



Илья Широков

## Любовь как антикризисная мера

И другие «формулы»  
счастливой жизни

# **Илья Широков Любовь как антикризисная мера. И другие «формулы» счастливой жизни**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=48417458](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=48417458)*

*ISBN 9785005060297*

## **Аннотация**

Данное издание можно отнести к категории мотивирующей литературы, способствующей повышению личной эффективности и улучшению общего качества жизни, однако данная книга категорически отличается от литературы подобной направленности, потому что взывает не к эмоциям читателя и не требует бескомпромиссно «уверовать» в тезисы, выраженные в тексте. Данная работа взывает к сознательности, критическому осмыслению и нравственному самовосприятию простыми и доходчивыми словами.

# Содержание

ПОЗНАЙ СЕБЯ, ПОЛЮБИ СЕБЯ...	6
В чем смысл жизни?	6
Про желания	8
Что такое «Я-причина»?	9
Мысль материальна	11
Про страдания	12
Про отношения с близкими и самим собой	14
Конец ознакомительного фрагмента.	15

# **Любовь как антикризисная мера И другие «формулы» счастливой жизни**

**Илья Широков**

© Илья Широков, 2019

ISBN 978-5-0050-6029-7

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## **ВМЕСТО ПРЕДИСЛОВИЯ**

**Данная книга мой писательский дебют. Дебют этот, однако, крепко стоит на многолетнем опыте познания души человеческой и практической деятельности в области политической, общественно-религиозной и просветительской работы.**

**Все факты, события, рассуждения, представленные здесь являют собой концентрированный опыт. В первую очередь это опыт наблюдения за человеческим поведением и выявления причинно-следственных связей. Постигая глубины человеческого сознания**

ния, подсознания, исследуя такую тонкую материю как душа, можно вполне успешно ориентироваться и в более приземленных аспектах жизни: счастье, любовь, успех, исполнение желаний – всё то, о чем веками грезит род людской.

Предлагаемое Вашему вниманию издание не является собой повествовательный монолит, оно представлено в качестве сборника авторских посланий, посвящённых различным темам, но объединённых общим нравственным смыслом и созидательным мотивом.

Ну и несколько слов о незатейливом названии книги «Любовь как антикризисная мера». Автору книги за свой пока еще недолгий век удалось успешно реализовать себя в различных специальностях: политические технологии, благотворительность, социальное проектирование, миссионерская деятельность, психология. Каждая из этих отраслей подразумевала взаимодействие с огромным количеством людей, разнообразными характерами и судьбами.

Исследуя язык политических лозунгов, богословских учений или увещеваний психологической литературы, автор приходит к однозначному выводу: есть только один язык, который будет понятен каждому из нас. Это язык любви. Любовь в самом широком смысле и есть тот общий корень, из которого произрастают наши души.

# ПОЗНАЙ СЕБЯ, ПОЛЮБИ СЕБЯ...

## В чем смысл жизни?

Как единомысленно утверждают мудрейшие из людей, и с ними я в определенно солидарен, «смысл жизни заключается в том, чтобы его не искать». Поэтому сама по себе жизнь штука бессмысленная. Бессмысленная, но не случайная. Такой вот оригинальный парадокс. Смыслами и ценностями мы наполняем жизненные процессы самостоятельно. И это прекрасно, если воспринимать это дело как собственное творческое волеизъявление. Когда же мы попадаем в зависимость от этих смыслов, которые есть порождения нашего ума, – начинаются проблемы. Мы теряем нить понимания того, **что такое жизнь в её исконном проявлении** и заставляем себя, зачастую вопреки собственным желаниям, соответствовать тому, что принято в обществе.

Что такое жизнь в широком смысле? Условно изъясняясь, **жизнь – это путь от более грубого, невосприимчивого к «тонкому», осознанному существованию**, переход из неэффективного состояния, когда отсутствует понимание как управлять внутренними процессами, к состоянию про-

светленному, совершенному, свободному.

Подобная эволюция от «грубого» к «утонченному» возможна только при условии независимости от смыслов, ценностей, чувства долга и прочих внешних установок, направленных на регламентацию и упорядочивание нашего поведения. Нам необходимо выйти за рамки привычного и взять на себя ответственность за собственное преобразование. И пусть некоторые наши выводы не будут совпадать с мнением большинства. Оно, это мнение, практически никогда не учитывают «многослойность» человека и его индивидуальные потребности.

# Про желания

В основном наши желания в большинстве своём есть обществом навязанные программы. Реализуем мы эти программы в качестве эдакого «панического стяжательства»: исполнить любой ценой, «чтобы не хуже прочих», «чтобы не стыдно перед людьми было» и т. д.

Проблема здесь заключается в том, что сам контекст желания не созидательный. Тот эмоциональный фон, который подпитывает, мотивирует исполнение этого желания – это **не ОСОЗНАННОЕ РЕШЕНИЕ**, а попытка соответствовать внешней атрибутике успеха. Причем атрибутика эта очень часто не согласована с **реальными потребностями** человека.

