

КРАСОТА И ДОБРО В ИСКУССТВЕ

и в жизни

Как стать Художником Света

К а т я В о р о б ь е в а

Катя Воробьёва

Красота и добро в искусстве и в жизни

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=70496440

SelfPub; 2024

Аннотация

Красота способна спасти мир. Но что прекрасно, а что безобразно совершенно не ясно и очень относительно. Эта книга-просветление, дающая ответы, где искать истинную красоту и как она связана с добром. Как стать Художником Света, открывая в себе и в других высшее человеческое начало, делая мир действительно прекраснее. В мире существует и добро, и зло; и прекрасное, и безобразное; и светлое, и тёмное; и просветляющее, и губящее; и вдохновляющее, и разрушающее; и возвышающее, и принижающее, чтобы каждый из нас сделал выбор, на чью сторону встать. От этого будет зависеть то вдохновение, которое нас посетит, и то творчество и искусство, которое мы отдадим в мир. Свобода от гордости, алчности, тщеславия, корысти даёт возможность открыть чистому сердцу полёт творческого добра, который будет нести людям и миру процветание и развитие, любовь и справедливость, красоту и нравственность.

Содержание

Красота – это Истина в образе	4
Вдохновение	9
Такое разное вдохновение...	9
Поиск добра	18
Границы добра и зла	18
И что же такое добро	23
Поиск добра и красоты	33
Как искать красоту и истину	37
Пути к знанию	38
Творчество или искусство?	50
Деньги это не всё	65
Истинные ценности	70
Вдохновение и гармония с природой	78
Вдохновение природой	83
Естественная красота. Мера	88
Как «открыть своё сердце»	99
Не бойтесь творить добро	102
Пища для души. Немного добрых дел	106
Благодарность и оптимизм против уныния и пессимизма	117
И последнее – любовь	123
Напутствие	132

Катя Воробьёва

Красота и добро в искусстве и в жизни

Красота – это Истина в образе

«Чтобы красоту создать, надо самому быть чистым душой». М. Глинка

Что такое прекрасное и безобразное, добро и зло – вечные вопросы.

Понятие красоты абсолютно, и по мере нашего развития в области эстетики мы приближаемся к её пониманию и осознанию. Внутренняя гармония и Истина выражается во внешнем проявлении, и мы видим прекрасное...

Стремление к красоте важная потребность человека, часть познания мира и гармонии. Сложность в том, что у каждого своя «красота» и своя правда, в зависимости от мировосприятия, культуры, морали, уровня сознательности, опыта и мудрости.

Один считает красивым одно, другой – другое. Один видит добро в одном, другой в обратном. Найти и разобраться во всём весьма сложно. А в современном мире с огромным объёмом информации, и чаще ложной, с рекламой и пропагандой наиболее выгодных, а не действительно ценных вещей или произведений – ещё сложнее. К тому же, в искусстве подмешивается самолюбие и желание прославиться любой ценой. Кто-то пытается продемонстрировать своё ещё неокрепшее творчество, потому что не ставит себе реальную оценку, а кто-то, потому что специально изобретает «невозможно новое», чтобы покрасоваться и заработать людское внимание.

Кажется, что сейчас мало кого интересует, каким характером окрашено создаваемое ими творчество и искусство, или то, с которым они соприкасаются и берут пример. Какова реальная цена самовыражения на «божественном рынке» по «абсолютной стоимости», и чем «копилка» постоянно наполняется?

Всемирные сети, как обмен опытом, очень сильно смогли развить все сферы жизни человека, но в чём-то развить, а в чём-то нет. За красоту и искусство начинают выдавать абсолютно не относящиеся к этим понятиям вещи. Важно уметь видеть грань между прекрасным и безобразным, между неординарностью и глупостью, между гениальностью и су-

масшеством, между добром и злом.

Красота понятие относительное, и относительно оно самого человека, его развития и культуры, к которой он принадлежит, её уровня. Человечество эволюционирует красотой. Её параметры заметно отличаются от эпохи и народа: у всех разные этапы развития осознанности и духовности. Чем выше эти параметры, тем сильнее приближены каноны красоты к Абсолютной Истине, к замыслу Создателя.

«Красота – плод зрелого искусства».

Но, к сожалению, всё путается, когда в игру вступают деньги, слава, лицемерие, продажи и потребление. И спутано оно с определенной целью – чьей-то колоссальной заинтересованностью... Чтобы однозначно самостоятельно отличить прекрасное от безобразного нужно пройти немалый путь. Суть нашей жизни сделать свой правильный выбор, не попавшись на обман и иллюзии, которые мастерски созданы для нас теми, кто имеет в них корыстные интересы.

