Витамины счастья. Как получить желаемое, желать полученное и идти вперед

Автор:
Сатья Дас

Витамины счастья. Как получить желаемое, желать полученное и идти вперед

Сатья Дас

Эта книга расскажет вам о самих себе. О том, что вы умете, можете. Вы же виртуозно справляетесь с любой ситуацией в жизни, со своими отрицательными эмоциями, постоянным чувством вины. Вы уверенно идете вперед, ставите правильные цели и всегда добиваетесь их. Вы легко получаете желаемое и никогда не жалеете о том, что получили. Сомневаетесь, что эта книга не про вас. Зря! Просто начните читать книгу, и вы сами увидите, какой невероятный, успешный и счастливый человек живет внутри вас.

У вас все же осталась капелька сомнения? Не переживайте, вы получите вместе с этой книгой особые «витамины любви», узнаете, где их добыть, как восполнять их резерв и почувствовать себя самым счастливым человеком на Земле.

Сатья

Витамины счастья

Часть первая

Как получить желаемое и желать полученное

Получить желаемое иногда легче, чем потом этому полученному радоваться.

Сатья

Как достичь успеха

Мы все хотим добиться чего-то – стать богатыми, счастливыми, любимыми. Но наши мечты, к сожалению, сбываются так редко. И в этой книге я расскажу вам о том, как все же достичь желаемого. На самом деле, это не очень-то и просто, но все-таки осуществимо, если знать некоторые нехитрые правила.

Для начала скажу одну важную вещь. Существует очень интересная мысль – получить желаемое иногда легче, чем потом этому полученному радоваться. Многие люди научились получать то, что хотят, но постоянно сталкиваются с тем, что эти полученные вещи перестают их удовлетворять.

И получается такая психологическая шкала: на одном ее конце находятся те, кто не знают, как получить больше, чем у них есть, а на другом – люди, которые, вроде, уже получили или сделали то, что желали, но радости им это почему-то не приносит.

То есть люди из своей жизненной ситуации извлекли максимум возможного, но удивляются, почему кто-то другой получает все же намного больше. И большинство людей в мире находятся между двумя этими крайностями.

На самом деле, что такое личный успех? У нас все время говорят – успех, успех, успех. Все хотят успеха, никто не хочет быть неуспешным. Но есть хорошая и интересная мысль: личный успех – это не что иное, как получение желаемого без потери интереса к этому полученному.

В достижении личного успеха, конечно, можно полагаться на случай, но это не просто не лучшая, это вообще странная идея. Можно полагаться на случай, на удачу, на везение, и мы все на это надеемся, но, на самом деле, это очень

странно.

Есть люди, у которых присутствует врожденная склонность к достижению каких-то вещей, у них это хорошо получается. Но большинству людей все равно придется приобретать тот или иной навык, им нужна какая-то практика.

Давайте попробуем с вами перейти к этой практике. Итак, существуют четыре простых шага к достижению личного успеха.

Первый шаг. Поставить цель

Естественно, хотелось бы, чтобы эта цель была гармоничной, чтобы она находилась в балансе между желаниями ума и сердца. А если еще учитываются и стремления души, то это вообще прекрасно.

Второй шаг. Получить то, в чем вы нуждаетесь

То есть вам надо разобраться в своих желаниях, надо научиться получать то, что вам необходимо, для того чтобы быть действительно самим собой. Недостаточно просто сказать – я хочу быть собой. Это, конечно, прикольно, на разных тренингах нам рекомендуют говорить это себе: «Я хочу быть собой», но это не так просто.

Чтобы понять себя, мы должны узнать о витаминах любви. Витамины любви – это десять видов любви, которые каждый человек должен получать. Без этой любви, без этой поддержки человек не может быть самим собой. И в этом нуждается каждый – эту тему мы обсудим ниже.

После того как мы получаем то, в чем нуждаемся, можно делать третий шаг.

Третий шаг. Получить то, что вам хочется

То есть нужно узнать секрет достижения внешнего успеха (не теряя при этом своего истинного Я) и тогда уже попробовать из внешнего мира получать то, что мы хотим.

