

šťastie tu
zoriontasuna hemen
Счастье здесь
HAPPINESS HERE szczęście tutaj
kontantman isit la
felicicitatis
hapusrwydd yma *le bonheur ici*
Glück hier **felicidade aqui** انه دواعس ل
furaha hapa यहाँ आनन्द
ここで幸せ
אושרכאן *lykke her*
ччасце тут
kebahagiaan di sini
boldogság itt

Приходько Иван Лашина Виктория



Иван Приходько Виктория Лашина Счастье здесь

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=17188408

Приходько Иван, Лашина Виктория. Счастье здесь.: ИОИ; Москва;

2015

ISBN 978-5-88230-365-4

Аннотация

Книга написана в жанре психологической прозы и состоит из небольших эссе, основанных на ситуациях повседневной жизни. В центре внимания авторов внутренний мир человека, его переживания и чувства. В современном быстро меняющемся мире способность изменять свою жизнь становится особенно актуальной. Зачастую состояния изменений сопровождается кризисами и негативными переживаниями. В книге рассматриваются инструменты, используя которые человек может существенно ускорить прохождение этого периода.

Содержание

Предисловие	4
Сильные существа	7
Биение жизни	9
Мечта и реальность	11
Третий глаз	14
Единство противоположностей	18
Конец ознакомительного фрагмента.	20

Иван Приходько, Виктория Лашина Счастье здесь

Предисловие

Человек овладел природой настолько, что он уже практически не зависит от внешних факторов: от погоды, от катаклизмов, от стихийных бедствий, от огня, от дождя, от диких животных, бактерий и т. д. Он сам создает комфортные условия существования, становится творцом окружающего мира.

Удивительное различие заключается в том насколько человек овладел внешней природой, настолько он мало владеет своей внутренней природой. Его внутренняя природа, внутренний мир, остается пока что в состоянии диком, то есть нетронутым, неухоженным, некультурным. Можно посадить деревья, и они будут расти произвольно, нестройно, а можно создать аллеи и сады и мы получим потрясающей красоты парковые ансамбли как Петергоф или Версаль. Это показывает как человек разумно может использовать природный материал чтобы изменить и украсить мир дикой природы. Сад камней в Японии, это произведение искусства, и это

пример того, что может человек сделать даже в очень ограниченных условиях, стремясь окружить себя природой, которая культурна, возделана.

Точно так же и мир человека, пока он остается диким, человек страдает от собственных эмоций, переживаний, собственных ограничений, негативных ожиданий, страхов, человек постоянно сталкивается с тем, что его внутренний мир естественным путем дичает, ослабеваает, возвращаясь к началу начал, и умение выстроить свой мир так, чтобы он был организован, был ухожен, жизнеспособен, жизнестоек, сродни умению достигнуть красивого паркового хозяйства, где деревья посажены планомерно и в определенном порядке, в определенном сочетании, где за ними целенаправленно ухаживают, проявляют внимание и заботу, вовремя поливают, подстригают и т. д.

Как голыми руками против окружающего мира человек ничего не мог сделать, и ему потребовалось изобрести многие орудия труда, так и для работы над внутренним миром человеку нужны инструменты по овладению природными силами внутреннего мира, проявления заботы о нем, возделыванию его, окультуриванию.

Кто хочет столкнуться с диким человеком? С человеком, который необуздан, неорганизован, избегает работать творчески? Собственно говоря, все что такой человек может, это действовать привычным способом, не заботясь о наличии выбора. Человек тогда не способен к творческой деятельно-

сти, потому что на поле привычного поведения не произрастает по-настоящему глубоких, новых идей, которые преобразуют и расширяют этот мир, и тогда дверь в пещеру сокровищ остается закрытой. Пещера сокровищ, это образное название внутренних сил, которые в человеке аккумулированы миллионами лет эволюции живой природы и являются силами настолько могущественными, насколько могущественна сама природа.

Сильные существа

Каждый человек приходит в этот мир с какой-то миссией. Эта миссия заключается не только в продолжении рода, воспитании детей, хотя это отнимает практически все силы. При современных обстоятельствах городской жизни, найти время на размышления и медитации практически не удастся. Поэтому попытка сосредоточиться на чем-то одном является всегда уходом, отключением, пропуском того, что требует от тебя мир, и требует ежедневно, ежечасно. Самое главное – это попытка соединить несоединимое. Тревоги, чаяния и усилия, направленные на поддержание существования, с одной стороны, и задачу достаточно сильно концентрировать свое внимание на духовном развитии с другой. То есть хоть как-то развить духовную составляющую за пределы того, что уже найдено.

