

ДАРЬЯ КАЗИМИРОВА

КРАТКОЕ

СОДЕРЖАНИЕ «СИЛА
ДОБРА: ДАЛАЙ-ЛАМА
О ТОМ, КАК СДЕЛАТЬ
СВОЮ ЖИЗНЬ И МИР
ЛУЧШЕ»

КнигиКратко

Дарья Казимирова

Краткое содержание «Сила добра: Далай-лама о том, как сделать свою жизнь и мир лучше»

«Аktion управление и финансы»

Казими́рова Д.

Краткое содержание «Сила добра: Далай-лама о том, как сделать свою жизнь и мир лучше» / Д. Казими́рова — «Актион управление и финансы», — (КнигиКратко)

Этот текст — сокращенная версия книги «Сила добра: Далай-лама о том, как сделать свою жизнь и мир лучше». Только самое главное: идеи, техники, ключевые цитаты. В книге американского психолога Дэниела Гоулмана изложены взгляды Далай-ламы на решение современных проблем, как личных, так и мировых. По мнению культового персонажа XX века, ключ к решению всех трудностей – доброта и эмпатия, о которых в обществе совершенно забыли и заменили культом собственного благополучия. В этом и кроется причина личного ощущения опустошенности, неудовлетворенности и глубокого несчастья, а также всемирных неурядиц. Книга содержит практические рекомендации, как развить чувство сострадания в себе и своих детях, как преодолеть собственное эго, которое на протяжении последних веков культивируется и, наконец, почувствовать себя счастливым. В нашем обзоре мы остановимся на основных моментах книги. Напоминаем, что этот текст — краткое изложение книги

© Казими́рова Д.

© Актион управление и финансы

Авторский обзор по материалам книги «Сила добра: Далай-лама о том, как сделать свою жизнь и мир лучше». Дэниел Гоулман

Автор краткого обзора: *Дарья Казимилова*

План Далай-ламы, как решить неразрешимые глобальные проблемы

В книге американского психолога Дэниела Гоулмана изложены взгляды Далай-ламы на решение современных проблем, как личных, так и мировых. По мнению культового персонажа XX века, ключ к решению всех трудностей – доброта и эмпатия, о которых в обществе совершенно забыли и заменили культом собственного благополучия. В этом и кроется причина личного ощущения опустошенности, неудовлетворенности и глубокого несчастья, а также всемирных неурядиц. Книга содержит практические рекомендации, как развить чувство сострадания в себе и своих детях, как преодолеть собственное эго, которое на протяжении последних веков культивируется и, наконец, почувствовать себя счастливым. В нашем обзоре мы остановимся на основных моментах книги.

Как сделать будущее светлым

Далай-лама с утра ежедневно слушает новости BBC. И приходит к выводу, что большинство трагедий происходит по одной единственной причине. В обществе совершенно отсутствует мораль и сострадание. С его точки зрения, каждому человеку нужно фокусироваться не на удовлетворении собственных желаний, а на своих обязательствах.

Однако люди повторяют одни и те же ошибки веками. Благодаря особенному мироощущению и духовности выше средней Далай-лама понимает, где человечество оступилось и как можно все исправить. Его ответ – сила добра. В рамках этой идеологии людям следует:

- изменить стиль мышления;
- концентрироваться на позитивных эмоциях, а не наоборот;
- развивать духовность и человечность.

Если этого не произойдет, мы навсегда останемся в плену у отчаяния. Не зря это чувство считается одним из семи смертных грехов. Если же действовать по плану Ламы, человечество сможет развить эмпатию, которая является цементом морали и ответственности. Это позволит разрешить глобальные проблемы: коррупцию, вседозволенность, стремление к материальному обогащению. А так же даст шанс власть имущим преодолеть свое равнодушие к простым людям.

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.