

ВЛАДИМИР МИШАКИН



**САМОПОЗНАНИЕ:  
КЛЮЧ К ОПОРЕ В ЖИЗНИ**

Владимир Мишакин

**Самопознание: Ключ  
к опоре в жизни**

«Автор»

2023

## **Мишакин В.**

Самопознание: Ключ к опоре в жизни / В. Мишакин — «Автор», 2023

Моя книга — это история о свободе и счастье. Каждый человек – творец своей жизни. У вас внутри есть все, чтобы жить не только полноценной жизнью, а именно той, какой вы хотите. Нужно лишь осознать свою опору в жизни, и вы получите ключ к самопознанию вашей вселенской природы. Эта книга — пошаговый алгоритм, который поможет пробудить и запустить механизм эмоциональной опоры и вывести вашу жизнь на качественно новый уровень. Я призываю вас взять инициативу в свои руки и применить эти принципы на практике. С помощью этого ключа вы откроете самую важную дверь в вашей жизни, вы обретете свободу выбора и возможность создать собственное счастливое будущее. Я уверен, что каждый из нас имеет потенциал изменить свою жизнь и внести положительные изменения в мир вокруг нас. Моя цель — помочь вам осознать этот потенциал и вдохновить вас на действие. Пусть этот Ключ станет вашим руководством к свободе и счастью. Теперь Ключ в ваших руках. Что вы будете делать дальше? Это ваш выбор.

© Мишакин В., 2023

© Автор, 2023

# Владимир Мишакин

## Самопознание: Ключ к опоре в жизни

### *Предисловие*

В этой книге предлагается уникальный путеводитель для тех, кто стремится найти свою собственную опору в жизни. Автор исследует важные аспекты нашей внутренней системы, которые определяют наши мыслительные механизмы и способствуют осознанному и счастливому проживанию жизни. Вы узнаете, как научиться жить, мыслить и чувствовать свою жизнь значимой и уникальной.

С помощью четко определенных ориентиров, вы сможете создать основу, к которой всегда можно вернуться в любой момент. Эти основополагающие настройки позволят вам чувствовать и проявлять свои эмоции, осуществлять свободное мышление и развивать самодостаточность.

Автор подробно исследует принципы, которые являются неотъемлемой частью нашей внутренней системы. Это поможет вам осознать, как эти принципы могут стать вашими надежными ориентирами в жизни. Через глубокое понимание себя и своих ценностей вы сможете принимать осознанные решения, находить радость и смысл в повседневных моментах и достигать более гармоничной и счастливой жизни.

«Самопознание: ключ к опоре в жизни» станет вашим надежным путеводителем в путешествии по самопознанию и поиску внутренней гармонии. Эта книга поможет вам обрести свою опору и вдохновение, чтобы проживать жизнь в полной мере и счастливо.

Основной месседж данной книги состоит в том, чтобы дать вам одну из возможных форм существования и самопознания в этом мире. Таких форм может быть бесконечное множество. Поэтому предложенная в этой книге концепция всего лишь инструмент, с помощью которого вы можете посмотреть на вашу жизнь по-новому и увидеть в ней большой потенциал и интерес. Имея определенную опору в жизни, вы получаете основу вашего внутреннего мира. Основная задача данной книги – помочь читателю основательно и глубоко разобраться со своей собственной жизнью, и начать проживать ее осознанно. Приятного прочтения!

### *Сейчас самое время*

Как только вы задаетесь вопросами самопознания и саморазвития, с этого момента вы начинаете искать внутри себя опору и самоидентификацию. У вас появляется множество вопросов к себе: «А чего я хочу на самом деле? Как нужно жить? Что такое самопознание? Как правильно развиваться? Что такое счастье? Как выглядит настоящая любовь? Что есть правильно, а что нет?» И пытаясь находить ответы на эти вопросы, вы много работаете над собой, и у вас внутри зарождается внутреннее ощущение самодостаточности и самооценности. Как будто открывается невидимая дверь в мир вашего подсознания, и вы создаете там свою собственную комнату, в которой есть все ресурсы и знания, которые вам необходимы, в ней находится источник всех ресурсов, запускающий все последующие мыслительные и физические процессы и проявления вас в жизни. Вы можете вернуться туда в любую секунду вашей жизни. Эта комната называется «самопознание».