По большому счету, в современном мире человеку нет места, человек как душа, как человек одушевленный, он нигде не нужен, он используется как винтик. То есть духовный человек, который заботится о себе, о других и пытается развить лучшие качества – он никому не нужен. Человек нужен как составляющая, как опора, как рука, крутящая гаечный ключ, как голова, пишущая тексты, составляющая отчеты, расчеты, по которым строится этот индустриальный, бездушный, совершенно антиприродный мир, в котором даже земля за-

катывается в асфальт. И где сегодня пройтись босиком по траве является просто невозможным, является мечтой многих горожан, живущих в коробках, на которых обрушиваются массы ядовитых веществ из транспорта, в котором они как белка в колесе, ездят с утра до вечера, от дома на работу, от работы до дома, плюс магазины, какие-то нюансы, но в целом их жизнь течет в очень жестких рамках и шаг влево, шаг вправо они не то что не способны сделать, они настолько не приучены это делать, что им даже в диковинку, что это возможно. Что там, за пределами этих бетонных коробок, есть другой совершенно мир, мир, в котором все сбалансировано, гармонично, где есть нешуточная борьба за выживание и где опасность, угрозы совершенно другие. Где живут очень сильные, способные на выживание существа, которых эти бетонные коробки и асфальт постепенно уничтожают и превращают в зависимых, манипулируемых обезьянок, сидящих в клетках, это в лучшем случае, если повезет, а так, в основном в виде шкурок развешанных по стенам этих бетонных коробок.

Биение жизни

Когда человек делает что-то, что ему нравится, то, о чем он мечтает, то, что приближает его к цели, к решению задачи, то он чувствует себя состоявшимся человеком, что жизнь его имеет большую ценность и смысл. Жизнь бьет ключом, она имеет вкус, цвет, запах, все. Тогда все удастся и, несмотря на то, что бывают большие сложности и трудности, человек ощущает удовольствие от жизни и рано или поздно достигает своего успеха. Совсем иначе происходит, когда он занимается, как ему кажется рутинным, неинтересным, не своим делом. Как правило, это происходит тогда, когда ему кто-то извне или изнутри говорит: «Знаешь, что? Давай-ка, ты просто обязан, ты должен сделать то-то и то-то!», при этом предлагает сделать то, что человеку совсем не нравится. Предположим, он работает где-то в магазине, в конторе, а работа ему не нравится, он чувствует себя не на своем месте, мечтает заниматься совсем другим делом. И тогда он чувствует, что жизнь его пуста и бессмысленна, он ощущает что тратит время зря. Ощущение реальности, осмысленности и ценности собственной жизни исчезает, из нее уходят все краски, и кажется, что настоящая жизнь и реальность происходит где-то в стороне. При этом у всех вокруг все хорошо, всем везет, а у меня, как назло, одни неудачи и «гора» – обычное его состояние.

Часто возникает ощущение, как будто бы он едет в каком-то поезде не известно куда, и наблюдает как за окном мимо него проносится интересная и совершенно другая реальность, что там и есть настоящая жизнь. А его уносит куда-то вдаль, и он ничего не может сделать, он, вообще, не присутствует в этой жизни. Вот это ощущение поезда позволяет ухватить смысл того, что реальность, которую мы проживаем, и время, которое мы живем, оно может быть таким разным по сути. Есть время, которое мы тратим на то, чтобы осуществить свои планы, мечты, цели и задачи, и тогда все получается, все здорово. И есть время, которое мы тратим на чуждые нам интересы, под давлением обстоятельств или других людей, но которое при этом не связано с нашими истинными задачами, целями и смыслами, тогда оно просто проваливается в небытие и мы его не помним, не видим, не слышим, не чувствуем, как то, что не может принести нам радость и счастье. Это время мы стараемся пережить как можно быстрее, чтобы поскорее забыть и избавиться от него, для нас оно не существует. И тогда это время выпадает из нашей жизни, пропадает куда-то, а на его месте образуется пустота, которую нечем заполнить. Так, мы хоть и проживаем, но не помним большую часть своей жизни. А в конце, как говорится, становится мучительно больно за бесцельно прожитые годы.

Мечта и реальность

Когда наши желания опережают то, что происходит здесь и сейчас, создаются очень трудные ситуации, потому что человек живет своей мечтой и не живет в реальности. Когда его представления не совпадают с реальностью он испытывает разочарование, ощущение обманутых надежд, он теряет себя, и, конечно, тогда он чувствует себя несчастным. Уходя в мечты, и отрываясь от реальности, он, вообще, ничего не замечает, что происходит вокруг, и в глазах других, он выглядит чужаком, словно не от мира сего. А если он пытается переключиться на реальность, и при этом оставляет мечты и иллюзии без изменений, то у него возникают сложности с тем, что то, что он видит, ему совершенно не нравится. Это совершенно непохоже на то, о чем он мечтал и что он хотел бы видеть.

