

18+

МАТВЕЙ ЗАМОРКИН

---

# Полезные размышления



# Матвей Заморкин

## Полезные размышления

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=42647511](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=42647511)*

*ISBN 9785449686817*

### Аннотация

**НЕЗАКОННОЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИЧЕСКИХ СРЕДСТВ, ПСИХОТРОПНЫХ ВЕЩЕСТВ, ИХ АНАЛОГОВ ПРИЧИНЯЕТ ВРЕД ЗДОРОВЬЮ, ИХ НЕЗАКОННЫЙ ОБОРОТ ЗАПРЕЩЕН И ВЛЕЧЕТ УСТАНОВЛЕННУЮ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВОМ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ.** Меня всегда интересовали вопросы, которые другие люди не задают, например, почему двое человек, у которых абсолютно одинаковый доход ведут абсолютно разную жизнь, почему одни, казалось бы, должны быть счастливы, но это не так, а у других есть много поводов быть несчастливymi, а они вопреки всему живут и радуются каждому моменту своей жизни. И как найти свой путь в этой жизни? Эта книга создана, чтобы помочь таким же искателям своего пути обрести его...

# Содержание

О ЖИЗНИ	5
Благодарности	5
Аннотация	6
Жизнь	7
Размышления	14
Мы думаем, что размер наших страданий велик, но так ли это?	21
А что же насчет позитива?	24
Ответственность за свою жизнь	26
Наши дела	29
Конец ознакомительного фрагмента.	30

# Полезные размышления

## Матвей Заморкин

© Матвей Заморкин, 2024

ISBN 978-5-4496-8681-7

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# О ЖИЗНИ

## Благодарности

В начале каждой книги авторы благодарят людей, которые помогли им в написании их книги. Обычно это люди, сыгравшие наиболее важную роль, сделавшие больше всего для автора. Я хочу поблагодарить за помощь в создании этой книги абсолютно всех людей, которых я знал, знаю и еще узнаю в своей жизни, потому что я искренне верю, что на мою жизнь повлияли они все. Ведь некоторые люди проводят с нами пол жизни, а потом оказывается, что они не привнесли в нее ничего особенного, другие же появившись в ней всего на несколько минут – меняют её навсегда. Кроме того, особенную благодарность я выражаю всем читателям – даже вы влияете на меня, ведь при написании каждой строчки я думал – как это будет воспринято и какую пользу принесет людям!

## Аннотация

Я много лет после окончания института проработал в технической сфере, но всегда понимал, что это далеко не все, что меня интересует в жизни (хотя бы по тому, что я, успевая выполнять свои должностные обязанности, занимался и культурно-массовыми мероприятиями, и спортивными, и ещё чем угодно, что предложат). Меня интересовали разные вопросы, например, почему двое человек, у которых абсолютно одинаковый доход ведут совершенно разную жизнь, почему одни, казалось бы, должны быть счастливы, но это не так, а у других есть много поводов быть несчастливыми, а они, вопреки всему, живут и радуются каждому моменту своей жизни.

Эта книга создана изначально как заметки человека, который прилагает все усилия для своего роста как в социальной, так и в духовной сфере. В последствии просто желание излагать свои мысли и наблюдения перерастает в желание помочь таким же искателям своего пути обрести его...

# Жизнь

Жизнь каждого человека – настолько интересна и уникальна, настолько разнообразна и богата событиями, что просто поражает как же я этого не замечал раньше на своем жизненном пути. И, вообще, что такое жизнь? Не жалкое существование, которое кто-то влачет много лет просто следуя велениям родителей, семьи, общества и еще Бог знает кого.

Разговор этот начался по той причине, что я долгое время жил, не понимая, что такое жизнь. Например, у меня нет счастливых воспоминаний детства. А может быть я их просто не помню, а может я их не хочу вспоминать. И вообще, когда началась жизнь именно у меня?

Разве считается жизнью время, когда за тебя решают всё – как тебе жить, что для тебя лучше, куда тебе пойти работать, даже как тебе вести себя с другими людьми. Чтобы начать чувствовать вкус жизни нужно просто анализировать себя, ведь это – как я считаю – один из наиболее вероятных путей, чтобы понять что нужно.