В мире столько различных концепций, идеологий и всевозможных понятий. И каждый из них является для кого-то ориентиром, помогающим идти по жизни счастливо, а для кого-то – препятствием, мешающим жить. Ритм жизни каждый день ускоряется, информационное поле увеличивается до неограниченных размеров, происходящие процессы перестают радовать нас и наполнять положительной энергией. Вместо этого мы судорожно реагируем на все вокруг, пытаемся зацепиться за какой-нибудь ориентир, поверить хоть во что-нибудь, пытаемся само-

реализоваться за счет проигрыша другого человека. И это мешает нам остановиться, ведь самое время это сделать прямо сейчас! Остановись! Сделай глубокий вдох... затем выдох. Почувствуй свое тело, почувствуй себя в этом теле. И теперь попробуй спокойно и открыто ознакомиться с понятием концепции (идеологии, которая может стать твоим внутренним ресурсом и основой всей твоей жизни). Итак, сейчас самое время подумать о том, что вокруг нас все пронизано различными концепциями. Они повсюду – государство, наука, медицина, религия, питание, фильм «Матрица», общество, предпринимательство и так далее. Что же такое концепция?

Концепция (от лат. *conceptio* «система понимания») – это определенное понимание или представление о чем-либо. Это системообразующая идея любого определения. Она выстраивает основу познания чего-либо. В случае концепции жизни, это модель вашей собственной жизни, отражение вашего взгляда на себя и мир вокруг. Она определяет, как вы воспринимаете окружающую реальность, как вы взаимодействуете с миром, во что верите и как вы обосновываете свою жизнь. Концепция жизни также включает ваше видение себя, мира и способ взаимодействия с ним путем самопознания.

Самопознание – это процесс, при котором личность изучает свои психологические и физические особенности, стремясь осознать и понять самого себя и свою концепцию жизни. Этот процесс начинается ещё в младенчестве и продолжается на протяжении всей жизни. В процессе самопознания и саморазвития, каждый человек живет по какой-либо концепции, идее, замыслу. И таким образом познает себя. Лучше всего процесс познания себя и самоанализа реализуется на практике, в процессе проживания самой жизни. Некоторые люди подходят к этому без осознания, другие думают, что осознают, но на самом деле просто следуют внешним концепциям, и лишь немногие действительно берут на себя ответственность за жизнь в соответствии с собственно установленными принципами.

**Любая концепция в своей основе имеет аксиому, взятую на веру.** Да, именно так, ведь никто на самом деле ничего не знает. Все открытия, доказательства и концепции, которыми мы руководствуемся, всегда сопровождаются некой неопределенностью и сомнениями. В конечном счете, никто в действительности не обладает полным и окончательным знанием. То, что мы принимаем за истину сегодня, может оказаться ошибочным завтра. В ходе научных исследований и развития нашего понимания мира, мы постоянно сталкиваемся с новыми фактами и интерпретациями, которые могут полностью перевернуть наше предыдущее понимание. Таким образом, все наши выводы и предположения, основанные на нынешних данных, несут в себе элемент непредсказуемости и возможности быть пересмотренными в будущем.

#### ***Во что верим, то и получаем***

Главной составляющей в формировании концепций является вопрос веры. Вера играет решающую роль в том, как мы воспринимаем истину и строим наше понимание мира. Возьмем, к примеру, Евклидову геометрию – широко известную и принятую форму геометрии. Она основана на пяти аксиомах, которые принимаются на веру, без необходимости их доказательства.

Аксиомы Евклида, такие как «на плоскости можно провести прямую, соединяющую любые две точки» или «все прямые углы равны друг другу», служат основой для дальнейших математических выводов и построений. Они принимаются на веру и становятся отправной точкой для построения системы геометрии. Хотя аксиомы Евклида могут показаться очевидными и самоочевидными, они все равно требуют веры в их истинность и применимость.

Таким образом, **вера** является неотъемлемой частью процесса формирования **любой концепции**. Мы принимаем определенные послы и аксиомы на веру, чтобы построить систему своих собственных знаний и понимания. Вера в основные принципы и истинность концепций являются фундаментом, на котором строятся наши представления о мире.

На протяжении всей истории человечества, люди развивали различные концепции и верования, которые отражали их представления о мире и его устройстве. Когда-то давно, среди многих примитивных культур, существовала концепция плоской земли. Люди верили, что Земля имеет плоскую форму, подобно огромному плоскому диску или тарелке, которая стоит на трех слонах или китах. Это представление встречалось в разных культурах и на разных континентах.

