть проводником вашего мозга в самые недоступные места на теле...

Не гонитесь за воздухом, там ничего нет!

Эстетика только внутри вас!!!

А в подробном изучении этого вопроса помогут мои консультации!

Иногда самое важное и дорогое лежит на поверхности!

Главное не бояться просить помощи!!!

\* \* \*

## ПОГОДА

Погода просто сказка...

Земля умылась, дышит ровно и полной грудью! Небо рябит еле видными облачками... Любое проявление перемен благоволит приятным настроением! Зеленое одеяние пропиталось влагой и сочными красками. Лето продолжается, оно в самом разгаре. Трепет нескончаемым потоком создает пелену радости с самого центра земли и до бескрайнего неба...

Кончиками неземной чувственности вселенная обратила внимание на наши просьбы о прохладе, но временной! Сделано... Как просили... Не подарок, просто обычные процессы во благо!

\* \* \*

## ТРЕНИРОВКИ

На вершине Эвереста есть небольшое углубление... Где в определенное время происходит маленькое чудо. Прорастает грациозный цветок Анемона Маунт Эверест, который пленит своим очарованием!

А теперь я вас верну на землю... Это мои доводы, не более... Или это правда?

Так вот для того, чтобы это проверить необходимо проделать путь до вершины, так как кто ее покорил может сказать что угодно!!! Я не говорю, какой он- сложный или достаточно беззаботный! Там давно уже сложена сказка, про трудность задачи – это, прямая мотивация и колоссальные вложения! А если отключить эти переживания и начать просто действовать!!! Может в этом случае с психологической точки зрения станет намного легче??? Нет, я не говорю легко, я утверждаю легче!

А теперь вернемся к тренировкам! Наш путь, это сбалансированные тренировки (диета, тренинг, знание). Как облегчить этот путь? Как его пройти с большим удовольствием??? Ответ прост! Необходимо только лишь найти гармонию (баланс) в своем организме и конечно же точный путь от мозга к конечной точки, к мышце (пику Эвереста).

Умный тренинг залог быстрого успеха!

Я выгляжу, как чувствую!!!

\* \* \*

## ДУША

Седовласый старик, внимая горечь потерь и обид не понимал почему так мучителен был его век. Он, вздыхая и корчась от недовольства понимал, что пришел его час. Занавес уже еле слышно шумел бахромой уныния и пустоты. Озираясь назад, он вскрикнул. Продолжая крик хрипотцой, он медленно стал переходить на посапывание... Наступила тишина, но не из-за того, что он коснулся той самой- с косой. Все было дело в том, что ему стало легче, не может быть и даже веселее! Неведомые силы стали наливать мышцы таким напором, что он смог привстать и оглядеть комнату.

– Какое зарево... Что за свечение?

– Понял...

Это просто жизнь вернулась в тело и стала его не то, чтобы бодрить, а просто невероятным образом возвращать в детство. Радость, тепло, доброе понимание своего начала.

– О, Боже, я чувствую свою душу, нет мыслей, но я чувствую ее!!! Как хорошо. Как неожиданно легко дышать и даже двигаться. Неровное дыхание сменилось смехом, да таким звонким, что сотрясались окна! Это было похоже на второе рождение!!! На чудо среди пустыни.

– Я начинаю отчетливо видеть, ясно ощущать, цельно и направленно осязать! Я слышу даже ветерок, он проносится так легко и игриво.

Слегка привстав, старик ощутил себя совсем юным и даже гормоны стали доноситься из недр мужского, уже окрепшего организма!!! Он упал на пол и стал истерично смеяться, так сильно, что захлебывался. Это был смех искренности и радости. Слезы текли водопадом неистойвой реки впечатлений от происходящего!

Его прервал тихий свист, как тогда ему показалось.

Он затих и обернулся.

– Кто ты?

Еле слышно спросил он у стоящего в уголке, покрытым тенью от старого шкафа мальчика.

– Я твой ангел хранитель...

Мальчик начал выходить из тени и его лицо стало озаряться солнечными лучами.

– Не может быть...

Седовласый, но уже помолодевший мужчина замер.

Ведь ты, это я, только в детстве!

– Да

Ответил мальчишка и подмигнул.

– Но как? Почему? Что происходит? И от чего мне так легко и по-настоящему- весело?

– Потому что ты испытал счастье, которого добивался всю жизнь!

– Ничего не пойму.

Старик почесал сморщившийся затылок.

– Я думал я умираю...

– Так и есть ответил звонко и радостно мальчик.

– Откуда же эта неведомая сила, которая подняла меня с кровати и буквально окрылила?

– Ее я принес, как последний подарок!

Уже ничего не понимавший старик попытался назад и снова замер.

– Я понял... Пришло!!! Ты моя душа!

Замерев окончательно, старик заплакал. Была сильная обида, что он, очутившись в сказке, думал все равно о смерти.

– А ты вспомни... Я, в течении всей жизни, приходил и открывал тебе дверь. Открывал и ждал тебя. Ждал... Всегда... Но ты, не понимая своего счастья, снова захлопывал эту дверь!

Ты всегда старался выбирать свой путь сам, хотя ответы были всегда на поверхности, совсем рядом. Ты прожил такую долгую и сложную жизнь, борясь с собой, не понимая, что счастье это и есть ты сам, ты и есть добро, только нужно было поверить в себя и отпустить гордость и упорство!

– Так значит это просто урок, а не второй шанс???

– Да, этих вторых шансов у тебя была целая жизнь!

– А, зачем же все это тогда нужно, если все равно ничего не изменить?

– Просто я помогаю твоей душе снова почувствовать себя живой! Она, как и другая любая, заслуживает этого!!!

Старик улыбнулся, как бы говоря мальчику спасибо и отвернувшись закрыл глаза... Больше, они не открывались...

Понимание того, что мы уникальны должно прийти само по себе!

Но бывают подсказки!!!

Я протягиваю руки и пытаюсь донести это через свои тексты!!!

А вы со мной???

\* \* \*

## ЧУТКОСТЬ

Создание прекрасного, есть проявление души...

Творчество и созидание- начало новой ступени к тому самому высокому и благородному ДОБРУ, которое пронесет вас над всеми невзгодами и неудачами, которые в априори не существуют в природе.

Ваш жизненный вектор настроен на позитив и самое лучшее настроение! Не меняйте себя и все вокруг, просто становитесь добрее! Истина там, где вы нее не видите... Или не хотите видеть!

Струнная гитара или клавишное пианино вам скажет больше, чем я!!! Любовь храните в сердце даже если вас не любят, не для себя, а во благо другому человеку! Пусть молча, без эмоций, но искренне и безвозмездно! Проявляйте слабость к детям... Балуйте их и отдавайте частичку себя, вспоминая- как вы в детстве хотели, что- либо! Проецируйте на себя мольбы людей, не вопреки себе, лишь по согласию души!

\* \* \*

## **ВОССОЕДИНЕНИЕ ДУШИ И РАЗУМА**

Прошлое приходит малыми отголосками... То ту, то там всплывая искривленными диафильмами. Нет, не то, чтобы они другие, отличающиеся от ваших жизненных и далеких! По доброте и восприятию все как тогда. Но сменяются оттенками, фокусировкой, даже некими привычками!

И когда оно, прошлое по-настоящему врывается в вашу скоротечную и запутанную стезю... И получается эффект дежавю! Эффект восторга от того забытого, родного, чуткого, не навязчивого!

Вы понимаете, что реальность начинает перемешиваться со сном. И наваждение поднимает ваш разум над телом, прикрывая все недостатки и шероховатости... Помогая вам забыть обиды, недомолвки своему подсознанию. Получается, что внутри вас открывается дверь по пути к душе, и она пока нараспашку... Естественно многие этого не замечают! Мозг стремительно блокирует истину происходящего, давая обычные, но якобы научные объяснения, вроде как: эндорфины, нейроны, потоки и прочее! Вы начинаете просто ловить волну удовольствия и наслаждения того пика счастья, что не испытывали никогда!

Я конечно же тоже за вас рад в эти минуты... Но есть и обратная сторона медали: за этим озорством и подмены реальных ощущений вы не замечаете главное- ВАША ДУША РЯДОМ, ОНА ПРИЗЫВАЕТ ВАС С НЕЙ ПОДРУЖИТЬСЯ! Говорить вам о том, что это даст, я не собираюсь. Это совсем другая история!!!