Исходя из вышесказанного у меня начала вырисовываться картина моей жизни, о которой я и хочу немного поразмышлять.

Первые проблески – это когда ты чувствуешь, что можешь что-то сделать, что-то создать, доставить кому-то удовольствие. При чем это не обязательно покупка шикарной виллы

на Канарах для своей возлюбленной.

Доставить кому-то удовольствие можно лишь нарисовав непонятные каракули на листе бумаги и сказав, что это папа, мама и я. Но вот в чем беда – не каждые мама с папой посмотрят на эти каракули как на что-то значимое, а кто-то и вообще не взглянет, а кто-то может и хочет взглянуть, но у него столько своих проблем, что он не сможет воспринять это через призму детской радости. И тут у ребенка звенит первый звоночек – а правильно ли я сделал, но несмотря на это он продолжает идти по миру и радоваться.

Дело в том, что такие каракули ему хочется рисовать хоть каждый день, хоть каждую минуту, только бы кто-нибудь посмотрел на них и сказал – как это прекрасно, но проблема в том, что воспринимать-то не всегда есть кому.

То же самое происходит с вылепленной ракетой, собранным трансформером и т. п. По-моему, это самая главная проблема человечества на сегодняшний день – мало кто видит в детях индивидуальность и творческое начало, кроме того, ребенку выдают шаблоны, которые он должен повторять день за днем. Многие испытывают радость от того, что собрали шаблон быстрее других, но эта конкуренция приводит только к более быстрому привыканию ребенка к картине нынешнего мира. Душа же его остается на сухом пайке заурядной похвалы (и то не всегда). Хочу заметить, что похвала – это конечно же хорошо, но существует огромная разница между ней и искренней радостью за свершения ребенка.

Итак, мое первое серьезное воспоминание жизни, когда я уже немного поработав и поняв, что я могу обеспечивать себя и близкого мне человека, поехал на море. Это было действительно прекрасно. Было не важно, что денег не так уж и много, что ночевали мы по пути в дешевой гостинице, мы не ели каждый день омаров, но важно было то самое чувство самореализации, важно было то, что я был счастлив сам и делал счастливым другого человека.

А может быть это было просто чувство того, что я вырвался из своего города, из которого не выезжал много лет? Да и не важно это, ведь было круто!

До недавнего времени я имел четкое представление, что некоторые люди живут совершенно неправильно, и если я им дам свой совет, а они им воспользуются, то все у них будет просто супер. Но вот в чем беда – мало кто вообще слушал что-то из того, что я говорил, а уж про то, чтобы поступить по-моему ни у кого и мысли не было.

И тут меня осенила мысль, ведь я действительно советовал им делать по-моему. Может быть в чем-то с кем-то мое по-моему и совпадает, но все равно это не является поводом делать ему именно так. Его жизнь дает ему такую же свободу выбора, как и мне.

И какова же была моя радость, когда я понял, что каждому человеку нужно свое и он это выбирает сам. Лишь когда он просит совета я должен ему помочь, но снова в его же власти принять мой совет или только прислушаться к нему

и выбросить за поворотом.

Такое мое отношение к ситуациям открыло совершенно новое понимание людей. Кроме того, я узнал, что не бывает людей хороших и плохих, все люди одинаковые, просто в разные периоды жизни совершают хорошие или плохие поступки это позволило мне не быть столь критичным в любых отношениях с любым человеком. Под отношениями я понимаю сейчас не только отношения с противоположным полом.

К некоторым друзьям я раньше относился хуже – и это было как фактором, как отталкивающим нас друг от друга, так и сдерживающим вместе. Но такие отношения между людьми нужны лишь для того, чтобы их пройти, чему-то научиться, и теперь я либо намного лучше стал относиться к таким людям, либо просто перестал с ними общаться. Самое важное то, что это принесло намного большую легкость в жизни.

Еще один важный момент – наше отношение к ситуациям. Каждый много раз замечал, что к одной и той же ситуации у всех людей разное отношение.

Например, если одного человека обрызгала машина, то он улыбнется, другой же будет намного менее позитивен. Вроде и маленький момент, но если проследить что творится у этих людей, то можно понять очень многое. Наши позитивные мысли всегда ведут нас к хорошей жизни, наши негативные мысли действуют наоборот.