Все ли мы можем получить в этом мире? Очевидно, что нет. Но сейчас мы говорим не о том, чтобы получить максимум всего, а о том, как получить хотя бы то, что можно получить. Огромное количество людей не может получить даже то, что просто положено.

Поэтому нужно осознать важность сильных желаний и начать суетиться, начать предпринимать какие-то действия, чтобы привлечь то, что нам хочется.

Четвертый шаг. Устранить препятствия, которые мешают достижению личных успехов

Таких препятствий очень много – целый список из двенадцати пунктов.

1. Склонность к упрекам.

2. Депрессия.

3. Беспокойство.

4. Безразличие.

5. Предвзятость.

6. Нерешительность.

7. Медлительность.

8. Придирчивость.

9. Обидчивость.

10. Жалость к себе.

11. Растерянность.

12. Чувство вины.

Если мы не сможем преодолеть эти двенадцать препятствий, то не сможем достичь желаемого, и ничего хорошего у нас не получится. Мало поставить цель, мало получить какие-то базовые вещи, мало определиться с тем, чего мы хотим, мало понять, как чего-то достичь, нужно еще и убирать то, что нам мешает.

Не следует представлять личный успех как дарованное вам бесконфликтное состояние, в котором нет места разочарованиям и смятению.

Нам иногда кажется, что успех – это такое состояние, когда паришь в небесах, у тебя нет никаких проблем, ты не испытываешь никаких разочарований. Это не так. Даже в случае достижения успеха мы все равно будем немножко страдать.

Считается, что, наоборот, достижение личного успеха – это умение трансформировать негативные эмоции в позитивные ощущения, то есть воспринимать негативный опыт как некий жизненный урок.

Мне нравится мысль, что жизнь – это не просто череда страданий, а набор определенных уроков.

Если к тебе пришла какая-то проблема, и ты ее не решил и не извлек из нее урок, то, возможно, эта проблема опять появится в твоей жизни, и в следующий раз она возникнет уже в более серьезном формате.

Чтобы действительно стать самим собой, нужно пройти через процесс роста – и без этого просто никак.

Невозможно без перемен, взлетов, падений вырасти и получить то, что ты хочешь.

Можно считать, что вы достигли личного успеха, если вы точно знаете не только то, как что-то получать, а еще и как подняться после падения. Потому что у всех будет взлет, у всех будет падение.

Цельный человек – это не тот, который никогда не падает, а тот, который может подняться после падения.

Для каждого человека личный успех будет своим, отличным от других. Нельзя предложить одинаковые рецепты успеха всему населению планеты. Это невозможно. Надо учитывать, что одинаковых людей не бывает.

Научившись справляться с негативными переживаниями, вы осознаете, что они важны, и откажетесь от мысли, что можно прожить жизнь без негативных эмоций.

Если нам хочется навсегда избежать смены положительных и отрицательных эмоций, то есть мы хотим жить в мире, где нет чередования эмоций, то мы должны готовиться к кладбищу, потому что только там есть стабильность и сплошное спокойствие.

Жизнь устроена по принципу маятника: чем больше хороших эмоций, тем потом больше отрицательных эмоций. Нужно научиться правильно хотеть и переживать положительные эмоции и принять, что отсутствие отрицательных эмоций невозможно по определению.

Нужно понимать, что отрицательные эмоции неизбежны, с ними нужно жить, и мы от них никогда не отстранимся.

Есть немало людей, которые добились в жизни многого, но при этом потеряли покой.

То есть ты что-то получил, но покой теперь тебе только снится.

Мы видим, что в мире полно несчастных миллионеров, которые, например, неудачливы в любви или еще в чем-то. Я настоятельно рекомендую вам обратить внимание на очень хороший сериал «Миллиарды». Когда вы его посмотрите, то поймете, что и в мире больших денег есть свои нюансы и «богатые тоже плачут».

Чем больше мы думаем о деньгах как о средстве для того, чтобы стать счастливыми, тем менее мы способны быть счастливыми без этих денег.