Но вселить зерно озарения, безумно хочу! Любовь к себе и есть проекция любви к окружающим! Не спорьте, не грубите, не роняйте тень сомнения на близких вам людей! Они могут быть счастливее, если вы отпустите гнет своего влияния!

Остановитесь, послушайте шелест утренних звезд!!! Перезапустите себя, отдайтесь велению природы! Добро вас не даст в обиду! Пригреет, приласкает, одарит своим теплом!!!

Я не зря во всех статьях местоимения пишу с маленькой буквы, как это принято в литературном мире (контакт тет-а-тет, для личного магнетизма). Я просто довожу это до всех, и не имея на это никаких прав!

Добро не имеет ценников!

Попробуйте так же в парке или на качелях, или на горке- с мамой, как много лет назад!

Подарите и ей, и себе ощущение единства родного стремления к чистой любви! Без обремененного- так надо, или для галочки!

Впустите в себя поток эмоций и чувств!!!

\* \* \*

## СЕМЕЙНОЕ СЧАСТЬЕ

Когда дом наполняется детским смехом, игривое настроение всех членов семьи начинает приобретать ценность знаний, которую необходимо подпитывать и проносить через все мыслимые и немыслимые жизненные пути! Углы разочарования пропадают. Настроение жаркого лета становится обыденностью! Многие начинают лишний раз истязать себя мыслью о долговечности подобных высоких чувств, заранее накручивая суровую программу!

Что есть счастье? – Это, спокойствие души...

Что есть переживание? – Это, борьба с этим счастьем!

Бороться против своего благополучия??? Как глупо и нелепо! Можно ведь просто отпустить ситуацию и позволить счастью просто быть! Не существовать под вашим влиянием, а осознанно его холить и лелеять! Нежность проявляется не в различии шероховатости кожи))), а в создании комфорта родному человеку, в полном согласии с его позицией. Не под влиянием манипуляций, а под именно взаимным согласием! Уважение личности, интересов, даже привычек и есть любовь и семья! Как многие говорят: крепкие семьи только те, где муж и жена-друзья по жизни! Так-то оно так, но как к этому прийти?

Друг и становится НАСТОЯЩИМ другом, если нет претензий, обид, ревности, самокопаний: НИКОМУ, НИЧЕГО НЕ ОБЯЗАН! Каждый живет своей фантазией, но на определенных линиях жизни они соприкасаются и выполняют добровольные, не обязанности, а совместные семейные дела!

Правил, норм и запретов и снаружи хватает! Не нужно перетаскивать этот ненужный груз в свой семейный очаг!!! Он именно так и называется из-за того, что согревает всех одинаково! Нет такого посыла, что определенные лепестки пламя доносятся в большей или меньшей степени! Все едины, но в тоже время отдельны как целый (внутренний) мир! Возьмем за пример альянс- единое целое, но в тоже время учитываются все законы, религии и культуры отдельно взятого государства! Этот пример для понимания, но нет необходимости углубляться, политика – это, сложная наука...

И смысл здесь един: уважение есть фундамент всех семейных отношений, и естественно по отношению к детям!!!

Любите друг друга

Одаривайте стены вашего гнездышка счастьем!

\* \* \*

## ПУТЬ

Компромисс восприятия добра и несуществующего зла!

На любом пути, где есть своя история, путеводный лист и правила посадки- высадки, есть благодатная пора: сам процесс путешествия! Лига справедливости действует в том случае, если вы следуете одному правилу- хорошие мысли, правильное восприятие нюансов следования и добрая улыбка!

В этом случае любая поездка покажется раем и настоящим приключением души!

Есть один критерий планирования отпуска или выходных- не планировать, а делать это спонтанно! Мечтания о покорении Эвереста, есть процесс мечтания, не более. Вся восторгающаяся идиллия состоит в обычных составляющих: подумал, получил намерение иметь и начал

сразу двигаться к конечному пункту назначения, а именно к первому этапу путешествия- заказ билетов или наполнения бензобака!

Во время всего отдыха самое главное сохранять впечатления, схожие с теми, что присутствовали в вас при возникновении желания оказаться в том или ином месте!

Любые проявления отклонений от заданного маршрута считать, как стечение обстоятельств и радоваться им, но искренне! Это даст восприятие душевного покоя и чувства запланированности!

И самое главное помните: ваше путешествие – это, восприятие вашего разума, как думаете и действуете, такие эмоции и получите!

Приятного пути!

\* \* \*

### ПРОСТО ПОДУМАЙ

В истоках вытекающей прогрессии, есть состояние невесомости... Это состояние ты приобрел для успокоения самых глубинных струн ингибиторных переживаний своего организма!

Убрав лишние преграды, можно в состоянии тишины и покоя построить эволюционный этап развития ситуации!

А стоит ли это делать???

Или легче отдать все воли течению вариантов?

Любой вектор (стеязя) необходимо одаривать четкими: расстоянием и временем следования, как запасной вариант! На самом же деле, правильно построенная идеология, с добрым посылом не имеет точки возврата!

Если творишь ДОБРО, то до конца!

Нет, значит просто забыть!!! Разум пройденные варианты пере прописывает с двойной прогрессией! И только очищение энергии поможет выйти на новый этап!

\* \* \*

### ДУШЕВНОЕ РАВНОДЕНСТВИЕ, НА ЛЮБОМ РАССТОЯНИИ ОТ ОБЪЕКТА

У вас есть искорка, звездочка!

Источник тепла и некой энергии!!! Для каждого он свой и сменяет декорации в зависимости от потребностей!

Независимо от того какое расстояние между вами и этой самой энергией, возьмите себе за правило хранить ее неподалеку от сердца и дублировано в самой сокровенной части вашего разума!

Некие стечения обстоятельств могут вас переключить на не совсем комфортные для вас временные перемены, или даже на некий стопор восприятия реальности!

Именно этот, назовем его" Ангел хранитель», в подобные мгновения будет вас по велеанию ветра надежды доносить до места назначения в пути следования, под названием жизнь!

А понятными словами – любовь к ближним помогут вам в любых перипетиях!!!

Нежности!

\* \* \*

## ПСИХОЛОГИЯ СТРАХА И БОРЬБЫ С НИМ

Страх, как проявление наивысшего чувства человека, всегда будоражил общество в направлении: овладеть, победить или смириться и поддаться его коварству...

Все к чему приходит современная наука и медицина- это патология, болезнь и эпидемия! Так ли этот все глубоко и не поддается обычному объяснению?

На самом деле решать только вам... Да, да, именно вам! Кто как не вы, можете с точностью разобраться в своих мыслях, чувствах и тем более страхах. Я говорил и говорить буду, что лучший ваш психолог – это, вы!!! А специалисты разного рода могут лишь дать вам подсказку с чего начать и в каком направлении идти! Нет, если вам выгодна позиция- плачу, консультируют: я живу... Прекратил ходить на психологическую помощь и все... Заново... По новой... Забыл то, о чем говорили и объясняли! Значит получается дверь была открыта в разумное объяснение проблемы, но как только потерял связь с "программистом" растерял все коды, шифры и навыки. И дверь с невероятной силой удара закрылась навсегда! Я выражаюсь абстрактно и с неким юмором! А как еще иначе привлечь внимание людей, которые ежедневно заняты только собой и не могут просто проснуться от сна и посмотреть по сторонам!!! Увидеть то, что их зомбирует и дергает за веревочки, как кукловод... А, страх именно таким и является!

Процесс обнаружения страха и его подавление.

Как выявить подобную "эмоцию" лекцию читать не буду, каждый знает свои страхи... Ну а если ваш замороженный оптимизм просто обходит стороной проблему, говоря мне это не нужно, я просто не замечаю!

Пример простой: прыжок с парашюта. Все всю жизнь хотят, но не делают, так как якобы не время или не так важно, хотя само желание сделать это съедает изнутри!

Есть один действенный способ борьбы:

Признать свой страх, не обходя его умозаключениями. Принять его, как факт неотъемлемой части вашего разума и души.

А борьба проста: не бороться!

Да, именно! Я не шучу!