Например, я никогда не понимал почему, работая в одном

месте с кем-то, я не могу себе позволить ездить на Мальдивы, а другие почему-то могут. И если вернуться к моему рассказу про мою первую самостоятельную поездку на море – вроде бы и кажется, что она была прекрасна, но через пару лет те эмоции были забыты и сравнение с другими людьми одержало верх.

С высоты прожитых лет я понимаю, что основной причиной было непонятное чувство, которое жило в моем подсознании где-то глубоко. Пока я был на море – оно притаилось и спокойно выжидало своего времени (как оказалось оно было довольно сильно и 2 недели для него были каплей в море). Но стоило мне погрязнуть в рутине как оно тут же активизировалось и начало делать свое дело. Как мне кажется – причиной тому были все те же детские каракули, которые никому не нужны.

Чувство это называется страхом, страхом того, что несмотря на наличие хорошего достатка, отношений, здоровья, все равно что-то случится нехорошее. И как обычно и происходит – наши мысли материализуются – и любые наши ожидания конечно же оправдываются.

Но есть отличная новость – лишь только человек начинает понимать это, как начинается его работа над собой. У всех она разная, занимает разное время и требует разных усилий. Но не это самое главное, а то, что человек начинает мыслить совсем по-другому – и вот уже искра надежды поселяется в нем и уже не пропадает никогда, ведь позитивные мысли

намного сильнее негативных. Человек начинает свой путь, а может продолжает, это не важно – он движется к своей цели – к гармонии с собой и всем миром.

А может быть начало моей жизни было когда мы с другом решили попить пива в первый раз? Тут я снова теряюсь в догадках с чего у детей могло возникнуть желание травить свои организмы этой гадостью – сделать вид, что мы уже взрослые? Или просто плюнуть в лицо всем взрослым, которые говорят, что это вредно?

Помню как сейчас – это была баночка пива 0,33 л под названием «Marlins beer». На самом деле баночку я купил, потому что собирал их, и в моей коллекции такой не было, но пить-то было зачем?

И вот в назначенный день и в назначенное время мы купили её!!! (кстати, продавец, сделавший это заслуживает отдельного внимания – нам было лет по 10) она была прекрасна до первого глотка, не знаю как у моего друга, а у меня до сих пор во рту вкус этой гадости. Напоминаю, всего 330 мл жидкости, такое количество чего-то другого в жаркий день даже ребенок может выпить залпом. В общем, мы ее даже не допили.

Я помню, как шел, выливая остатки зеленого змия и чувствуя полную неудовлетворенность содеянным. Уж не знаю действительно ли это было просто не вкусное пиво или пиво в принципе не может быть вкусным, но скорее я склоняюсь ко второму варианту, так как никогда его особо не любил.

Сейчас могу сказать, что этот случай также мне помог разобраться в некоторых аспектах жизни. Например, то, что я хотел получить от этого события была баночка в моей коллекции – я получил. А чувство неудовлетворения возникло, так как я еще и собирался с удовольствием выпить содержимое. Но, так как этого не произошло, отсюда и мои страдания. Вывод – не нужно ожидать слишком многого от жизни и тогда ее события не смогут разочаровать.

Итак, жизнь постоянно подкидывает нам уроки и подсказки как надо поступать, а как не нужно, но мы упорно наступаем на одни и те же грабли пока не расшибем себе лоб, и лишь тогда мы начинаем понимать что к чему.

# Размышления

Каждый человек, учившийся в школе (таких, я думаю, большинство) изучал на уроках систему измерений. Измерения, понятные для человека:

1-мерное – прямая;

2-хмерное – плоскость;

3-хмерное – общепринятая система координат.

Дальнейшие мои рассуждения о системах измерения субъективны и не являются неоспоримыми, а приводятся для лучшего понимания размышлений, приведенных в этой книге.