То есть, если мы думаем, что наличие денег сделает нас счастливее, то, пока мы их не получим, счастья нам не видать. При этом не факт, что, получив эти деньги, ты станешь счастливым.

Представление о том, что деньги делают людей счастливее, – это иллюзия.

Это не так. Конечно, деньги – это очень хорошо, они помогают нам жить, с их помощью мы приобретаем все нужное для жизни.

Однако существует такая пословица: «Деньги очень хороший помощник, но очень плохой хозяин».

Хотя может показаться, что внешний мир отвечает за то, как мы себя ощущаем, но на самом деле вся ответственность за это лежит на нас самих. То есть это наша жизнь, мы сами ее делаем. И виноватых в этом мире просто нет.

Я вообще скажу вам по секрету: миру на вас наплевать. Хорошо ли у вас что-то или плохо – ему просто наплевать. То есть мир ничего не делает для того, чтобы тебе было хорошо, но также он ничего не делает для того, чтобы тебе было плохо.

Все ваши проблемы находятся между двумя ушами.

Если вы счастливы и знаете, что ваше счастье не зависит от дополнительных денежных средств, то увеличение количества денег сделает вас счастливым. То есть вы счастливы и без денег, но когда их становится больше, то появляется небольшой приятный бонус. Ты не был к чему-то привязан, но оно появилось – и это радует.

То есть в самом желании иметь больше денег нет ничего предосудительного. Это нормально. Деньги – это просто энергия. И нет смысла от нее отказываться.

Стремление разбогатеть ограничивает нас лишь тогда, когда мы забываем, что истинный источник счастья находится не вовне, а внутри нас. И в этой книге мы будем искать этот источник счастья. И, возможно, даже узнаем, как его наполнять.

Если же вы ощущаете себя несчастным, нелюбимым, неуверенным, застрессованным, то все ваши действия принесут вам волны несчастья, разочарований и страданий. То есть как вы себя чувствуете – то к вам и приходит.

Мы совершаем ошибку, полагая, что несчастны потому, что не получили или не имеем того, что нам хочется. Счастье человека с философской точки зрения не зависит от внешних обстоятельств. Есть огромное количество примеров, подтверждающих это. Существует множество людей, жизнь которых доказывает это утверждение.

Помните фразу: «Мне было жаль мои украденные ботинки, до тех пор, пока я не встретил безногого человека»?

Часто мы сидим и думаем: «Я несчастный человек, у меня какие-то проблемы, у меня случилось что-то страшное, у меня нет того, что я хочу, я потерял что-то важное для себя». Но вдруг понимаем: «У меня нет аллергии на клубнику! Какое счастье!»

Ведь в мире множество людей, у которых аллергия на клубнику или арахис, и они внимательно изучают упаковки – нет ли там в продукте следов арахиса. Причем даже на таких продуктах, где арахиса в принципе не должно быть, – однако его следы могут там содержаться.

В то время как некоторые просто не способны уделять достаточно внимания материальному успеху, другие отвергают внешний успех и клеймят его, объявляя причиной всех мировых проблем. То есть они считают, что во всем виноваты буржуи, во всем виноваты деньги – в общем, кто-то во всем виноват.

Нельзя отказываться от естественных желаний, видя, что другие стали жертвой материального успеха, – это большая ошибка.

Это как отказываться играть в лотерею, потому что многие выигрывали в ней деньги, а потом стали несчастными.

Или отказываться ездить на машине, потому что многие люди попадали на них в аварию. Или отказываться летать на самолете, потому что некоторые из них разбились.

Но куда придет наш мир, если мы откажемся от машин и самолетов?

Или еще один пример: наркотики – зло, они убивают человека. Но нельзя запретить все наркотики, мир изменится. Ведь все они были изобретены в медицинских целях, и именно для них они и используются. И наркотики очень важны в медицине.

Однако многие живут с мыслью: если деньги кому-то повредили, значит, деньги – это плохо. Но это означает только, что ими просто неправильно пользовались.