Именно борьба со страхом и есть исчерпывающий потенциал, который поглощает такое количество вашей энергии, что вы не в силах остановиться и сконцентрироваться, возникает неподдельный ужас!!!

Иногда лучше поддаться этому чувству и принять его как должное! Расслабиться и переключить свое внимание на другое дело или мысли! Именно в расслабленном состоянии, а это легко сделать, если сбросить страх как важность в вашей голове! Нет важности и значимости, нет проблемы! И вперед, с уверенностью лидера совершить то, чего боитесь!

Я не говорю про маразм, иными словами- действия, которые просто невысказаны и не нужны для здравомыслия!!! Игра со смертью!

А понимание этого вам даст то, что у вас всегда есть запасной вариант и есть "железная страховка»!

В эти определения входит не только высота, скорость, экстрим во всех его проявлениях! Это может быть и поход на экзамен или даже знакомство с противоположным полом, ну или как кому нравится! В первом случае это хотя бы шпаргалки, а в лучшем виде- учение! Во втором, это минимальный хотя бы сюрприз, ну и не полениться узнать предпочтения и привычки новой пассии!!!

И главное уверенность, и правильный посыл, а именно:

Добрые намерения, хорошее настроение, и отчетливое понимание и уверенность того, что вы все знаете и умеете!

\* \* \*

## ДРУЖБА

Мы такие все разные и в то же время одинаковые! Привыкшие отождествлять все со своим личным восприятием, как души, так и разума! Примеряем свои наряды на других людей, думая, что они станут ближе! Пытаемся найти родственные души среди безликих клонов чего-либо и кого-либо...

Всегда в любых ситуациях разумен совет: остановиться, успокоиться, сбросить попытки поиска и сравнения!

Здесь необходимо задуматься над вопросом- А стоит ли продолжать поиски настоящих друзей??? Нет! И это факт!

Приятные для общения и времяпровождения люди всегда находятся сами, просто так, можно сказать случайно!

Это не желание, и не принуждение, а просто намерение души! Вы просто идете по жизни и на пути вам встречаются люди, которые не только заслуживают, как вам бы хотелось думать, но просто идеально подходят вам в качестве друзей!

Поясню... Вы общаетесь, иногда встречаетесь, просто передаете ту или иную информацию и можете спокойно контролировать свои эмоции с этими людьми, по той причине, что вам нечего делить и нет смысла показывать свою значимость. Все безвозмездно и просто так!

Многие возразят: какая же это дружба!!! Так- общение! Вот и нет... Ошибаетесь! Это самая что ни на есть **НАСТОЯЩАЯ ДРУЖБА!**

А эмоции, ревность, придирки, претензии и так далее оставьте для своих личных мозговых и никому не интересных игр! Дружба, как и любое другое чувство скрепляет своим спокойствием и наивысшей степенью толерантности!!! Позвольте вашим близким людям быть собой, без лишних эмоций, а они ответят тем же!

Вот оно настоящее чувство! Оно несет за собой глубокий смысл преданности, которая выходит из однородного равенства и уважения друг к другу!!!

\* \* \*

## ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬ ТЕЛА НА УРОВНЕ НЕЙРОНОВ

В любом деле, и это не только касается спорта, в целом, есть закономерность: знаю, чувствую, значит отдаюсь с душой и пониманием. А следовательно – все получается, как задумано!!!

Но знание и упорство, не значит прогресс и успех. Разберемся...

Скажите, были ли Вы в шкуре спортсмена профессионала? Если да, то Вы наверняка знаете, как это не легко! И это я еще мягко сказал! Мы читаем, смотрим, потом стремимся подражать, идя на все это любыми способами... А именно поглощая непомерное количество спортивного питания, БИО добавок, витаминов и так далее, я молчу про фармацевтическую поддержку. В том же направлении идет и наш тренинг-загоню себя до изнеможения и стану похож на того или на ту... Сам не знаю, что хочу и не понимаю зачем! Неимоверное количество времени уходит на «железо» и сопутствующие его атрибуты! В итоге на личную жизнь не остается времени! Мы едим, потом это сбрасываем, мы худеем, потом стараемся нагнать мышечную массу. Гуляем на праздниках и потом вообще умираем в спортзале, ведь помимо вкуснейшей пищи добавляется алкоголь, и Бог знает, что еще!

Ладно бы все это с улыбкой и приятным настроением. А то получается в тягость и невероятным шлейфом начинает копиться гряда депрессий, которые выливаются в более глобальные проблемы! А все потому, что мы не всегда можем позволить себе уделять время спорту и диетам.

Вот и получается зависимость и закономерность: держу в руках, чувствую себя хорошо, отпустил- жизнь рухнула! И толпы, подсаженных на фитнес индустрии (я не говорю, что это плохо, наоборот, но самый главный вывод вы поймете из ниже прочитанного), просто бояться уйти от системы и нарушить хотя бы одно правило своего распорядка!

Теперь к сути! Все сводится к тому, что вы просто спите и не хотите понять одного: можно совмещать все, без вреда для какой-то конкретной цели!

А для этого нужно всего лишь найти способ познакомиться со своим разумом и конечно же душой!!! Просто успокоиться и забыть ту важность, которая Вас донимает в этом вопросе! Любое лишение и сопротивление идет против природы, вы просто плывете против течения... Наверно стоит понять, что размеренный и научный подход к спорту никому еще не повредил. Можно спокойно заниматься три раза в неделю по часу или хоть каждый день, но минут по двадцать, при этом более-менее правильно питаться и позволять себе слабости, не унижая свои возможности и запросы. Так как повторюсь: лишение ведет к срывам, и потом сами себе объясняйте какие Вы крутые и спорт – это, Ваш образ жизни! А таких зазнаек, выброшенных на обочину жизни, которые стремились, но не знали для чего огромное количество!

Но не будем о плохом!

Главная Ваша цель, это понимание того, что если Вы занимаетесь и не чувствуете настоящей эстетики и чувственности Ваших мышц, или соблюдаете диету, но она Вас тяготит- ТО НИ ОДИН ТРЕНЕР И ДИЕТОЛОГ Вас и на шаг не приблизит к этому, пока Вы сами не проснетесь и не начнете думать...

А может кто-то Вами просто манипулирует?

Но это другая история!

В общем, разобраться в своей чувствительности я Вам помогу...

Дам старт через консультации или тренинг, а дальше Вы уж сами! Так как лучший тренер, и психолог для себя- Вы сами!!!

Поймите только одно: в этом мире все везде зависимо и покрыто многочисленными обязанностями и невидимыми нитями кукловодов... Позвольте себе тишину и спокойствие, любовь и уважение!

\* \* \*

## ОДИНОЧЕСТВО

Одиночество... какое странное и покрытое мрачными размышлениями понятие! Оно идет с детства, с тех уголков разума, где хранятся бабайки, страшилки и волчок, старающийся все время ухватиться за бочок!

Мы боимся того, что плотно стало озарять наше сознание. Ведь одиночество, как и другие непонятные и динамически развивающиеся аллегории (знаю, но не понимаю) плотно приросли к нам пятном разочарований и ненужных штампов!

Если это не интересно, закономерно- можете спать дальше...

Если же все- таки есть некий интерес, то тогда продолжим!

Мы всегда чувствуем какое- то уныние и разочарование... Потом мы стараемся сформулировать и подытожить свои мысли и на деле выходит, что все это тянется шлейфом заоблачного- Я ОДИНОК!

Но если оглядеться и как следует поразмыслить... Вокруг: семья, родные, друзья, товарищи, сослуживцы, прохожие и так далее!

Но мы тут же начинаем копать в негативных мыслях и получается, что- семья уже не семья... родные раздражают, друзья предают, а об остальных и не хочется даже думать.

Получается мы такие одинокие и несчастные, что даже улыбка не может озарить лицо, мышцы становятся такими непослушными и заставляют корчить гримасы!!!

Конечно, в одной статье не объяснить, как наслаждаться жизнью и считать себя полноценным человеком... Но научиться хотя бы радоваться мелочам и окружающим нас людям можно!

А начать лучше с себя. Просто ловить себя на мысли, когда легко и весело и стараться продлевать это состояние и дальше. Просто вспоминая эти моменты во время надвигающейся депрессии. Не просить, не требовать, не заставлять других.