4-хмерное – изменение всего видимого человеческим глазом (3-хмерное пространство) с течением времени. Каждый момент мы видим новую 3-хмерную картинку;

5-мерное – изменение всего видимого, например, в зависимости от человека, который это видит. Это зависит от места, где он живет, религии, его возраста, его мироощущения и пр.;

Возникает вопрос «а не должны быть изменены местами 4-хмерное и 5-мерное пространства? Или вообще 4-м измерением должно стать какое-либо другое?», а может быть именно поэтому никто никогда не рассматривал такие понятия, потому что нельзя выделить ни одно из них и существует некое абстрактное  $n$ -мерное пространство, в котором

не понятно какие учитываются системы отсчёта.

Какие еще могут быть системы отсчёта и зачем они вообще нужны? Человек всегда пытается все описать какими-то понятными для себя категориями, интересно зачем? Просто чтобы получить известность? нобелевскую премию? денежное вознаграждение?

Польза такого описания мира безусловно есть – в школе нас с помощью этого учат развивать мозговую активность, но задумывался ли кто-нибудь когда-нибудь что такое  $n$ -мерное измерение? Можно точно сказать, что оно находится вне зоны нашего восприятия. Но если кто-то говорит об  $n$ -мерном пространстве так может быть он вышел за рамки обычного человека и что-то понял, чего не понимают другие. Возможно он даже кому-то об этом рассказал, написал какую-то работу, но никто не понял его, посчитав это полным бредом!

Хотелось бы рассматривать  $n$ -мерное пространство как набор измерений, отличающихся друг от друга, имеющими разный характер и особенности. И вот тут-то возникают трудности, потому что метры понятны всем, то, что со временем вроде бы все меняется мы тоже понять можем, а дальше уже не каждый может понять казалось бы простую вещь, что один человек видит мир по-своему, другой совсем по-другому!

И теперь мы приходим к тому, что если рассматривать все возможные размерности пространства, то это уже совсем не геометрия, а наука, которая обобщает знания многих на-

ук и приводит человека как раз к тому, к чему, как мне кажется, можно и даже нужно стремиться. Она приводит его к всеобщему знанию, которое нельзя постичь просто читая книги и запоминая, что «дважды два четыре», необходимо пережить некий опыт, при чем необходимым, но недостаточным условием переживания этого опыта является знание каких-то элементарных вещей. Это еще раз подтверждает, что великое всегда начинается с малого!

Что же мешает человеку познать все грани возможного? По этому поводу можно долго рассуждать о том, что люди рождаются на разных континентах, в разных условиях, под влиянием разных религий (или их отсутствия). Но начинать, по моему мнению, всегда нужно с простого – с самого человека. С его тела и ума. Я имею ввиду телесные и эмоциональные зажимы. Какие есть способы их устранить? Начать можно с чего угодно и для каждого человека способ должен быть свой.

Одно можно сказать точно – психология, как способ устранения эмоциональных зажимов, не является лекарством от всех болезней. Во-первых, она уже изначально представляет человека пациентом, что подразумевает его больным. Во-вторых, ее главным принципом является не освобождение человека от обусловленностей, а адаптация к условиям жизни в обществе.

Это в свою очередь иногда создает только дополнительные трудности. Наглядным примером отсутствия результа-

тов являются несчастные психотерапевты. Как может научить счастьем человек, который сам несчастлив?

Тем не менее при должном подходе можно извлечь из психологии много полезного. Ведь любой опыт в жизни полезен, если относиться к нему правильно.

Далее законно рассмотреть массаж (любые его виды, в том числе мануальная терапия и т.п.) как средство устранения телесных зажимов. Массаж – вещь прекрасная и при обращении к хорошему специалисту никогда не приведет к негативным последствиям. Многие люди говорят о том, что они начали делать массаж и что-то где-то так заболело, что пришлось делать операцию или проходить длительное лечение. Просто они не понимают, что истинной причиной было запущенное состояние болезни и массаж явился лишь фактором, который выявил ее в организме. Если все в организме здорово, то к негативным последствиям массаж не приведет.

Как таковых минусов массажа я бы не назвал, но я ни разу не слышал о человеке, который бы просветлел на массажном столе. Поэтому один только массаж нельзя рассматривать как средство духовного самосовершенствования.