Важно понимать: если вы что-то используете неправильно, вы будете страдать. Если вы используете неправильно сладкое – вы будете страдать. Если вы неправильно используете деньги – вы тоже будете страдать.

Нужно также помнить, что в мире живут миллионы людей, которые счастливы без денег. Я часто езжу в Индию, и одна из причин моей любви к этой стране – там я воочию вижу, что можно быть счастливым, вообще не имея денег. Когда мы говорим, что мы бедные и у нас нет денег, то даже не представляем, насколько это не так.

В Индии многие живут в хижинах, сделанных буквально из палок, причем ютятся в них муж, жена, трое детей и корова. Но на пороге этой хижины будет сидеть

абсолютно счастливый человек. И ты проходишь мимо, страдающий от каких-то своих проблем, и понимаешь, насколько они ничтожны. Человек из хижины может сказать: «Ты потратил на то, чтобы приехать в мою страну, сумму, равную бюджету всей моей жизни, всей моей семьи на много поколений вперед». И ты понимаешь, что у него нет и никогда не будет этих денег, но он абсолютно счастлив.

Если вы полностью сфокусируете свое внимание на внешнем успехе, то сможете достичь его быстрее. Но есть нюанс. Фокусируясь на внешнем успехе, вы можете потерять самого себя.

Мне не очень нравятся термины «мое внутреннее Я», «мой внутренний ребенок», «я потерял себя». Все это как-то абстрактно и не совсем понятно, но, тем не менее, в данном случае их можно применить.

Что значит – потерять себя?

Если выразить проще – это потерять интерес к тому, что у вас есть, когда из вашего дома уходит покой, а из сердца – любовь. И вроде бы к вам что-то приходит, какие-то блага, а счастья нет.

Принимать решения и делать то, что необходимо для получения внешнего успеха, проще, если вы ни о ком не заботитесь. То есть одному бежать легче. Это называется «технология гангстера». У настоящего гангстера не должно быть такой привязанности, которую он не сможет разорвать за десять секунд.

И это темная сторона материального успеха – чего-то достичь легче, если ты один. Но вот счастья при этом ты можешь не достичь.

Мы должны понимать, что деньги могут быть как благословением, так и проездным в ад.

Витамины любви

Как найти внутреннее счастье, если вы несчастны? Как нам полюбить себя и других, если в нашей жизни нет любви? Что делать, если вам не нравится свое отражение в зеркале и вы не нравитесь себе ни внешне, ни внутренне как личность?

Эти вопросы волнуют очень многих людей, и мы попытаемся разобраться, что с этим делать.

Почему нам что-то не нравится, почему мы несчастны? Вроде бы у нас все есть, но мы не чувствуем себя счастливыми. Чего же нам не хватает?

У нас может быть очень хороший и красивый модный автомобиль, но мы можем на нем не ездить, потому что в баке нет бензина. Мы просто забыли заправить машину. Вот об этом мы и поговорим – каким «бензином» надо заполнить нашу жизнь, чтобы она могла ездить.

Если вы не ощущаете внутреннего успеха, то вовсе не потому, что недополучили что-то во внешнем мире.

Мы очень часто делаем такой вывод: нам плохо, потому что мы чего-то не получили. Но это умозаключение неверное.

Если мы чувствуем себя несчастным, это всегда происходит из-за того, что нам, так или иначе, недостает определенного вида любви.

Мы часто произносим слово «любовь». Иногда я во время лекций задаю вопрос в зал – что такое любовь? И люди выдают огромное количество вариантов ответа на этот вопрос. «Любовь – это…, любовь – это…, любовь – это…» И самое удивительное – практически все эти ответы правильные. Потому что каждый находит любовь в чем-то своем.

Как я говорю: любовь – это когда она ест карамельку, а тебе сладко.

Давайте поговорим о видах любви, которые проявляются в разное время, в разных местах и с разными персонажами. И все это любовь.

Любовь подобна топливу. И если мы перестанем получать необходимое нам горючее, то испытываем его острую нехватку и автоматически выключаемся.