Заниматься собой... Помогать другим. И остальным станет комфортно от этого. Но не становиться марионеткой и беспрекословно выполнять распоряжения... Лучше отстраненно помогать, думая о своем. Если же Вас все равно заставляют и придираются по всяким мелочам, просто отпустить ситуацию и не замечать этого. "Липкая среда сама отстанет»!

Всегда имейте запасной вариант и страховку, подкрепляйте себя знаниями, не становясь конечно же занудой...

После работы над собой просто еще раз оглянуться на окружающий мир. И Вы поймете, что там стали все какими-то близкими и родными. Радостными и хорошими.

Но даже если в Вашей жизни есть всего один человек... То вы уже не одиноки... Вы уже полноценны и богаты душой! Так посвятите свою жизнь ему и себе, этого будет достаточно! Потому что в поисках расположения у остальных может незаметно пролететь Ваша красивая и прекрасная жизнь!

\* \* \*

## ОТДЫХ НЕЗАВИСИМО ОТ ОТПУСКА

Представляете, как хорошо на море...!!! Песок, пляж, ласкающее солнышко!

Стоп... Так можно мечтать вечность, или как минимум от поездки до поездки. А она может быть три раза в год или один, а может раз в три года!!! Все это абстрактное гадание...

– Разберемся.

Трудоемкое занятие – ведение делами подходит к концу и остается неделя до отпуска. Настроение уже на пятьдесят процентов приподнятое, но еще мелкие заботы и ощущение, что еще ЦЕЛУЮ неделю ждать не дают полной душевной радости!

Можно было бы разобрать вопрос, как поднять до ста процентов состояние блаженства в эту неделю ожидания... Но это не наша цель. Главное нотка позитива имеется и это уже хорошо!!!

Так вот... Вы собираете последние вещи, как обычно за час до Вашего объекта наземного, водного или воздушного транспорта. И все... Удача... Просто Эйфория!!! Если вы, конечно, не совсем дремучий ворчун, то Ваш отпуск будет проходить в самых прекрасных ощущениях!

Вспомнили? Я об этом и говорю! Класс!!!

А теперь на секунду закрепите это впечатление и постарайтесь записать на жесткий диск вашего разума! Отлично!

– Так к чему я это все? Да к тому, что каждый будничным день, но по крайней мере каждые выходные можно проводить именно так, как самый незабываемый и радостный отпуск!

Объясню, как:

1. В преддверии выходного, постарайтесь запланировать свой отдых:

а. Расписать свои мероприятия.

б. Собрать вещи или продукты необходимые вам на пикнике или кому, где нравится.

в. Найти положительный настрой и прокрутить приятные моменты, которые могут случиться в эти выходные.

2. Ну и наконец, если это для Вас очень сложный процесс, то просто вспоминайте свой ошеломительный отпуск и старайтесь эти чувства нести с собой в течении всех выходных!!!

Всегда легко расстраиваться и горевать о том, чего нет! Сетовать на то, что пока далеко от Вас!!! Труднее настраивать себя или просто получать удовольствие от того, что уже есть...

Но выбор за Вами!

Успех знаменитых и красивых в их доброте и радостном настроении!

\* \* \*

## МАЛЕНЬКОЕ ЧУДО

Глубоко- глубоко в сердце, а можно сказать в самом сокровенном месте человека, всегда есть бесценный клад. Клад души, повторю для инакомыслящих...

Нет, он не блестит, он просто озаряет все сущее и людское! К нему не подобраться, не схватить и не присвоить. Нельзя украсть или опорочить!

– Святой Грааль всего земного...

А если приземлиться до простых вещей, то можно назвать этот клад – любовь к самому дорогому человеку на земле! И не важно кто это! Мама, папа, жена, сын или дочь... Этот список бесконечный!

Но это сокровище ничем не омрачить и не стереть из памяти! Нет в природе таких сил, которые смогли бы переломить само ощущение трепета к этому кладу!

А представляете... Эта искорка не одна. Вы ее несете через жизнь, но помимо этого очарования зажигается еще одна. Пока ее свечение не такое яркое, но зарево уже обволакивает сердечные струны. Да так, что эта прогрессия развивается очень стремительно и захватывает мысли и прописывает новый код человеческих чувств!

Новый предмет очарования нисколько не помеха старому кладу... Наоборот они воплощают в себе тандем вселенского счастья! Все в совокупности и невероятной идиллии.

И каждая вновь зажженная искорка создает единый организм, под названием – ЛЮБОВЬ, а я бы еще назвал ДОБРО!

Так все просто и ненавязчиво, легко и с неким спокойным очарованием!!!

– И если следовать этим до невероятности обычным правилам, а именно – открывать сердце, распахивать душу, навстречу подобному свечению...

– Вот Вам и получается обыкновенное человеческое чудо, под названием – СЧАСТЬЕ!

Будьте открытыми и добродушными!

\* \* \*

## ОТНОШЕНИЯ МЕЖДУ МУЖЧИНОЙ И ЖЕНЩИНОЙ

Я проснулся от социума... забыл все свои обиды и страхи. Постоянная улыбка на лице заставляет других думать, что-то не так или пора задуматься над своей жизнью...

Но все это пустое! Так как нет ничего прекраснее, чем отойти от вечного человеческого сна и посмотреть на все со стороны! Уже не то чтобы вооруженным взглядом, а просто отстраненным!

Это помогает заниматься привычными делами находясь у себя внутри, но в то же время за пределами вселенной...

Начинают меняться люди, а для понимающих всю глубину вопроса – начинаешь меняться ты, твое мировоззрение ко всему сущему!

Прежняя семья и дорогая когда-то сердцу жена! Да-да повторюсь когда-то. Так как теперь это чувство нельзя назвать дорогим, оно бесценно!!! По-другому начинают играть глазки любимого человека! По-другому льется его ласковая речь!

Все восприятие полностью меняется! Ты ощущаешь блаженство от мысли что ты не **ВСЕ ЕЩЕ** любишь, а любишь **СИЛЬНЕЕ**!

Иногда твой плод любви не сразу это начинает понимать. Нужно время, чтобы твоя вторая половинка поняла – ты изменился, ты другой. Более одухотворенный, более не земной.

Пускай твоя кровинушка еще немного покапризничает и подует губки... Но, если ты проснулся ото спячки, ты точно знаешь, что это твой человек и он прописан тебе твоей жизнью. Это и есть твоя стезя! Конечно же не забывая про свою душу! Ведь она модница и прекрасная эгоистка... Но что же? Так и должно быть. Переполюя свою душу, она начинает дарить тепло, ласку, любовь и **ДОБРО** всем остальным!

Немного главное терпения!!! Все встанет на свои места. И жизнь заиграет более качественными и цветными красками!

– Любите себя... Окружающих... **СВОЮ ВТОРУЮ ПОЛОВИНУ!**

Эти чувства сделают Вас самым сильным и счастливым человеком на земле!!!

\* \* \*

## ЭНЕРГИЯ ЛЕСА

Тихо... Тихо... Совсем не слышно доносится стон деревьев. Он воспроизводится от качания на ветру. Эта непонятная, но приятная слуху песня доносится из глубины самой чащи.

Утренняя роса дополняет невероятно прекрасный ковер из сочной, зеленой травы. Такое безмятежное спокойствие и тишина. словно все земное притихло для восприятия вселенских вибраций. Конечно же во благо и для душевных утех.

– Именно так можно описать любой поход в лес! Он сравним с самым изысканным предвкушением всего желанного и дорогого!!!

Как много было фраз про то, что чистый воздух пьянит и создается легкое головокружение, от некой загадочной эйфории. Которая создается сильнейшим заполнением легких чистейшим воздухом!

Вы реально верите, что кислород отличный от городского может вызывать легкий, приятный галлюциногенный эффект?

Давайте я соглашусь, так как в любом мнении есть правда. Тем более скептики скажут, что это доказано учеными. Ведь при попадании большого количества этого вещества через кислородную маску, наступает самая, что ни на есть сильнейшая эйфория!

– А, может серьезный мой читатель посмотрим на это с другой стороны... Так как кислород подается через маску, совсем не природный, а искусственный... Не пойманный в чистом природном лесу... А, созданный в лаборатории. И пускай говорят, что он идентичный, но все же созданный человеком!