Однако с течением времени и развитием человеческого мышления верования и концепции начали эволюционировать. Появились новые фигуры и авторитеты, которые обладали особыми знаниями и способностями. Шаманы, волхвы и жрецы стали принимать на себя роль посредников между миром людей и миром духов. Они играли важную роль в ритуалах, обрядах и поклонении духам и богам. Люди обращались к ним за помощью, советом и исцелением. Как авторитетные фигуры, они вдохновляли веру и создавали общие ценности и мировоззрение для своих сообществ.

**Мир, в котором мы живем, оказывается пронизанным различными концепциями**, которые играют важную роль в формировании нашего восприятия и понимания окружающей действительности. Эти концепции находят свое выражение в религии, медицине, науке, общественной культуре и пропаганде. Вокруг нас все насковзь пронизано различными концепциями и идеями.

В современной религии, многие концепции сводятся к представлению о существовании высшей силы – всемогущего, всевидящего и всезнающего существа. Человек, следуя вере, поклоняется этому существу и стремится обрести освобождение и спасение. Религиозные учения часто предлагают путь к освобождению от страданий и ограничений, ведущий через веру и служение высшей силе. Верующие учатся следовать определенным правилам, молиться, практиковать ритуалы и следовать духовным наставлениям. Они верят, что их преданность и посвящение приведут к спасению и более высокому состоянию сознания.

Медицина и наука дают нам основу для понимания физического и ментального здоровья, а также способы их поддержания и лечения. Они основаны на исследованиях, фактах и доказательствах, критерием отбора которых является стремление к постоянному совершенствованию и улучшению условий жизни людей.

Общественная культура влияет на наши ценности, поведение и взаимодействие с окружающими. Она формируется через искусство, литературу, музыку, кино и другие формы творчества, отражая разнообразие наших идентичностей и культурных выражений.

Пропаганда играет роль в формировании общественного мнения, распространяя определенные идеи, ценности и убеждения. Она может быть использована как средство манипуляции и контроля, а также как инструмент для вдохновения, мобилизации и формирования коллективных целей.

Все эти концепции, хотя и разнообразны, оказывают влияние на наши мысли, убеждения и действия. Они создают основу для нашего понимания мира и способствуют формированию нашей идентичности. При этом важно быть осознанными и критически мыслящими, чтобы оценивать и анализировать эти концепции и принимать собственные информированные решения о том, что для нас имеет истинную ценность и значимость.

### ***В реальном мире***

В детстве, согласно семейным традициям, вас без вашего согласия приводят в религиозный институт, проводят обряды и наполняют ваше сознание религиозной риторикой. Возможно, вы не осознавали происходящего, но эта информация все же закрепилась в вашем подсознании. Затем вы идете в школу и внимательно слушаете официальные версии о мире. Через родительские слова и СМИ вы узнаете, что нужно учиться, работать и, в конце концов, стареть. Фильмы и книги рассказывают вам, как следует жить и какие сценарии ожидаются в жизни. Ваш разум заполняется этой информацией, происходящей неизвестно откуда-то, она форми-

рует границы ваших возможностей и определяет ваше место в иерархии мира, существующей лишь в ваших мыслях. Но для вас это все ощущается реальным, и вам кажется, что это ваша собственная жизнь и вы принимаете свободные и осознанные решения. При этом люди, которые распространяют эти догмы, часто сами не осознают этого. Они просто действуют так, как им было показано или сказано делать. Это относится и к воспитателям, учителям и родителям.

Нет никакого внешнего наблюдателя, который бы следил и контролировал, правильно ли человек поступает или нет. Единственный контроль существует только в его собственном разуме. Поэтому, если человек не способен самостоятельно создавать свои собственные ценности и смыслы, он будет принимать картину мира, которая формируется через главные тенденции в обществе, и его поведение будет предсказуемым.

Мы выбираем в какую концепцию поверить и какой следовать. Но правда так и остается недоговоренной. Это больше напоминает поиск путем перебирания вариантов, вместо создания своего собственного смысла. Выбор форм и смыслов очень велик. И многие из предложенных вариантов концепций очень даже жизнеспособны. Некоторые люди находят свою цель, посвящая себя религии и испытывая глубокое чувство удовлетворения и смысла. Другие могут найти свое призвание в профессиональной сфере, отдавая много времени и энергии этому и чувствуя подобие счастья. Есть также те, кто находит смысл и радость в семейной жизни, достигая определенного относительного успеха. Эти философии жизни могут быть сильными, действенными и вполне осознанными, и их трудно отвергнуть.