Для того чтобы мы были здоровыми и сильными, нашей душе нужны витамины любви. То есть наши запасы любви должны быть заполнены по максимуму.

И сейчас мы с вами поговорим о десяти видах любви – десяти витаминах любви, которые нужны каждому человеку.

Впервые этот термин я увидел у Руслана Нарушевича. Потом я встречался с этим термином в книгах Джона Грея и других авторов книг по психологии.

Витамины любви – это некий условный термин; конечно, это не настоящие витамины. Но мы назовем их витаминами и как настоящим витаминам дадим им имена. Вы знаете, что бывают витамины B, C, D и другие, так и разные виды витаминов любви мы обозначим какой-нибудь буковкой.

Например, витамин B1 – это витамин любви к Богу. Причем еще есть витамин B2, и ниже мы будем с этим разбираться.

Существует витамин R – это родственники. Витамин D – это друзья. Витамин O – ваше окружение и так далее.

Представьте, что человек – это такой резервуар, причем десятикамерный, в который надо постоянно заливать определенные виды жидкости. Как автомобиль – в него же нужно заливать разные виды жидкости.

Основная из них – бензин. Потому что без бензина никак, машина никуда не поедет. Но для того, чтобы машина поехала, требуется еще масса всего. Надо, например, заливать масло в двигатель. Его добавляют не так часто, но ты понимаешь, что чего-то не хватает, когда масло заканчивается.

Кроме этого, надо еще заливать масло в коробку передач, жидкость в радиатор для охлаждения. И это должна быть правильная жидкость. Должна быть и

жидкость в омывателе стекол. Можно, конечно, ездить и без нее, но это уже будет не то: через грязные окна ничего не видно.

Автомобилю нужны разные виды жидкости. И, что самое интересное, одним из них нельзя заменить другие.

Какие же виды жидкости, какие виды любви нужны для тела нашего «автомобиля»?

Первый. Витамин B1

Этот витамин – любовь и забота Бога. Она приходит к человеку еще до рождения. Ее можно отнести к периоду от зачатия до рождения.

Второй. Витамин R

Это родительская любовь и забота. Это очень важный витамин, который человек получает в возрасте до семи лет. То есть свои первые семь лет ребенок без родителей просто физически не выживет. И кроме заботы он должен получить еще от них и любовь.

Третий. Витамин D

Это любовь и поддержка домашних, друзей, наличие досуга. Очень важен этот витамин в период от семи до четырнадцати лет.

Четвертый. Витамин E

Это единомышленники, сверстники и их любовь и поддержка. Это период с четырнадцати до двадцати одного года. В этом возрасте нам в основном нужен именно этот витамин, в эти годы мы напитываемся именно им.

Пятый. Витамин C

В возрасте от двадцати одного до двадцати восьми лет нам нужен именно такой витамин. И, как это ни удивительно, это витамин любви к самому себе. Оказывается, самого себя любить тоже надо.

Шестой. Витамин V

Это любовь и поддержка тех, с кем у вас близкие отношения, – с двадцати восьми до тридцати пяти лет. То есть это ваши возлюбленные, жены, мужья.

Седьмой. Витамин Z

Это любовь тех, кто зависит от вас, – в период от тридцати пяти до сорока двух лет.

Восьмой. Витамин O

Это наше социальное окружение. Это любовь и воздаяние тем, кто нас окружает, в период от сорока двух до сорока девяти лет.

Девятый. Витамин М

Это, возможно, странный и мало кому нужный витамин, но он, тем не менее, тоже имеет место быть. Это любовь и воздаяние миру. В какой-то момент человек дорастает до того, что чувствует необходимость отдавать миру. Но можно ли отдать что-то миру, если ты не любишь себя, не разобрался с личной жизнью и так далее? Конечно, нет.

Этот период выделяется от сорока девяти до пятидесяти шести лет.

Десятый. Витамин В2

Этот витамин – любовное служение Богу. Этот период начинается после пятидесяти шести лет и связан с духовными переживаниями человека.

То есть мы начали с витамина В и витамином В и закончили.