Следовательно, духовный рост возможен только при сочетании развития так сказать мысленного и телесного. В настоящее время существует огромное количество направлений, которые вроде бы как раз этим и занимаются и тут можно советовать только «слушать» самого себя. Вышеуказанные способы могут приблизить нас именно к этому «прислуши-

ванию» к себе, а дальше выбор только за нами.

Еще одной важной деталью познания себя является то, что при духовном росте нам всегда мешают наши желания добиться чего-то, сделать чего-то, заполучить чего-то. Это происходит потому что человеку постоянно чего-то не хватает. Есть огромная разница между приемом пищи, потому что ты дико хочешь есть и приемом пищи просто потому что ты понимаешь, что твой организм – это некий механизм, которому регулярно нужно топливо. Кстати, этому механизму еще и регулярно нужны техосмотры и мероприятия, предупреждающие поломки.

И так, невозможно стать абсолютно счастливым не насытившись вещами, которые мы желаем, поэтому возникает вопрос – а чего же хочет человек? Порой его желания обусловлены как раз психологическими зажимами – травмами, полученными ранее.

Например, люди, голодавшие во время войны, постоянно запасают пищу в больших количествах и эту привычку принимают их дети, а потом дети их детей и т.д., хотя в настоящее время купить еду не представляет никакой трудности имея даже небольшое количество денег, также к деньгам и власти рвутся люди, которые выросли в бедности.

Но самым большим человеческим счастьем и горем в одном являются отношения между мужчинами и женщинами. Все безумно хотят этого общения, но, начав встречаться, женившись, обзаведясь семьёй, люди перестают любить друг

друга, начинают изменять, строить козни, да и еще Бог знает чего! Почему же это происходит?

Одной из причин является то, что люди создают семью не потому что хотят быть друг с другом, а потому что просто боятся остаться в одиночестве! Они находят себе более-менее приемлемую пару и цепляются за нее всеми руками и ногами, но в конечном итоге это приводит к не всегда приятным последствиям. От этого обычно им довольно трудно завести детей. Если же это все-таки произошло, то дети растут в атмосфере может быть и не плохой, но они прекрасно понимают, что родители вместе только из-заних.

Их, конечно же можно понять – детей нужно растить, нужны деньги, а горе папаши не всегда исправно помогают своим чадам после расставания с бывшей возлюбленной. Но выход есть всегда и мешает нам его увидеть только человеческая слабость!

Кстати, любовь точно есть, и не только потому все мы ей занимались!

Возникает вопрос как же понять кто тебе нужен, как разобраться с межполовыми отношениями и выбить страхи из себя?

Вот тут можно выделить две (возможно я из-за недостаточности своих знаний других просто не знаю) структуры – люди, которые занимаются духовным просветлением и люди, которые занимаются соблазнением. Первые считают, что духовный путь должен быть чистым и непорочным, вторые

наоборот считают, что порочные связи – являются целью их жизни.

А кто вообще сказал, что в этом мире порочно, а что нет? И чем отличается половой акт с любимым человеком от полового акта просто с хорошим партнером? Эти критерии люди придумали сами для себя и неизвестно зачем. И получается так, что некоторые духовно растущие люди негативно относятся к соблазнителям, а соблазнители в свою очередь не видят смысла жизни святых.

Но здесь снова нужно сказать о неправильном восприятии мира человеком – такое отношение людей к себе, другим и миру является однобоким и не ведущим ни к каким улучшениям ни в духовном, ни в физическом плане. Люди, занимающиеся различными медитациями, раскрываются в помещении, где они этим занимаются, а выйдя на улицу уходят глубоко в себя и порой неадекватно ведут себя в мире. В свою очередь и среди горе соблазнителей есть люди, которые боятся открытого человеческого общения!

Что же в этом мире хорошо и что такое плохо?

Ответ на этот вопрос не может быть однозначным, ясно одно – надо смотреть на мир широко открытыми глазами и душой, нужно воспринимать его не как враждебное существо, способное в любой момент ударить, а как друга, и тогда, возможно, мир станет лучше, люди будут меньше испытывать негатива, будут более радостны и удовлетворены жизнью!