А между тем реальность, если воспринимать ее саму по себе, она намного ярче и богаче чем любые его мечты и фантазии и самое лучшее, что есть в мире, он просто не замечает. Что есть солнце, которое дарит свое тепло, есть небо, которое дарит ему высоту и кислород, которым он дышит, и это самое удивительное в мире действие. Не ощущает землю, которая его держит изо всех сил, оберегает его от холодного космоса, бомбардирующего землю различными частицами. Он не замечает, что реальность, в которой он живет, она по-

трясающая, она обладает огромными ресурсами, огромной энергетикой, она многообразна, фантастически удивительна и привлекательна, загадочна и неисчислима по тем вещам, которыми можно заинтересоваться, увлечься, открыть. Это то, что является настоящим, реальным, в отличие от представлений человека. Несмотря на это, человек предпочитает жить в своих фантазиях, иллюзиях, и эти иллюзии, конечно же, отрывают его от реальности. Не удивительно, что он попадает во всякие передрыги, что он чувствует себя несчастным, он чувствует себя одиноким, не понятым, не принятым и т. д.

Как преодолеть этот разрыв, становится вопрос, с одной стороны, а с другой, стоит ли его преодолевать? Потому что иногда же мечты сбываются. Иногда то, что ты представляешь, создавая коллажи желаемого будущего, это начинает действовать, магически притягивать события из небытия. И, хотя в жизни этот тезис жестко подвергается критике и на эту тему есть масса пословиц, например, от слова халва во рту слаще не станет. Тут есть как за, так и против. Как говорили древние, а в чем тут сермяга? А сермяга заключается в надежде, что рано или поздно мечта осуществится.

Эта дилемма всегда остается, это дилемма мечты и может быть так ее и стоит обозначить. Дилемма мечты. Мечта, как то, что нас продвигает, и мечта, как то, что разрушает внутренний мир, создает чувство несовершенства, заставляет страдать. Особенно когда ты хочешь сразу все и прямо

сейчас, что если бы Ромео подождал минут пять, прежде чем пить яд, тогда он и дождался бы, когда проснется Джульетта. Но в этом как раз и смысл всех этих трагедий, которые пробуждают у человека ощущение, что вот-вот и сейчас. И мечта, она уже здесь, она с тобой. И как много людей, которые разрушились от одной этой идеи, не выдерживая столкновения с реальностью.

Третий глаз

Человек может быть очень успешен в профессиональной, деловой сфере, там, где не задействованы глубоко личностные планы и мотивы. Личностные планы – это прежде всего создание семьи, рождение ребенка, построение отношений с любимым человеком, жизнь для осуществления этих задач. Эти цели глубоко личностные. И когда речь идет об осуществлении личностных целей, то уровень напряжения такой сильный, что человек начинает вести себя не характерно для своего обычного состояния. Там, где ситуация не зависит от осуществления личностных планов, где ситуация обычная, он шутит, он веселый, он контактный и очень успешный, но как только появляются ситуации, где надо решать глубоко личностную задачу, то здесь, как будто отнимается язык, как будто бы это уже другой человек.

Уровень эмоционального напряжения, страхов, чувств, резко возрастает и начинает разрушать обычное поведение настолько, что человек ведет себя глупо, становится агрессивен, то есть полная противоположность тому, что он умеет делать в любой лично незначимой ситуации. Это очень характерно для многих людей, потому что говоря образно, просыпаются демоны, демоны души, демоны, разрушающие нормальное существование, они вмешиваются в сознание и человек становится как будто сам не свой.

Есть и другие примеры. Человек, который очень успешен в личностных ситуациях в социуме демонстрирует совершенно неадекватное поведение и разрушает все что можно достигнуть. Демонстрирует полевое поведение. Хочу и все. И ничто его не остановит, ни то что ситуация абсурдна с точки зрения социума, ни то что окружающие его люди воспринимают его как неадекватного или агрессивного т. е. его поведение может шокировать их настолько что в дальнейшем они будут избегать общения с ним, ни даже то, что выбранная им стратегия поведения не приводит к достижению результата, а удаляет от него. Просто я так хочу, мне так нравится и все – это есть полевое поведение. Полевое поведение – когда человек что видит, то и делает. Вижу еду – хочу есть, вижу женщину – хочу, чтобы она была моя, вижу мужчину – хочу, чтобы он был мой, вижу платье, и т. д. Этаким неандерталец в 21-м веке. Глубина осознания поведения в данном случае поверхностная, поэтому оно называется полевым поведением, то есть поле видения, поля зрения, это первый уровень поведения.