Красота – это то, что несёт в сердце человека добро через восприятие образа, открывая в нем светлую сторону. Именно поэтому красота способна спасти мир...

Эта книга-просветление, дающая ответы, где искать истинную красоту и как она связана с добром. Как стать Художником Света, открывая в себе и в других высшее человеческое начало, делая мир действительно прекраснее.

Учитесь «писать картины», что возвышают человеческий дух, открывают истину и украшают наш мир!

Притча о волках

«Когда-то давно старый индеец открыл своему внуку одну жизненную истину:

– В каждом человеке идёт борьба, очень похожая на борьбу двух волков.

Один волк представляет зло – зависть, ревность, обиду, эгоизм, амбиции, ложь...

Другой волк представляет добро – мир, любовь, надежду, истину, доброту, верность...

Маленький индеец, тронутый до глубины души словами деда, на несколько мгновений задумался, а потом спросил:

– А какой волк в конце побеждает?

Старый индеец едва заметно улыбнулся и ответил:

– Всегда побеждает тот волк, которого ты кормишь».



Вдохновение

Такое разное вдохновение...

«Искусство – это мудрость в облиции красоты». Х.А. Ливрага

Есть распространённое мнение что вдохновение – это какое-то божественное явление. Но это мнение ошибочное. Люди легко вдохновляются на всякую ерунду, на это фантазия человека безгранична, а вот вдохновиться на что-то действительно стоящее, доброе и Божественное, совсем не просто. Это мнение очень сильно запутало самих творцов: большинство стали считать себя «помазанниками божьими», потому что источником вдохновения обязательно является вселенская истина, к которой подключался сам Тесла и Леонардо да Винчи, – всем безумно нравятся подобные откровения великих. А кто-то вдохновился и на создание автомата, низкопробных песен, фильмы ужасов, атомной бомбы и использование её против людей. Интересное божественное проведение, правда?

«Задача художника, минуя соблазн зла, стать солнцем добра».

Так может быть и в художественном направлении «рисует» не всегда рука Бога. Идеи порой очень жестоки и разрушительны. Можно ещё, например, мастерски изображать непристойные вещи, шутить «ниже пояса», пускай даже очень весело и так далее. Процесс вдохновения и поиска новых идей вовсе не означает новый уровень отношений с Богом и Вселенной.

Поиск идей – это процесс по сбору новой аппликации из известных деталей. Основная его мысль – способность создавать новое. Это отражение внутреннего мира человека, но не божественный процесс. А в божественное его записал не кто иной, как сам человек, и его красивое самолюбие. Насколько бы я ни верила в Бога, чаще всего во вдохновении его нет, и об этом можно смело судить по тем работам, которые выходят из рук великих художников и не очень.

«Идея – это не больше и не меньше, чем новая комбинация старых элементов, это определение нравится мне потому, что оно чётко указывает на источник возникновения новых идей – комбинацию уже известного».

Д. Фостер «Откуда берутся идеи».

Многие убеждены в том, что если мы чувствуем вдохновение, то следует обязательно реализовать идею. В первую

очередь надо определить качество этой идеи: что она принесёт людям, планете миру, Богу, и, соответственно, самому человеку. Если эта идея несёт жизнь и доброе начало, то, конечно, она должна быть реализована. А если это идея на соседней улице пивную открыть, то вселенная может обойтись и без неё: алкоголь разрушает человека, его сознание и его тело. Хотите ли вы заниматься подобным делом? У кого-то может идея по вечерам к жене соседа сходить возникает – то же идея, или каждый раз проходя мимо магазина украсть что-нибудь с прилавка, что «неправильно лежит». Гитлер был вдохновлён на завоевание мира, войну и концлагеря, и что это принесло? **Идеи находятся в нашей личности, но не в нашей душе.**

Мы часто выдаём свои желания, идеи и поступки за интуицию, за пророчество, за вдохновение, за истину, за красоту, за справедливость, за добро. Хотя в большинстве случаев это не так. Эго (эгоистичная и самолюбивая сторона личности) красиво путает и уводит в сторону от истины, поэтому надо быть предельно честным к миру и к себе, чтобы осознать своё творчество, давая ему реальную оценку на рынке «добра».

Важно отличать, откуда идёт источник озарения. Идеи бывают разной частоты, отражающие уровень развития души и сознания, – от самой плохой до самой хорошей. Посте-

ленно, повышая свой уровень, «свою частоту», или наоборот понижая, в зависимости от того, чем вы наполняете себя и то, к чему вы стремитесь, ваши идеи и ваши мысли будут звучать соответственно. Как поймать идею добра, накапливая в себе зло?

Даже если существует некое поле идей, о котором упоминают великие люди, то мы сможем взять оттуда только то, что соответствует нашему уровню духовного развития: мысли и вдохновение того качества, которое отражает нас самих.