# Мы думаем, что размер наших страданий велик, но так ли это?

В нашей жизни происходит огромное количество вещей, которые нас радуют или огорчают, поэтому мы постоянно испытываем эмоции, связанные с этим. С положительными эмоциями проблем мы не испытываем, нам не нужно их изучать, нам не нужно бороться с ними, потому что они приносят радость и счастье. Это утверждение, по-моему, может быть не на 100% правильным, но сейчас хотелось бы обратиться к эмоциям отрицательным.

Все по-разному испытывают отрицательные эмоции, и с годами каждый человек начинает примерно одинаково реагировать на любой негатив в своей жизни – от этого у кого-то болит желудок, у кого-то почки или другие внутренние органы. Кто-то впадает в глубокую депрессию, кто-то наоборот находит в себе силы на «аццкие» отжиги. Все мы разные и этим прекрасен мир, в котором мы живем.

А задумывались ли вы насколько сильны ваши эмоции? Задумывались ли вы о тяжести ваших страданий и горестей?

Например, думая о расставании с любимым человеком, мы представляем какие-то конкретные ситуации, в которых либо он с другим человеком, либо представляем своё какое-то несбывшееся ожидание и испытываем от этого негатив.

Далее возможно два основных пути развития – первый – когда мы пытаемся не думать об этом и, как бы, загоняем эту мысль на задний план, пытаясь затмить её другими мыслями, тогда она откладывается где-то у нас на «корочке» и со временем может появиться вновь (а скорее всего так и будет) и уже с новой силой начать нас напрягать. Но есть другой метод – можно начать эту мысль усиливать и начинать думать о ней с большей интенсивностью, тогда наше отношение к ней полностью изменится. Если практиковать такое регулярно, то мы сможем оценивать размер насколько сильно мы страдаем.

И так, если попробовать усилить одну мысль, то довольно трудно таким образом проработать более нескольких минут, поэтому такое страдание само собой проходит и можно понять, что степень его мы определяем сами своим отношением и желанием жить лучше или хуже.

Тут может быть лишь одна рекомендация – мысль должна быть об одной ситуации, а не о всех навалившихся проблемах в данный момент, по крайней мере с этого нужно начинать. Потом, возможно у кого-то получится одномоментно решать все проблемы, это будет человек, у которого многому можно будет научиться.

Весь вопрос в том как можно выделить одну конкретную мысль, когда их столько? Как говорится терпение и труд всё перетрут – желание сделать свою жизнь лучше и счастливее должно стать серьезным мотиватором в этом, признаю чест-

но, иногда нелегком деле.

Конкретных приемов для этого не знаю, наверное у каждого в голове своя структура и у каждого первой мыслью родилась какая-то идея, но он подумал – разве это возможно? И продолжил свои душевные страдания по какому-либо поводу.

А может быть я вообще все слишком утрирую и только я такой страдалец? Весь мир ходит по улицам, смеется, радуется жизни и все у него хорошо. Так чему весь разговор? Решать вам продолжать ходить с искусственной улыбкой или начать жить, проживая каждую эмоцию и научиться получать удовольствие от них, ведь ради эмоций мы и живем!

Всё, что ни делается – всегда к лучшему!

## **А что же насчет позитива?**

Казалось бы – какие могут быть вопросы? когда все хорошо, о чём можно ещё мечтать? В этом основная проблема многих людей, у которых всё есть.

Давайте осознаем чего мы хотим на настоящий момент! Квартиру побольше? Машину получше? Жену покрасивее? Мужа подостойнее? Виллу на Канарах? Путешествия по всему свету? Или что-то другое? В нас всегда существует желание чего-то добиться, чем-то завладеть. Но представьте, что все ваши желания исполнились и больше нечего хотеть! Что тогда? К чему стремиться? О чем думать и мечтать?

Конечно в мире много интересного и весь его познать довольно трудно, но на каком-то этапе человек начинает осознавать, что его желания всегда стремятся к чему-то новому и непознанному и если добиться абсолютно всего, то пропадает смысл жизни и человек просто не знает к чему еще стремиться.

Тут как всегда есть два основных пути – первый негативный – алкоголизм, наркотики и т.п., второй путь в конечном итоге намного более приятный, но сначала более сложный. На этом пути человек начинает осознавать, что и купив виллу и шикарную машину и побывав в каком-то интересном месте эмоции испытывал он где-то внутри, а все события вокруг были лишь условностями, благодаря которым это про-

исходило.

