

Глава I

ЗНАНИЯ

Я выбрал знать кто Я

МАЛОЕ

Всё начинается с малого. Прежде, чем стать хозяевами чего-то большого, необходимо научиться распоряжаться чем-то малым: пусть вначале это несколько овощных кустов на балконе, но зато потом, это может быть целая ферма.

ПРОСТОЕ

Чтобы прийти к *простому*, надо пройти сложное. Но чтобы пройти *сложное*, надо начинать с простого!

Когда человек просто излагает свои мысли, то информация будет предельно понятна слушателям. Кто понял суть, тот способен сложное передать простым языком.

Просто-сложно-просто

Начало всему – простота. Продолжением является усложнение. И когда путь пройден – вновь появляется простота. Это *наполненная* простота.

ОПОРА

В жизни обязательно должна быть *опора*: как внешняя, так и внутренняя. Без *опоры* человек лишён силы. Если под ногами не будет земли, то не на чем будет стоять. Люди нередко «повисают» в воздухе, и никак не могут себя в жизни найти. А чтобы *здесь* себя найти, надо ступить на землю. Твёрдая основа под ногами даёт уверенность в себе, своих силах, своих действиях. Если

нет опоры, то не будет и уверенности (разуверившиеся те, кто остались без опоры).

Так, *внешняя опора* – это любимые и дорогие вам люди, место, в котором вы живёте, местность, любимое дело. *Внутренняя опора* – это то, что вас центрирует в вас самих, является вашим внутренним стержнем (убеждения, образ жизни и мысли, привычки...). Но помните, что любая ваша *опора* зависит именно от вас.

Человек без *опоры*, как дерево без корней. А если не будет «корней», вы не станете *хозяином* (самому себе, вещам, которые считаете своими, дому, работе...), потому что не готовы будете *нести ответственность* за всё это. Имея крепкую *опору*, вы будете уверены в себе и своём выборе; у вас не будет сомнений, и вы способны будете получить от жизни то, что вам по праву полагается.

УВЕРЕННОСТЬ

Малейшая уверенность вытесняет из сердца все сомнения, а малейшее сомнение вытесняет из сердца всякую уверенность.

Иbn Касири

Уверенность – это *опора!* Это ствол, от которого всё растёт. Если же ствол ослабнет и станет шататься, то и ветки начнёт носить в разные стороны. Крепкий ствол, даёт устойчивость всему дереву.

Что такое внутренний стержень? Это то, что даёт человеку уверенность в себе.

Что создаёт уверенность в себе? Понимание своего места и Вера в себя. Мы можем быть уверены лишь в том, что мы *Знаем*. Зная себя, вы обретаете уверенность в себе, зная своё ремесло, – уверенность в ремесле, зная человека, – уверенность в человеке, зная ощущения, – уверенность в этих ощущениях. Когда вы знаете, что в тарелке, вы будете уверенно есть.

Понимание своего места появляется, когда человек начинает жить по своей природе.

Почему человек теряет уверенность? Потому, что теряет опору. Понадеялся, а его подвели. Что произошло? Он опёрся не на себя, а на другого человека, который отошёл в сторону, и опёршийся упал. Вследствие этого появляется обида. Люди часто падают, когда опираются на окружающий мир, забывая о себе. Но вы никогда не упадёте, если будете опираться в первую очередь на самих себя!

Что мешает обрести уверенность в себе?

Сомнения!

Почему возникают сомнения? Сомнения возникают, когда человек не доверяет (себе или другим).

Когда уверенность переходит в самоуверенность? Когда человек отделяет себя от окружающего мира (утрачивает связь с объективной реальностью).

Что рождает уверенность? Любовь. Когда вы любите, у вас нет сомнений, а когда нет сомнений, появляется уверенность!

ЗНАНИЕ

Вы можете быть уверенными лишь в том, что проверили на себе. Это и есть знанием.

Любые знания являются основой для дальнейших действий. Если фундамент будет крепким, то и постройка будет надёжной и нерушимой.

Освоение нового. На освоение всего нового тратится немало энергии. Поэтому, чтобы учиться, нужны силы! Таким образом, чем моложе человек, тем он интенсивнее учится, так как имеет много энергии и много свободного места в сознании. И по мере наполнения своего внутреннего сосуда, возникает чувство наполненности. При этом человек уже совершает меньше лишних движений, экономно расходует потенциал, не мчится, сломя голову. Процесс наполнения знаниями является своего рода

приёмом пищи, требующей тщательного переваривания, чтобы полученная информация хорошо усвоилась. Если воспринятой информации пока достаточно, то возникает некое чувство «сытости», чтобы человек с этим новым в себе пожил, поработал. И так до приёма следующей порции знаний.

РАЗВИТИЕ

*To, что человеку надо он имеет.
Ему необходимо лишь это в себе раскрыть.*

Развитие – это процесс, в котором создаётся новое на основе имеющегося. Так, всё созданное служит базой для образования нового, которое что-то привнесёт, чем-то дополнит, обогатит. *Развитие* является созданием очередного витка. И пока не завершится старое, не начнётся новое. Поэтому умейте своевременно освобождать внутри себя пространство под новое. Ведь бывает, люди годами носят в своей голове давным-давно прожитые события, людей, факты общения, таскают за собой тину прошлого, из-за чего и не могут посмотреть вперёд. Заведите себе полезную привычку – всё прошлое оставлять в прошлом. Тогда в настоящем вам будет легко и комфортно, и у вас всегда будет свободное место для шага вперёд.

Развитие будет там, где есть *движение*. Если человек *остановился*, то не будет создаваться ничего нового – он будет вариться в том, что есть, пока в его жизни что-то не изменится так, чтобы он вышел из состояния *«остановки»* и двинулся дальше.

Развитие – это когда не вы ставите другим рамки (ограничения), а они сами ставят их себе.

*Когда развиваешься вы, – рядом
с вами развиваются и другие.*

Изменения. В процессе развития происходят изменения во всём человеке: что-то меняется в теле, расши-