– С другой стороны, это когда пьянит не воздух, а энергия леса, энергия вселенной! Когда нет шаблонов города, созданных человеком. Нет нагромождений и защитных экранов от естества космоса!

Именно в эти минуты приходит понимание, что ты един со всем сущим! С Богом начинаешь общаться на ТЫ! Без посредников и навязанных стереотипов. Не нужно практик, медитаций!!!

– Это, и есть истинная энергия, данная нам СВЫШЕ!

Просто подумайте об этом. И Вам станет радостнее и приятнее на душе! Сразу найдутся причины посетить лес и его прикрасы, дары и великолепие!!! Эти сказочные походы одарят Вас такими запасами энергии, что жизнь станет легче, намного легче!!!

Вернется улыбка, спокойствие!

Любовь заиграет новыми красками!

Цените подобные ощущения! Ведь в них единение ДУШИ И РАЗУМА!

\* \* \*

## СПРОСИТЬ РАЗРЕШЕНИЕ НА СУДЬБУ

Мир... Его невероятная широта и душа... Да- да, у мира есть душа! А как же иначе. Если мы все созданы по подобию, то и каждая частица во вселенной идентична! Прекрасна по- своему, но так похожа на соседнюю и на все целое, что существует! И душа этой частицы или всего целого прибывает в реальности!

Я не буду рассуждать на тему того, что наша материальная составляющая мира не реальна, а метафизическая основа и есть то целое, что называется РЕАЛЬНОСТЬЮ!

У каждого свое мнение на этот счет! И я с ним соглашусь!!!

Но без всякого фарса пытаюсь подвести контекст этого монолога к тому, что наш мир как зеркало! Вернее – это, и есть зеркало! Об этом много уже сказано, но, чтобы это понять, нужно миллион раз прочитать, с наложением множественных точек зрения и мнений! Ум един, но отдельный разум может через свою душу донести информацию по- новому!

Вернемся к миру и тому, что он зеркальный! Все что мы мыслим и делаем, наш мир отражает с невероятной точностью!!! Мыслим позитивно, получаем радость и счастье. Мысли в русле "все плохо», ответ тут же незамедлительный в виде неудач и разочарований!

Но не будем о плохом. Его и так много в окружающей «атмосфере»!

– Может кто- то уже задаст вопрос: а к чему здесь судьба? И тем более разрешение на нее???

– Отвечаю...

Так как мир в целом и наш, каждого в отдельности зеркален. То мы можем вершить свою судьбу. Иными- словами творить свою стезю... Невероятно, но это факт! О методиках и способах рассказывать не буду, это давно везде описано. Тем более если вы проснувшийся человек от социальной спячки. Вам это вообще не нужно! Ну а если нет просто пока послушайте красивые слова. Они тоже имеют свой позитивный код!!! А прикосновение добра или хотя бы подобных мыслей подарит Вам новый счастливый день!

И совсем непонятно почему люди прибегают к помощи экстрасенсов, гадалок и прочих вещателей судьбы, и кто вообще сказал, что она, судьба едина и прописана "цифрой" ВСЕГО СУЩЕГО???. Для упрощения назовем их зеркальными специалистами... Нет, я не говорю, что им не верю!!! Даже наоборот, метафизическая струнка просветления, это главенствующая составляющая моего мироздания!

Я имею в виду, зачем прописывать себе жизнь через посредников???. Так- сказать СПРАШИВАТЬ РАЗРЕШЕНИЕ НА СУДЬБУ???

Может стоит задуматься о том, что она в Ваших руках! Именно... Только в Ваших! То, что мысли материальны, и мы созданы по подобию вселенной, Бога все знают! А вот то, что мы способны управлять своей реальностью, это прям какой- то для всех казус, что-то инородное!

Нет... И еще раз нет!

Немного остановитесь... Восстановите дыхание... Скиньте гнет навязывания... Перестаньте жить под диктовку!!!

И Ваш мир повернется к Вам лицом! Поможет! Согреет! Одарит улыбкой!!!

Позвольте себе быть собой и вершить свою судьбу!

Шаг за шагом создавайте свою реальность, Развивайте свои умственные способности, больше читайте, занимайтесь спортом, употребляйте правильную пищу, чаще бывайте на свежем воздухе, очищайте свои энергетические каналы!!!

Выкидывайте ненужную информацию и начните наконец- то любить себя!!!

Ваша жизнь только в Ваших руках!

\* \* \*

## ДИЕТА, КАК ПРОЯВЛЕНИЕ ДОБРА

Есть мучительные сомнения по поводу Вашего веса, внешнего вида и состояния кошелька! И всякими изощренными способами Вы начинаете себя изводить. Сначала это просто легкое подшучивание над собой. Затем громкие высказывания в свой адрес при посторонних. А дальше хуже, дальше сплошная непролазная брань своего Эго!

А потом мы говорим хватит! Я могу измениться! Мне надоело так жить!!!

Ну да конечно надоело... Ведь именно Вы сами и изводите себя! А это не только в мире, где есть некое скопление знакомых, друзей и прочих людей. Но еще и в общении тет-а-тет с собой! Получается постоянный непросветный укор личному Я!!!

И начинаете Вы конечно же с самого, что ни на есть "на слуху" понятия, как ДИЕТА! Поясню для тех, кто не очень осведомлен данной темой: Диета- есть любое проявление и течение процессов, связанных с Вашим питанием!!! А не как многие начнут возмущаться: Я не худею! Набирать вес или не включать в рацион мясо или кому как нравится тоже диета.

– Тут начинается самое интересное...

Берем книгу или открываем интернет и впитываем всю информацию, которая там заложена. Досконально изучая все самые заумные слова и формулы. Ведь их нам написали осведомленные люди, которые "слизали" этот «гранит науки» из источников, опубликованных от имени ученых!

И опять мы прибегаем к посредникам и начинаем ворошить свою судьбу под диктовку. Забывая о том, что самый лучший специалист в диетологии это Ваш – ОРГАНИЗМ!!!

Да, да, именно, Ваш организм! Какой извините дядя Вася сможет Вам точно сказать, что необходимо Вам??? Да хоть будь он трижды лауреат всех самых крутых ученых степеней на земле, со званиями супергероев! У каждого своя выгода и заинтересованность, а не как Вы думаете – ПОМОЧЬ ВАМ!!! На всех жизни не хватит!

Я ни в коем случае не ругаю или осуждаю ученых мужей! Они просто ЗОЛОТО нашего мира! Умы и гении своих отраслей!

Я говорю про ненужную массовость и безликие советы, про навязанную помощь, которая ищет только материальную выгоду!

Остановитесь! Подумайте немножко! Эти минуты спокойствия помогут Вам осознать, что вы талантливы, умны и красивы!

Начните возвращать своему Я былую привлекательность! Снова почувствуйте уважение к себе! ПОЛЮБИТЕ СЕБЯ!!!

– Кто, как не Вы, сможете по достоинству оценить себя, посмотреть с новой красивой и привлекательной стороны... И начать не издеваться над собой, а размеренно корректировать свое Эго, а потом и организм в целом!

Гуляйте чаще в лесу, занимайтесь хотя бы ходьбой, я не говорю о глобальном спорте! Прививайте себе чистоплотность! Старайтесь правильно питаться, не лишая себя всех прелестей, просто в определенной норме! Ведь в лишении- есть глобальный срыв! Анализируйте, что вы едите! Для начала можно даже взвешивать продукты, примерять на себя нормы, но не идя вразрез со своим организмом!!! Он Вам всегда подскажет, что Вам необходимо, а что будет создавать дискомфорт! Балую постоянно свою оболочку (тело), не задумываясь о ее процессах, урчание, дискомфорт, тяжесть, Вы неукоснительно засоряете организм!

Норма питания должна стать не правилом, а необыкновенно легкой и приятной привычкой!!! Тогда все вредные привычки отпадут сами собой!!!

Любите и уважайте себя! Прислушайтесь к своему организму и душе!

\* \* \*

## ЛЮБАЯ ОБЛОЖКА, ЕСТЬ ПОДСКАЗКА К СОДЕРЖАНИЮ

Книжный магазин... Атмосфера уединения и спокойствия. Ровными рядами покоятся новые шедевры, пусть копии, но чьего-то таланта. Я опьяненный от ощущения умиротворенности, неспешно оглядываю ряды. Вроде мой раздел...