Что мы хотим здесь изменить и как здесь можно что-либо изменить? Нормальные способы поведения человек в это время забывает, то есть он знает как нужно сделать, но забывает это сделать. Он начинает нервничать, его душит агрессия, он теряет себя, суетится и так далее. Демоны, они разрушают поведение и создают проблемы, которые сам человек решить зачастую не может. Здесь ему требуется социальное

око, третий глаз, то, что называется, взгляд со стороны. Психологическая помощь, это есть подключение третьего глаза в этих ситуациях, аналитического ока, фонаря, который освещает именно эту часть сил, действующих в человеке, разрушающих его нормальную деятельность по достижению целей и препятствующих их реализации.

В детстве, человек, который является родителем или опекуном показывает ребенку культурные способы, выработанные человечеством, для реализации тех или иных намерений. Например, как достать рыбку из пруда и так далее. И этот процесс идет до тех пор, пока человек поймет, уловит схему действия. И с момента, когда он может справиться самостоятельно, ему уже помощь не нужна, и третий человек тоже не нужен. Эта схема, она переносится во внутренний мир человека, усваивается, и действует уже внутри него как сложившийся механизм от А до Я. В дальнейшем, эта схема задействуется «автоматически», как только возникает потребность решить такого рода задачи, т. е. она может не осознаваться и действовать как, само собой, разумеется. То есть запускается последовательность действий, происходящих сами по себе, независимо ни от третьего человека, ни от социума, ни от самого человека, как культурно выработанный способ решения той или иной задачи. Он может разрушаться, только лишь под воздействием ситуации, в которую вмешивается, как магнит, чувство, желание ускорить события. Чувства и полевое поведение разрушает ту или иную

ситуацию, они на белое говорят – черное, потому что мне так хочется. Для того, чтобы разобраться с личностными вещами, нужно включать третье око, которое может освещать не только одну сторону, привычную для человека, его мыслей, чувств, поступков, но и вторую сторону, негативную, или позитивную, то есть высвечивать противоположности, чтобы можно было их изменить.

Единство противоположностей

В этом мире все имеет некую двойственность или полюсность. Свет и тьма, жар и холод, Север – Юг, ангелы – демоны, все имеет некую цикличность – инь и ян, верх – низ, право – лево, это давно было замечено и давно описано, но до сих пор не совсем понятно, как это все действует в обыденном мире и как это можно использовать в повседневной жизни. Восприятие мира только с одной точки зрения всегда чревато искажениями, а восприятие мира с разных сторон как с Севера, так и с Юга, с Востока и с Запада, создает объем и создает координаты, в рамках которых мы можем иметь более объективную картину реальных событий. А если мы можем выйти еще и в третье измерение – в объем, тогда мы можем получить целостную картину происходящего и, соответственно, принимать решение более взвешенно.

Одни и те же действия человека могут быть рассмотрены как с позитивной, так и с негативной стороны, и за «белых» и за «красных». Поэтому все события, которые происходят с человеком, все его переживания, они могут помещаться в разный контекст, в разные смысловые координаты, и, тем самым становиться позитивными или негативными, в зависимости от того, с какой точки зрения человек их будет рассматривать.

Каждый человек подбирает свои индивидуальные трак-

товки событий в соответствии с той позицией, которую он занимает по отношению к миру в данный момент. Это может быть позиция активного действия, или позиция оправдания бездеятельности, позиция ограничиться малыми усилиями и претендовать на большие ресурсы. Таким образом, рассматривая причины действия, найти истину очень сложно. Но где же правда? Сказать однозначно, что есть некая настоящая и однозначная Истина невозможно.

Единственное, где нет альтернативы – это реальные факты. Мнение может меняться на противоположное, но объективную реальность изменить невозможно. Если река течет в одну сторону, то нельзя ее повернуть в другую сторону, это сложившийся рельеф местности. Но во внутреннем мире реальность может сильно искажаться, и тогда появляется большой разрыв между тем, что человек говорит и тем, что он делает и как поступает. Поэтому объективнее будет рассматривать то, что происходит с человеком не с точки зрения слов и смыслов, а с точки зрения того, что делается. Где он находится, какова его позиция, что человек делает, совершает, как человек поступает, тогда становится возможно увидеть ситуацию объективно. А мотивы поступков, смысл поступков, объяснение их для самого человека – это всегда вариант предположительный. На одном и том же факте может быть построено очень много версий почему, зачем, и для чего было сделано.

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.