Конечно, это некая условность, абстракция, но эти вымышленные витамины очень важны в жизни каждого человека. Однако надо понимать, что, хотя все эти витамины важны, для вас важнее других будет тот витамин, которого вам больше всего не хватает. И это очень важный момент.

Если тебе не хватает какого-то витамина, наличие в изобилии других витаминов ситуацию не спасет.

Все точно так же, как в нашем теле, которому нужны обычные витамины. Отсутствие одного из важных витаминов приносит боль и страдания всему организму.

Отсутствие каких-то витаминов любви будет заставлять нас возвращаться в то время, когда мы эти витамины не получили.

Если нам недостает какого-то конкретного витамина любви, то, в каком бы количестве мы ни поглощали остальные витамины, мы все равно не будем счастливы.

Например, если ты не любишь себя, то, как бы ты ни требовала любви от мужа, детей, не старалась получить ее от окружения, работы, все равно у тебя нет витамина любви к себе, ты его не получаешь.

Или наоборот – если у тебя нет мужа, ты не выжмешь из детей недостающую любовь. Или у мужчины не хватает социального успеха и он хочет выжать этот витамин из Бога. То есть ты подался в монахи, а тебе просто не хватает жизненного успеха.

Наши потребности в любви не схожи, потому что у каждого свой дефицит витаминов любви. Мы все друг от друга отличаемся тем, что у нас не хватает каких-то особенных витаминов.

То есть получается, что все счастливые люди счастливы примерно одинаково, потому что у них есть полный набор витаминов. Как одинаковы здоровые люди. При этом счастливый и здоровый человек – он скучный, они все одинаковы и неинтересны. А вот когда ты заболеваешь, у тебя появляется какая-то трудность, ты сразу же становишься уникальным.

Человеку, как личности, как душе, нужны все эти десять витаминов любви. Но надо понимать, что в психологии нет мультивитаминов в одной волшебной банке, которая сразу восполнит весь дефицит любви.

Все эти витамины любви усваиваются по одному, за один раз мы можем усвоить только один из них.

Представьте мужчину и женщину, которые любили друг друга, но потом их чувства начинают остывать, то есть любовь уходит. Но на самом деле причина этого кроется в дефиците другого витамина любви.

Если двое людей, ранее поглощенные друг другом, своей любовью, вдруг утрачивают это чувство, то причина – дефицит витамина С. То есть эти люди не

очень любят самих себя.

При этом надо понимать, что если одного витамина не хватает, то ты его не получишь из другого. Ты перешел на новый уровень, достиг определенного возраста – должен получать соответственные витамины. Но если на предыдущих уровнях ты не получил нужное, ты не наполнен необходимыми витаминами. И тебе нужно сделать шаг назад.

Поэтому, когда у людей возникает проблема во взаимоотношениях, им рекомендуется дистанцироваться и заняться каждому самим собой.

Нужно понять, почему ты сам себя не любишь. И почему ты перекладываешь эту проблему на другого – ты не любишь себя, но хочешь, чтобы этот вопрос разрешил кто-то другой. Ты требуешь от него – люби меня, но сам себя не любишь.

Не может кто-то другой любить тебя сильнее, чем ты любишь сам себя.

Когда мы не слишком любим себя, то начинаем ждать гораздо большего от партнера и начинаем осуждать его за отношение к нам. Его отношение кажется нам неправильным. Ведь мы же столько всего ожидали от него – мы ждали любви, а он, гад, нам ее не дал.

Но если вы не любите себя, никто кроме вас самих не поможет вам чувствовать себя лучше. Нельзя уповать на чужую любовь – это не работает.

Если супруги недовольны друг другом, то в большинстве случаев не стоит требовать большего от партнера. То есть, если ты живешь со своим партнером и ты им недоволен, то ты начинаешь требовать большего, рассчитывая, что станешь довольным им. Нет, нужно попробовать получить поддержку где-то в другом месте.