– Нашел!

Неспеша достаю увесистую книгу. Начинаю вдумчиво знакомиться с содержанием. Увлеченный своим красочным занятием не замечаю обстановку вокруг меня...

Меня отвлекает немолодая, но привлекательная женщина. Она нервно разглядывает полки и в нетерпении отыскать необходимую причину пребывания в магазине, начинает негромко всхлипывать от горестной обиды.

– Что случилось?

Негромко, подойдя, спрашиваю я.

– Совсем запуталась, не могу отыскать хорошего автора- психолога.

– Что конкретно Вас интересует? И в чем проявляется этот поиск?

– Сын... Хочу найти детского писателя- психолога, но не знаю, как выбрать... Вот посоветовали этого автора... Наверно его возьму.

Я оглядел книгу и сразу понял, что выбор не правильный. Подсказало профессиональное чутье!

– Давайте разберемся... Что случилось и сколько ребенку лет?

– Мальчик...

Продолжила она.

– Совсем извел меня! Сил нет! Только все во вред... Все назло!!! Руки обрываются, совсем покоя нет!!!

После таких слов я подумал, что мальчику как минимум восемнадцать, и он скорее всего в запое или алкогольном, или умственном!

– А, сколько все-таки ему лет?

– три с половиной!

Злостно ответила она.

Я расплылся в улыбке. Только одна мысль промелькнула в голове: насколько люди погружаются в проблемы и не понимают, что они иногда легко решаются, главное позитивно нужно мыслить и не спать во время "ходьбы"...

– Три с половиной, это большой срок, чтобы Вас извести... Давайте я Вам посоветую! Ну ка посмотрим, что Вы выбрали...

– " Пора действовать, пока ребенок не завел Вас в могилу»

Прочитал я название книги.

– Это, Вам совсем не подходит... Вот смотрите еще несколько авторов, которым место в топке!!!:

«Ребенок- сущий дьявол, способы борьбы», " Как уберечь себя от деспота»... Прочитал я.

– Ну скажите мне любезная... Как ребеночек, да еще которому, и четырех лет нет может быть дьяволом и деспотом??? Ведь любая душа, пришедшая на землю, наивно протягивает свои ручки, хлопая глазками... Она готова впитать и воспринять от этого мира все, что он ей подарит!!! А на сегодняшний день мир Вашего сына – это, ВЫ!!! Кто, как не вы подарили ему именно этот характер и поведение и именно вы накладываете на ребенка свое настроение!

Нужно помириться с кровинушкой! Одарить его теплом и добром! Любовью и лаской! И все вернется в сто раз сильнее и радужнее!

Женская ужасная гримаса сменилась на нежную улыбку...

– А, что же выбрать?

– Всегда ищите подсказку в обложке... Если это ребенок, то он в априори ангелок и нужно искать только добрые и пропитанные любовью названия! Вот одно из них... " Нежный ангел всегда со мной». Давайте посмотрим на автора... Женщина, детский психолог, мать троих детей!!! То- что нужно! Это человек, который пропитан любовью к детям!

– Спасибо огромное!!!

Слезы радости потекли по щекам женщины...

– Дай Бог Вам здоровья!

Бегло сказала она и торопясь удалилась.

Добра Вам!

Крикнул вдогонку я.

Дорогой читатель. Этот рассказ не для красного словца! В нем глубокий смысл! Всегда смотрите на обложку, будь- то книга, вещь, организация или человек! Вчитывайтесь в нее, в содержание. Ищите подсказки! За красочными картинками всегда отыщется истина!

Живите осознанно!

\* \* \*

## **Я – ОТРАЖЕНИЕ МИРА**

Есть во вселенной уголок безмятежности и спокойствия для Вас! Он прекрасен, загадочен, полон приятных неожиданностей и таинственных очарований!!!

– Это, Ваша душа!

Она как ребенок... Тихонько сидит и ждет, когда на нее обратят внимание. Когда просто подарят ей улыбку. Нежно заговорят с ней. И хотя бы чуточку раскроют к ней объятия... Объятия настолько дружелюбные, на сколько она по-настоящему этого заслуживает!!!

А за непроглядными стенами нашей рутины, под названием жизнь, она действительно заслуживает особого и трепетного отношения!

– Охарактеризуем нашу душу, как мир... Наш прекрасный и богатый всем духовным великолепием – МИР! Он является нашим отражением... Отражением мыслей, действий, поступков и даже привычек. Это точная копия нашего всецелого Я!!!

Мы вносим прекрасное настроение в свой "рацион" и тут же получаем незамедлительную реакцию! Мир награждает нас позитивными эмоциями с процентами! Мы заполняем все вокруг радужной аурой... Душа приносит на блюдечке радостные новости! У нас творятся добрые и благие дела... Мир тут же осыпает нас щедрыми подарками и благами!!!

Не нужно только ворчать... Если Ваш мир не заботится о Вас... Значит он как точная копия передает ВАШИ МЫСЛИ, ПОСТУПКИ И ДЕЙСТВИЯ!!! Что даете в свет, то обратно и получаете!

Не нужно каждый день истязать себя вопросами, что такое вселенная и все сущее... Ведь это всего лишь Ваш мир!!! Ваше отражение! Посмотрите на себя в любое отражение, хоть даже глубокого водоема, загляните в центр своей оболочки... отпустите все знания, которые затолкали в течении жизни, в свой разум! И Вы поймете...!!! Что все вокруг в точности повторяет то, что у Вас внутри! Микро и макро- они неделимые! Все идентично!

А вопросами всегда можно засорять свой мозг, так и не найдя ответ! Для примера возьмите зеркало и встаньте напротив другого зеркала... Что Вы видите??? Бесконечность! Где ответ на вопрос, что там и где кончается? Вот именно... Стоять и рассуждать будете долго!

– Весь смысл этих строк прост!

Старайтесь осознанно мыслить и действовать! Вы получите такой вопрос, какой зададите ответ! Так же и с действиями... На добро- добро!!!

И на этом остановимся! Ведь именно для счастливой жизни Вы были рождены!

Полюбите себя! Полюбите окружающих! Чаше дарите улыбку и искреннюю нежность!

Вам это воздастся!!!

\* \* \*

## ДЕНЬГИ – ИСКАЖЕННАЯ ЦЕЛЬ

Погоня... Извечная гонка за выживание!

Все скоротечно... Так нетерпимо и раздражительно!

А куда весь этот марафон направляется? За новой и счастливой жизнью? Она там за горами и на нее нужно копить... вкладывать и снова копить! Железные колесницы, раз в год новая... Каменные или деревянные коробки, обязательно с улучшением в пять лет! Детям... Внукам... из поколения в поколение... Только накопленное не всегда радость приносит... Ладно если богатство талантливого человека, которое он даже не считает. Занимается собой и своим творческим процессом, а капитал почему-то растет! Так он на злобу дня, для всех и раздает еще его на благотворительность...

Эээх... Нам бы так! Весело, без проблем и богатеть! Деньги... Деньги...

– Нет дорогие мои... Так не получится!

Либо счастливо, не считая, и отпуская любое желание нажиться. Либо копить всю жизнь на счастливую старость и потом все равно быть расстроенным до смерти, что годы ушли, а безмятежная радость так и не пришла!!!

– Можно отвлечься... Забыться... Убежать на месяц в отпуск... Но возвращаясь в строй "муравьиной бригады" снова опутать себя кандалами узника социальных нужд! Одеть маску победителя с озлобленной гримасой, и погнали по кругу!

Наверно стоит иногда выбираться из этого замкнутого пространства? Убегать в себя! Прислушиваться к своему сердцу! Общаться со своей душой! Спячка, она, конечно, помогает от напряжения, но это мимолетный самообман!

И всему виной страхи: за родину, за налоги, за несуществующих бандитов, которые придут и даже страшно подумать, что сделают!

**СМЕШНО!!!**

**БЕЗУМНО ВСЕ ЭТО СМЕШНО!**

Необходимо чаще быть в гармонии с собой! Природа! Путешествия! Интересная, но только позитивная литература! Чаще улыбаться внутри и дарить улыбки окружающим! Не бояться быть осмеянными, ведь в добре и красивой улыбке нет ничего постыдного!