Так и получается, что вместо того, чтобы исследовать себя и выявлять истинные свои желания, реализация которых приведет к развитию, мы сливаем энергию, впутываясь в гонку потребления ради самого потребления.

А вот когда мы открываем свои истинные желаний, осмысливаем их, осознаём их безусловную пользу, то процедура их исполнения превращается в чистую радость и наполнение жизненными силами. Так и во всем остальном: поменяем контекст нашего бытия с управляемого какими-то внешними идеями на управляемое только нами – поменяем качество жизни.

# Что такое «Я-причина»?

Когда нам говорят, что мы являемся причиной всего, что происходит в нашей жизни, привычный тип мышления, основанный на опасениях и страхах, рисует нам картинку скорее в негативных тонах: вот, мол, я причина всех своих невзгод... И такое осознание зачастую не приносит радости и вовсе демотивирует человека.

А давайте посмотрим на данное утверждение с другой стороны? «Я – причина» – это гениальный инструмент, который в первую очередь даёт нам возможность активировать в себе любые дары и обрести способы реализации своего уникального предназначения.

Если я есть источник любых изменений в своей жизни, я спокойно могу создавать любые ситуации, предпочтительные для меня, притягивать людей, ресурсы и все что необходимо для моего развития.

Когда ты во всей полноте смысла принимаешь себя в качестве своейвольной причины, когда осознаешь себя не каким-то неопределившимся по жизни существом, плывущим по течению, а самобытной частью вселенной, обладающей мощным самосознанием, тогда все «долги», болезненные привязанности, сдерживающие факторы растворяются и начинается самое приятное – ты создаёшь правила игры.

Как это реализовать? Направленным усилием воли, мыс-

ли и дела. Но об этом немного позже.

# Мысль материальна

Эта простая истина заезжена до дыр, но с тем же успехом постоянно нами не учитывается, забывается, высмеивается. Для более качественного дальнейшего нашего общения нам необходимо расшифровать для себя данный тезис. Итак, почему мысль материальна?

Наше сознание – часть вселенной. Не важно являлось ли Чьё-то сознание первопричиной вселенной или же сознание – это продукт её эволюции. Факт остаётся фактом: сознание как таковое – часть мироздания.

Очевидно и элементарно то, что сознание взаимодействует со всеми другими элементами вселенной (материальными и нематериальными) и влияет на них.

Не даром в теории квантовой физики есть идея о том, что наблюдаемая вселенная, специфическое положение её объектов зависит от наблюдателя... Грубо говоря, мы и формируем «реальность», пристраиваем её самостоятельно в зависимости от состояния своего сознания. Иными словами, окружающая действительность как бы подстраивается под качество нашего состояния. Ожидаем фиаско – получаем фиаско, настраиваемся на позитивный исход дела – получаем позитивный исход дела.

# Про страдания

Наличие чувствований, которые мы привыкли называть «СТРАДАНИЯМИ», говорит нам о нашем внутреннем несовершенстве, о тех ограничениях в сознании, которые не позволяют нам жить полной жизнью.

Это не хорошо, не плохо. Такова природа вещей. Хоть и принято в некоторых религиозно-философских учениях полагать, что всякие там страдания и внутренние потрясения являются чуть ли не обязательным условием духовного развития, по моему скромному мнению (опыту) скорее избавление от страданий – это обязательное условие одухотворения, чем просто наличие таковых.

Поэтому, когда мы выбираем жить по радости, это не означает, что страдание растворится само собой и наступит пора тотального благоденствия. Да, радость – это базовая потребность и одно из естественных состояний души, но «жить по радости» – это навык. Навык, приобретаемый трудом по самопознанию и обретению контроля над всеми своими чувствами.

Здесь стоит оговориться. **Контроль не есть подавление.** Контроль в смысле созидательном – это скорее эффективный менеджмент: я **осознанно** не направляю жизненную энергию на рутину, скуку, скандалы, выяснения отношений, попытки что-то кому-то доказать, а направляю силы на твор-

чество, интересное времяпровождение, на те труды, которые наполняют меня вдохновением и радостью. Так меняется ракурс жизнедеятельности с привычного упадничества, на что-то более стоящее. И вот при таком подходе страдание становится уже не нужным, и мы можем с ним распрощаться естественным образом и со спокойным сердцем.

# **Про отношения с ближними и самим собой**

Есть такое утверждение, что нас научили вести себя в приличном обществе, а самого приличного общества не сформировали. Т.е. тебя научи, да еще введи в это самое общество! Удобно.

С окружением, как и со всем остальным – оно под стать твоему внутреннему состоянию. На что сознание запрограммировано, то оно и притягивает. А вот это уже не так удобно. Опять в себе копать придётся.

# 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.