Это не значит, что человек должен пойти куда-то и завести себе другого партнера. Нет, просто нужно восполнять дефицит витаминов любви. Например, если тебе не хватает родительской любви и ты пытаешься выжать ее из мужа, то из этого ничего не получится. Попробуй найти того, кто может дать тебе

именно родительскую любовь, витамин R.

И мы должны понимать, что если физиологический процесс созревания у человека заканчивается в двадцать один год, то психологическое созревание длится всю нашу жизнь. Если у человека психологические проблемы и ему не становится лучше, то, значит, ему недоступна та любовь, которая ему нужна.

И поэтому мы сейчас рассмотрим все витамины любви по отдельности – чтобы знать, какие виды любви и как мы можем восполнить. Можно сказать, что жизнь человека – это череда кризисов, когда многие испытывают недостаток витаминов любви.

Десять кризисов нехватки витаминов любви

Первый. От зачатия до рождения

Недостаток витамина B1 формируется в период от зачатия до рождения. Свой первый жизненный опыт мы получаем еще в материнской утробе, то есть в это время мы переживаем связь с Богом. Если у вас есть склонность к духовному мистицизму, вы поймете, о чем идет речь. Но если нет, так нет, просто поверьте, что эта связь есть.

Речь идет не о какой-то концептуальной связи, а об особой, которую не способен воспринять ум человека. Это некие переживания, которые ощущает человек до рождения.

Считается, что уже в утробе матери человек начинает чувствовать, и у него возникает эмоциональная связь с Богом. Причем эта связь остается очень сильной и после рождения ребенка, и только примерно к двухлетнему возрасту он ее утрачивает – ребенок становится полным атеистом под влиянием внешних факторов. Это и есть наша первая связь с Богом.

К сожалению, если окружающие не верят в божественную творческую энергию, не зависят от этой энергии, после рождения мы постепенно теряем эту связь. Забываем о том, что Бог всегда с нами, что он всегда нам помогает, что он проявляет заботу. Любой верующий, в любой конфессии, в любом духовном пути думает точно так же.

Быть верующим – значит надеяться на то, что ты от Бога зависишь, Бог о тебе заботится, он тебе помогает. Одни говорят, что это психологические особенности мозга, тебе просто страшно, ты слабый, поэтому ты находишь, придумываешь себе некую абстрактную форму – Бога. Я так считаю, придуманный Бог или нет, если он помогает – даже если это эффект плацебо – нужно этим пользоваться.

Связь есть, естественно, и между родителем и ребенком. Если мать испытывает отрицательные эмоции, это сказывается на ребенке. Чтобы ребенок вырос здоровым и счастливым, нужно в первую очередь помочь будущей матери во время беременности получить все то, в чем она нуждается.

В наших традициях – я сейчас говорю о здоровых отношениях – беременная женщина всегда требует или ожидает особой заботы, или все ей хотят дать особую защиту, не только ей, но и ребенку, который в ней формируется.

Чтобы женщина была счастлива, о ней нужно заботиться так, будто она вечно беременная! Если она чувствует, что все должна делать сама, такая антидуховная настроенность скажется, конечно же, и на ребенке.

Почему мы и говорим, что самое хорошее родительство – это родительство, защищенное адекватным браком. Мудрая женщина в состоянии беременности уделяет достаточно много времени тому, чтобы получить необходимое и не беспокоиться о целях и амбициях. Конечно, мы живем в другом мире, где женщина может до последнего дня ходить с пузом на работу, шпалы класть, а на выходных быстренько родить, но в этой книге мы говорим не об этом.

В идеале такой матери следует противостоять своей склонности забывать о Боге. Чтобы вынашивать плод, ей надо читать успокаивающую литературу, возможно, духовную, что-то умиротворяющее смотреть, слушать, проводить много времени в благостных местах, на природе. Это очевидно влияет на сознание ребенка.

Конец ознакомительного фрагмента.

Купить: https://tellnovel.com/sat-ya-das_/vitaminy-schast-ya-kak-poluchit-zhelaemoe-zhelat-poluchennoe-i-idti-vpered

надано
Прочитайте цю книгу цілком, купивши повну легальну версію: Купити