Даже если близкие Вас не понимают и не верят в то, что можно просто быть добрым и независимым... Не навязывайте им свое мнение! Тихонечко про себя любите их и находите просто рядом!

А меняйте в первую очередь свой внутренний мир!

Любите то, что любит проявление любви! Вот он Ваш замкнутый круг на всю вечность! В нем ничего не страшно! Это пространство под названием- ДОБРО всегда будет оберегать Вас и заботиться о Вас!!!

\* \* \*

**Я И ТЫ**

Я МУЖик... Зверь... Мне нужно потреблять мясо и озираться на свой "прайд" с высоким взглядом победителя... Кто... Куда... И где? Я все вижу... И не важно стал ли я эталоном идеального мужчины для своих родных, ведь я умею рыгычь...

Увидели свой портрет дорогие мужчины?

Я увидел...

И не важно этот портрет прошлого или настоящего, но у большинства он имеется!

Множество причин назвать слабых и ранимых- более худшими, чем мы сами, "творцы вселенной»...

Куда не глянь везде создаются группы, в том числе и религии, которые пропагандируют патриархат!

Я закончил... Плохой отголосок неких душевных струн отпустил... Нет больше этих слов и нареканий... Послушаем на секунду тишину... Глубоко вздохнем и выдохнем, с еще большим усилием! Но так чтобы полностью очиститься, освободиться!!!

Теперь можно сказать- я МУЖЧИНА, мои глаза полны радостью и любовью!

Я обожаю все, что вокруг меня! И в первую очередь свою СЕМЬЮ!!! Свою АНГЕЛО-ПОДОБНУЮ ЖЕНУ и маленьких бусинок, детишек!

Я переполняюсь ДОБРОМ!!! Мое сердце вновь ликует и заполняется теми далекими детскими ощущениями, которые легко и непринужденно играли с моей райской душой, когда я отдавал целиком и полностью свою непомерную любовь МАМЕ!

Если у Вас еще не завибрировало сердце, то я продолжу, уважаемые мужчины!

Бывают моменты, когда мы понимаем, что наши "вкусные" половинки, наши любимые женщины подарили нам вторую, вновь наполненную самыми яркими впечатлениями, непомерно радостную ЖИЗНЬ! Именно эти моменты делают нас по- настоящему благородными МУЖЧИНАМИ И ДЖЕНТЛЬМЕНАМИ, во всех своих проявлениях! Мы становимся чуткими, добрыми, верными и по- настоящему заботливыми!

Как вернуть эти ощущения?

– Просто...

Просто быть собой! Не впускать в себя навязанные мнения и расторопные сплетни! Просто открыть свое сердце! Убрать важность своего Я!

Не разговаривать на тему: " Извини», " Я больше так не буду», " Давай начнем заново», а просто БЫТЬ РЯДОМ!

Просто любить! Тихо, громко, непомерно и волшебно!!! Так, как подсказывает сердце, а не хитренький УМ, со своими глупыми, навязанными временем и традициями- стереотипами!

Дарить добро! Даже если еще тишина в отношениях, просто мысленно, но честно дарить ДОБРО!

Они наши сладкие и милые сердцу конфетки! Наша ДУША и идея! Вера и стремление к лучшему!

Как можно не дарить любовь тому, без кого не можешь жить? Никак... – Так вот пробуем... Стараемся... Пока просто поступками, мыслями... А, потом и словами, но уже не громкими... А самыми чистыми и исходящими из сердца!

Я и ТЫ – это, то, что должно быть в Вашем сердце! Ваше кредо и молитва на ночь!

Любите и цените себя... Именно эти чувства и качества помогут Вам любить и ценить всех окружающих!

\* \* \*

## **ВЫКИДЫВАЕМ СТАРЫЕ ВЕЩИ**

С чего начать новую жизнь, когда все надоело и подошло к своему тупику?

Подскажу маленький и коротенький путь к очищению своего сознания... Как многие скажут путь к осознанности!

Но наблюдая за большинством "осознанных" и "вышедших, якобы из спячки», прочитавших правильную литературу, просмотревших бесконечное количество видео в интернете, даже принимавших психотропные средства...

Я понял одно:

– Многие просто смотрели, читали и принимали!!!

Смысл не в том, что нужно это делать на бегу, пытаясь утолить жажду осуществления конечной цели!!! Он в том, что нужно изучать, вникать, верить, и использовать полученные знания на практике!

Как это часто бывает... Человек познал информацию, закинул все куда-то далеко в чулан своего ума... И все... Подмигивает теперь тому, кто тоже что-то, где-то быстренько урвал... И говорит при этом: "Ну мы-то друг друга понимаем, мы ведь осознанные»!

Что получается? Слова выходят... Но не то, чтобы действия, но и мысли старые!!! Вот и весь итог. Где начал пачкаться, там и остался!

Никогда человек не выйдет из замкнутого круга рутины-недовольств, обид, злости, недоверия и так далее..., пока не выбросит старые стереотипы и привычки! Все они лежат на шее тяжким грузом... И каждый день прибавляет в весе эта непомерная ноша!!!

Это было небольшое пояснение, почему статья называется "Выкидываем старые вещи «... Теперь окунемся в волшебство своего реального и нового мира!

– С этим не нужно бороться, идти в укор себе... Тем более подавлять чувства! Мы существа необычайно чувственные, это заложено природой!!!

Просто необходимо выбросить все это на помойку... Как в прямом, так и переносном смысле! И начать нужно как с себя, так и со своего места пребывания: квартиры, дома, работы... Выкинуть ненужный хлам, я имею в виду старые никому ненужные вещи... А, потом очистить и себя: это лень, злость, обвинения, зависть, надменность... Перечислять можно долго!!! Не забудьте только про тело: это вредные привычки употребления всего, что отравляет организм! Как тяжелая и вредная пища, так и любой увеселительный допинг...

Новый и светлый путь – это, чистые: разум, душа и тело!!!

Но всегда помните, любую пустоту нужно чем-то заполнять! А выбросив все обременяющее Вас, необходимо впитывать теперь положительные эмоции, дела и привычки, черпать знания и развиваться духовно!

Главное заново полюбить себя! Полюбить окружающий мир! Находить положительные моменты во всем! Каждый произошедший момент, не укладывающийся в вашей голове принимать за положительный, как добрую шутку судьбы... Говорить себе, что это во благо будущих радостных моментов!

В начале можно просто работать над собой, помогать себе изнутри! Делать себе комплименты на свою внешность, поступки! Быть самим собой, но при этом подмечать только хорошие моменты и на их фоне строить дальнейшее будущее! Вы и не заметите, как постепенно в жизни останется только позитив!!!

И не думайте... Не спорьте... Просто проверяйте!!! Что Вам стоит??? Именно в пробах и ошибках строится весь наш мир! А в положительном ракурсе он заиграет сказочными и прекрасными переливами Вашей обновленной и чистой души!

Влюбляйте себя в жизнь!

\* \* \*

А КАК ЖЕ Я?

Это раздается вселенский крик Вашей души!!! Милый, очаровательный, но такой одинокий и непомерно страдающий по Вашему вниманию!

Он радостно плачет...

– Почему радостно? Потому что Вы еще его неотъемлемая часть...

– Почему плачет? Потому что вы отвлечены социальной жизнью!!! Отвлечены кем-то, или чем-то, но не своим сердечным просьбам! А они так красивы и пронзительны! Не навязчивы, но поистине прекрасны!

Мой мир он только мой... Тонкий и многогранный... Влюбчивый и способный одаривать приятным теплом ДОБРА все вокруг!

Никто не говорит, что это обязательно и для всех! Хотите, можете подсмотреть! А есть желание, можете поучаствовать!!! У каждого свои цели и задачи!

Но самое главное это любовь и добро!!!

Все строится только на вселенской душе... Хотите, снова повторю: на ДОБРЕ!!!

Если стало теплее и легче! Если в глубине сердечка колыхнулась нотка счастья! И ветер очарования затронул наиглубочайшие заповедники вашего подсознания!!!

То ДОБРО пожаловать в мой мир, под названием жизнь!

Да... Так просто и незатейливо!