Но при этом ваше счастье и внутреннее ощущение будут зависеть не от вас, а от внешних факторов. Представьте себе ситуацию, когда вы разочаруетесь в религии, потерпите неудачу на работе или столкнетесь с трудностями в семейной жизни. В такие моменты может показаться, что у вас отсутствует опора, и вы оказываетесь без какого-либо руководства или направления. Возможно, вы будете испытывать чувство беспомощности и ожидать, что кто-то другой даст вам инструкции о том, как обрести былую уверенность и продолжать свою жизнь.

**Поэтому, что вы выбираете, то и получаете.** Либо вы доверяете свою судьбу и судьбу общества в целом внешним источникам, либо вы берете ответственность на себя. Оба подхода имеют свои преимущества и недостатки, и решение зависит от личных ценностей и убеждений каждого человека. Определенная доля доверия внешним источникам является необходимой в жизни. Мы обращаемся к экспертам и профессионалам, чтобы получить помощь и руководство в различных сферах нашей жизни. Мы доверяем врачам, чтобы они заботились о нашем здоровье, и финансовым консультантам, чтобы они могли помочь нам управлять нашими финансами и принимать разумные инвестиционные решения. Мы полагаемся на психологов и коучей, чтобы они нас пожалели и помогли справиться с жизненными невзгодами и трудностями.

Доверие внешним источникам может быть основано на опыте, знаниях и исследованиях, которые они предлагают. Однако полное доверие внешним источникам может иметь свои недостатки. Неконтролируемая зависимость от других может привести к потере собственной инициативы и самостоятельности. Если мы полностью полагаемся на других, чтобы принимать решения относительно нашей жизни, мы можем почувствовать себя беспомощными и лишеными контроля. К тому же, никто не знает нас лучше, чем мы сами. Внешние источники могут давать нам рекомендации, но они не всегда знают наши цели, страхи и желания так же хорошо, как мы сами.

В современном мире ведутся активные дискуссии о кризисе существующих концепций. Религиозные убеждения утратили свою актуальность, а доверие к пропаганде уменьшилось. Осознанные люди стремятся найти альтернативы уже существующим смыслам, а мыслящие люди ищут оптимальные решения. Западные страны проводят открытые дискуссии с участием самых лучших умов, в то время как в Азии все еще преобладает философия буддизма, а гуру из Индии распространяют свои учения по всему миру. Во всех этих новых концепциях есть много

общего: они основаны на здравом смысле, стремятся избавиться от формализма и направлены на достижение счастья каждого человека.

Создание своих собственных концепций позволяет создавать свои твердые и уникальные опоры, фундамент, на котором будет прорастать ваша собственная жизнь. Так вы будете становиться автором своей судьбы, сможете наполнять ее теми смыслами и ощущениями, которыми захотите. Ваше мышление будет основано на собственном выборе и вере, и соответствовать вашим желаниям и стремлениям.

Многие годы назад я оказался в трудном положении, когда потерял смыслы и ощущение опоры в своей жизни. Было такое чувство, будто я не на том пути. Я стремился к чему-то, что было мне чуждо. В этом кризисе я ощутил сильное несоответствие между тем, кем я был и тем, чего я действительно хотел. Мне было трудно найти свое место и осознать, что именно приносит мне истинное счастье и удовлетворение. Весь мой жизненный путь казался ошибочным и пустым. Этот период был нелегким, но в итоге стал для меня отправной точкой в поиске собственного пути и истинных ценностей. Я начал задавать себе вопросы о своих пристрастиях, интересах и жизненных целях. Это позволило мне создать свою собственную жизненную концепцию, соответствующую моим истинным убеждениям и стремлениям. Моя концепция самопознания – это ключ к опоре счастливой и здоровой жизни, наполненной смыслом. Эта концепция является для меня путеводной звездой и ориентиром, которая позволяет быть свободным и самодостаточным, счастливым человеком по всем аспектам.

Я стремлюсь поделиться этим Ключом с наибольшим числом людей, и вот почему. Моя жизнь полна интересных событий, и я искренне желаю внести свой вклад в развитие человеческого сознания. Я верю, что правильная концепция может преобразить мир и сделать его местом радости и воодушевления уже сегодня.

## **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.