Для «божественного» вдохновения необходимо светлое сознание и чистота души. Чем чище и добрее мысли, тем доступнее становятся добрые идеи. Свобода от тщеславия, корысти, гнева, гордости даёт возможность открыть сердцу полёт творческого добра, который будет нести людям и миру процветание и развитие, любовь, справедливость и нравственность, к чему и должно прийти человечество и каждый человек в отдельности.

Всё, что мы делаем, имеет эффект: положительный, отрицательный или никакой (никакой видимый, но он тоже имеет характеристику). Наши действия или очищают нас или загрязняют, как, например, пища, в зависимости от её качества влияет на тело. Действия имеют такой же эффект, только по отношению к душе. Если мы делаем хорошие поступки, то

растём и, как часто сравнивают, – «звучим выше», если нехорошие, то питаем своё «низкое я», и, наоборот, опускаемся на низкую частоту, на которой «звучит» всё самое нехорошее, что есть в этом мире.



В зависимости от того, чем мы себя напитали: какой пищей, мыслями, информацией и поступками, – наш ум выдаёт нам результаты. Если это шкатулка с драгоценностями, то мы выдадим бриллианты, а если с мусором, то драгоценности оттуда не достать.

«Только чистый сердцем может приготовить хороший

суп». Людвиг ван Бетховен

Думайте, чем наполняете себя и, естественно, от этого будет зависеть то творчество и искусство, которое вы продемонстрируете, то вдохновение, которое вас посетит. Если вы кладёте информацию об убийстве и смертях, страшные фильмы, пугающие истории, грубую музыку и прочее, то выдать рассказы Константина Паустовского о природе будет сложно, только ужасы Стивена Кинга. А страхов в мире, как мы видим, и так предостаточно...

У каждого свой путь, и каждый придёт рано или поздно к Богу, но по-своему. Я уважаю любой путь, просто есть путь благородный, а есть не очень. Важно помнить, что «купаться» самому в безнравственности, развлечениях и ужасах, и «купать» в них других – дело недостойное.

В одно и то же время мы можем сказать как доброе слово, так и обидное, помочь или причинить боль, ударить животное или погладить, прочитать хорошую книгу или посмотреть дурное шоу. Каждое наше действие наполняет нас. И не важно, задумываемся мы об этом или не задумываемся, – мы всё кладём свою «копилку».

Совершенно не важна ситуация в мире, уровень дохода, профессия, семейное положение, национальность, физиче-

ское состояние, уровень IQ и всё остальное, важно лишь качество совершаемых действий, и не их масштаб, а то, что они в себе несут, каким свойством они наделены: добродетелью или разрушением.

Масштаб имеет значение лишь тогда, когда мы оказываем какое-либо влияние: если оно хорошее, то мы собираем больше положительного, если отрицательное – то, соответственно, больше отрицательного. Поэтому, чем больше влияние и известность, тем больше людей видит, слышит и повторяет наши «истины», и, значит, тем больше ответственность. Плохо, что люди, которые имеют влияние, в основном, оказывают его лишь в отрицательную сторону.

А чем ниже по качеству материал, тем легче он усваивается, особенно детьми. Дурной стих они выучат быстро, даже не задумываясь. «Сорняки растут легко». Всё ненужное и вредное даётся просто, всё необходимое и полезное только через волю и труд. Так уж и устроен этот мир.

Сумасшествия в искусстве делают по разным причинам, и никаким образом к добру и красоте они отношения не имеют, кроме как противоположного. В основном это корысть, слава и самолюбие. Есть люди, которые совершают подобные вещи по неопытности, а есть, кто продвигает в массы разврат сознательно, рассчитывая именно на негативные по-

следствия для разума и души. В любом случае, это никак не делает мир лучше.

«Люди иногда творят страшные вещи с добрыми намерениями».

Д. Фрэнсис

Если вы сеете в мире разрушение и боль, поймать Высокое Божественное вдохновение будет невозможно. Это исключено. Нельзя собрать урожай пшеницы, посадив амброзию. «Что посеешь, то и пожнёшь». Зло – это разрушение. Сеять его – значит разрушать мир и себя вместе с ним.

Анекдот про зайца и корову

«В популярном анекдоте рассказывается, как однажды на лугу встретились корова и заяц. Корова щипала траву, а заяц сидел на пеньке и, от нечего делать, ковырялся пальцем в носу. Корова стала ругать зайца за то, что он такой бездельник. Вот, мол, она, корова, и молоко людям даёт, и масло, и сыр, и сметану – словом, приносит людям большую пользу, а он, заяц, – чистый эгоист, и пользы от него другим, как от козла молока. Заяц слушал корову, слушал, а потом, не переставая ковыряться в носу, ей отвечает: «Ну и что? Зато я духовно богат!»