Жизнь и есть наиважнейшая цель и сущность всех вопросов, на которые вы до сих пор ищите ответы!!!

А вести ее нужно не затейливо, со стороны... Как бы играя с ней в игру! Но всегда с любовью и самым нежным и высоким добром!

Как еще объяснить человеку, который спрашивает: в чем смысл жизни!

Просто повторять ему тихонько, еле слышно... или совсем шепотом... А, затем про себя: ДОБРО, ДОБРО, ДОБРО, ДОБРО, ДОБРО!!!

Это всегда возвращает на землю... Это всегда помогает идти дальше... Это всегда вселяет новую надежду на то, что ты все также любишь себя и ДОРОГИХ, окружающих тебя людей!

Цените свое астральное Я!

Помогайте себе найти дорожку к счастью... Здесь и сейчас... С тем, что есть! Позвольте себе быть самими собой... А, другим только теми, кто они есть!

\* \* \*

## ЗАМКНУТЫЙ КРУГ

– Я настолько самодостаточный человек, что даже и не знаю кто я есть на самом деле!  
И почему вроде я счастлив, но душевного ликования внутри не испытываю???

Именно такие запутанные мысли прокручивают многие люди в голове!

В чем разница между ответом и осознанным ответом своего личного и непоколебимого мнения?

А все не так уж и сложно, требуется всего лишь малость: просто обращаться к самому себе... Задавать себе вопросы... Разбирать их внутри себя и рационально анализировать свои мысли, поступки и действия!

Кто как не Вы сами точно ответите на вопрос: Кто я такой?

Именно Вы и только Вы творец своей жизни, продуктивной, не пустой, а по настоящему полезной!

Обращая внимание на себя, пытаюсь понять многие процессы в себе, начиная от физиологических, заканчивая метафизическими, Вы тесно начнете понимать свой путь, и свою цель!  
А это очень важный элемент взаимоотношений своего Я и окружающего мира!

Не будем разбирать соотношение вселенских масштабов и человека, как отдельную частицу... Наша задача разобраться в себе, в отношениях с окружающими и с тем, что Вас по настоящему интересует!

Как можно СУЩЕСТВОВАТЬ? А в начальном естестве необходимо счастливо жить... Так как можно существовать, не зная даже своего предназначения? Слепо следуя чужим заповедям и не известно чьей идеологии?

Нет... Конечно же можно... Слепо... и для других... Вообще только для других!

А итог: личная пожизненная неудовлетворенность! Душевная пустота!

Но есть простое решение:

– Хоть раз взять себя в руки... Попробовать перевести дух... И выйти из замкнутого круга!!! Именно цикличность всех наших событий не дает нам свободно дышать полной грудью! Но не то, чтобы, как многие утверждают начать с нуля... Прервать цепочку...

Бросить можно все... Убежать... Но от себя не удрать никогда!

В этом и состоит прелесть осознанности: вершить свою судьбу здесь и сейчас, приняв себя и окружающих в их естественном состоянии!

А следующий шаг, это не борьба, а позитивное мышление, сопровождающее рядом продуманных и взвешенных действий! Не боясь ошибок, их и нужно совершать, на ошибках строятся произведения человеческой мысли!

Принимать всю многогранность этого мира! Любить все, что с ним связано. Ибо в негативизме происходят только деструктивные события!

Чтобы было понятнее, замкнутый круг – это, Ваше разочарованное мышление... Обида на весь мир...

Вы считаете, что Вам не везет? Значит эта стадия" не везет" так и будет Вашей тенью!

Вы просто пытайтесь... Делайте первые шаги... Любые...

Ведь человек- он творец, созидатель! Все талантливы, умны и могут вершить свою судьбу! Стоит только выйти из порочного круга недовольства!

Плохие мысли – это, болезни, и душевная инвалидность!

После этих самых первых шагов, необходимо развивать свои способности и постоянно заниматься САМОРАЗВИТИЕМ!!!

относиться к себе и окружающим с уважением! Позитивно мыслить! И дарить свое обаяние, внимание внутреннему и внешнему миру!

– Помните: лабиринты сознания, это мифы!!! Ваш целеустремленный вектор всегда выведет Вас к желанной цели!

И начать нужно сегодня!!!

\* \* \*

## Я ХОЗЯИН СВОЕЙ ЖИЗНИ

Я часто смотрю на людей... Наблюдаю за их действиями, поступками! На выражение их лиц... Это без сомнения лучшая" экранизация»! Постоянно сменяющиеся маски, эмоции. Невероятно красочная, но в большинстве своем неосознанная игра! Каждый старается! Да, да, именно старается играть свою роль. И не важно кто ее присвоил... Главное следовать ее правилам!

Нередко наступают моменты в жизни любого" актера», когда роль вытесняет свои собственные амбиции, чувства, эмоции! И ему приходится слепо дальше играть свою роль, так как пустота еще хуже... По мнению многих!

Нет... Именно при пустоте бывают моменты, когда жизнь преподносит подарки: тишину, время души, осмысление своего Я! Это может случиться и в десять лет и в сорок... Но некоторые так и растворяются с общим потоком энергии в своей заключительной" точке», не испытывав тот самый дар, который прокладывает дорогу к себе любимому! Без игры и фальши. Без навязанных ролей и соответствующего грима!

Возможно, всему причина наши страхи?

Страх быть не таким, как все... Страх одиночества... Страх своих настоящих эмоций и чувств: возможно для женщин это капризность, а для мужчин трусость!!! А как известно подавление их, этих самых чувств и эмоций и ведет к глубоким стрессам, замкнутости или наоборот к неадекватности... Страх своих талантов и способностей... Страх широкой и искренней улыбки!!!

Вот и получается погоня за кем- то, или даже" чем- то" придуманными стереотипами богатства, успешности и высокой нравственности!

Многие даже не представляют на сколько все в их представлении перевернуто с ног на голову! И смотря, на истинных добродетелей и эталонов человеческой жизни, люди думают, что они пробивают все лбом!

И это самая главная и нелепая ошибка!

Все во вселенной протекает своим чередом, без упорства и самопожертвования... Мир не будет тратить энергию против позитивной воли!

Но как же тогда поступать?

– Любя... Имея только искренние и добрые чувства... Ко всему... Будь они положительные или отрицательные!

– Принимая себя таким, каким являешься!

– В ладу с собой и окружающим миром!

– Слушать зов сердца... Душу!

– Псылать положительные мысли в свет! Ведь мир- это зеркало... И Ваше "Я" отразится на Вас самих!!!

– Дарить, отдавать!

– Не просить!

– Прощать!

Ну улыбнитесь хотя бы сейчас! Когда читаете эти строки!!! Что Вам стоит? Загляните внутрь себя! Отыщите там того мальчишку или девчонку и искренне улыбнитесь ему от всей Вашей богатой и любимой души!!!

Стать хозяином жизни – ЭТО, ЗНАЧИТ ПОЛЮБИТЬ СЕБЯ И ВЕСЬ ОКРУЖАЮЩИЙ МИР!!!

\* \* \*

## СПОР

Возможны варианты положительного развития событий в споре? Нет... Спор – это, деструктивная сущность! Сущность, которая не имеет доступа к душе, ко вселенной и Богу!!!

Все пути в этом направлении давно прописаны, вне наших понятий.

– Поясню:

Любая мысль, искренне выпущенная в свет, не имеющая разрушительной силы для собственного Я, и здесь не идет речь про плохая она или хорошая... Сила душевной мысли, истинной и исходящей из недр всего потока божественной энергии не может быть связана со злом... Все во вселенной происходит по своему привычному ритму независимо от того, что мы об этом думаем- плохо это или хорошо!!!

Значит человек сказавший искреннее свое и единое для самого себя мнение- выражает свою душу, своего внутреннего Бога, свою энергию, назовите как Вам нравится! И делает это он, не задумываясь о том, что с этим может не согласиться множество других, отличных от него: религией, нормами и правилами поведения, людей! Естественно, если они не несут в своем ответе этому мнению злость и ненависть!

Но что же тогда развивает силу той самой деструктивной сущности, которую окрестили словом спор? Даже если обе стороны, не имея негативизма, просто выражают свое искреннее мнение!

– Ответ очень прост и лежит на поверхности!

## **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.