Так чего же в конечном итоге мы хотим? Мы хотим эмоций и чувств и, осознав это, можно постичь абсолютно новую для себя реальность.

# Ответственность за свою жизнь

Все мы любим жить хорошо, заниматься любимыми делами и испытывать комфортное состояние.

Но всегда ли мы можем себе позволить развалиться в кресле качалке у своего камина с трубкой или бокалом хорошего вина. Или как там каждый человек представляет себе это?

Каждый день на нас наваливается груз проблем, которые мы должны решать – начальник заставляет работать, другой водитель подрезал, на улице мороз, а надеть нечего и т. д. и т. п. А задумывались ли вы когда-нибудь откуда берутся все эти проблемы?

Любая ситуация в жизни имеет причину и следствие и после нее у человека возникает определенное эмоциональное состояние.

А все ли люди одинаково реагируют на одну и ту же проблему?

Для примера расскажу одну историю – как-то давно в моем детстве мы с друзьями переходили через дорогу, была дождливая погода и были большие лужи. Проезжавшая мимо машина очень сильно обрызгала нас. Нас было трое – первого окатила с ног до головы, второго – до пояса, ну а мне только замочила сапоги. При чем я всегда любил дождь и мне нравилась такая погода.

Возможно это и совпадение, но почему-то я уже тогда начал замечать, что, по-разному реагируя на события, мы меняем жизнь вокруг себя. Есть люди, которые находят неприятности на каждом шагу, а есть – наоборот – которые кажутся только и ищут эти неприятности, но почему-то с ними ничего плохого не случается.

Еще один пример из жизни – есть у нас одна улица – не захолустье какое-нибудь, а очень даже нормальная. Я по ней ходил один и в компании, в любое время суток, и ни разу никто меня там не тронул, ну и я соответственно никого. Одни мой знакомый прошелся по ней один раз за лето и ему набили морду, при чем морду ему били не только на этой улице. Дай бог ему здоровья!

И таких примеров миллион – люди просто ничего вокруг не замечают и живут как жили всю жизнь, обычно так же как их родители, а еще модно жить наперекор родителям, но делать то, что хочется самому человеку получается не у многих.

Для этого, кроме принятия себя таким какой ты есть, нужно определиться со своими желаниями и взять на себя полную ответственность за свою жизнь. Это не всегда просто, но, осознав, что переходя улицу где попало вероятность того, что меня собьёт или обрызгает машина гораздо больше, человек начинает задумываться и над более глубокими вопросами в своей жизни.

А вот как изменить себя, осознав свои проблемы, это уже

совсем другая история, и у каждого свой путь. На этом моменте организаторы тренингов обычно говорят, что таким путем является прохождение их тренинга, но я пока до такого не дорос.

Как же начать нести ответственность за свою жизнь? Например, нам не нравится какой-то человек, мы не хотим с ним общаться, а он очень хочет – как быть? Сначала надо задуматься о причинах, по которым он продолжает с нами общаться – может быть если мы ему просто скажем – я не хочу иметь с тобой ничего общего – он и сам отстанет, а может быть скажет – ну наконец-то ты это сказал, а-то я думал тебе самому нравится!

Бывают, конечно, случаи более тяжелые, когда человеку и говоришь, а он не отстает, тут нужно оружие помощнее, но в большинстве случаев оказывается, что все не так уж и плохо и какое-то простое действие может решить казалось бы неразрешимую проблему!

Т.е., взяв ответственность за свои поступки мы изменили свою жизнь и с нами перестал общаться ненавистный нам человек. И так можно сделать в любой области нашей жизни, вопрос только в том, сколько усилий нам необходимо к этому приложить.

# Наши дела

Здесь я хочу поговорить о том, что мы делаем в своей жизни – я имею ввиду не только нашу работу, но и любое действие, которое мы совершаем. Наверное, более всего это касается действий, которые приводят к какому-то результату, который возможно будет потреблен, при чем не только нами самими, а еще и кем-то другим.

# 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.