На самом деле нельзя быть внутренне «нищим» и при этом создать нечто великое или значительное. Как нельзя,

будучи «духовно богатым», ничего не делать и «ковыряться в носу». Из ничего бывает только ничего. Нельзя отдать то, чего не имеешь». По книге А. Казакевича «Спеши любить»



Поиск добра

Границы добра и зла

«Зло, чтобы существовать, должно притворяться добром. Оно не смеет быть откровенным». Б. Пастернак

Зло очень хитро... Самый простой способ для него проникнуть в мир – надеть маску добродетели. Даже в кино очень часто злодеи перевоплощаются в докторов, полицию, клоунов, священников. Зло намеренно стирает в мире и людях границы и понимание добра и зла. Уже никто точно не скажет, что такое хорошо и что такое плохо. Так уничтожается духовность, и красота в том числе.

Людей интересуют любые проблемы: у кого какой айфон, кто с кем развёлся, кто что купил, какой формы Земля, есть ли жизнь на Марсе, а не то, какого характера поступки они совершают. Но ведь именно в этом и заключён смысл жизни: наш «багаж» поступков. Добро нужно накапливать не дома в чулане и не на счетах в банках, а в поступках. Это единственный разумный смысл жизни: выбор в пользу добра, причём всегда, чтобы ни происходило вокруг. И этот «багаж», и только этот, мы сумеем забрать с собой... Нет разницы, сколько

ты завоевал земель, важно сколькими людьми ты посмел заплатить за них.

В мире существует и добро, и зло; и прекрасное, и безобразное; и светлое, и тёмное; и просветляющее, и губящее; и вдохновляющее, и разрушающее; и возвышающее, и приносящее, чтобы каждый из нас сделал выбор – на чью сторону встать... Не всегда мы можем отделить благородное дело от низкого, в этом вся сложность жизни: отсутствие чёткого ответа.

Сейчас очень популярны теории о том, что нет ни хорошего, ни плохого. Если внимательно задуматься, то кому эта установка будет выгодна: добру или злу? Если мы не знаем следствий и как окрашено действие, это не значит, что оно не имеет никакого характера. Coca-Cola – яд для организма и никогда не станет хорошим напитком. Никогда табак в лёгких не будет оказывать на них положительный эффект. Но есть вещи, которые имеют неярко выраженный характер, и мы не можем чётко отследить влияние.

Фразы об относительности добра и зла больше говорят о том, что в каждом испытании есть опыт и возможность улучшения, в каждой горе можно найти что-то важное для себя: важное для становления и развития нашего духа и души.

Если в Макдональдсе продаются «яблочные дольки», от этого он не станет рестораном здорового питания. Даже

«наименьшее из зол», вдруг не превратится в добро, как бы мы об этом ни просили, как бы мы об этом ни молились. Предательство не окрасится в «белую краску». Чёрное не станет белым, каким бы образом хитрая сторона личности это ни выкручивала. Только в собственном вымышленном мире.

Охотники эффектно развешивают головы и шкуры убитых животных и рассказывают байки о своих «мужественных схватках». Это в их понимании тоже «добро», но хвалятся они убийствами, если глубоко вникнуть в самую суть охоты. Если нужно выжить в условиях борьбы за существование, то, конечно, это будет оправдано, но губить живых существ ради развлечения – вещь неблагая.

Нет в азартных играх, наркотиках и проституции никакого добра: опыт есть, добра нет. Так же, как нет ничего хорошего в предательстве, в обмане, в лицемерии, в обжорстве, в зависти, в недовольстве, в неблагодарности, в неуважении, в неряшливости, в лени и так далее. Это наш опыт, ведь мы приходим в этот мир, чтобы пройти какие-либо испытания и измениться по происшествию их. Да, это наш опыт, но не добро.

«Рождается. Не знаем зачем и что делать... Рожает детей, которые тоже не знают, что делать. Учим их, как жить».

Как жить? Казалось бы, по совести. Этот ответ очевиден. Но... Люди легко путают свои желания с добром. Мы активно защищаем свои слабости и выдумываем самые невероятные оправдания и даже целые концепции. Поэтому важно учиться видеть и делать подлинное добро в искусстве, а не «собственное» добро, ошибочного мнения неопытной души.

Справедливость, истина, красота и добро – это абсолют, к которому мы должны стремиться. Попытка найти в «низком» деле «высокое начало» – это оправдание. Если в стакан чистой воды добавить каплю керосина, она перестанет быть чистой.

Творчество – это всегда самовыражение, но, что будет нести оно в мир, что пробудит в человеке: хорошее или наоборот. Чем закончится контакт человека и произведения? А что же будет потом?

Любое наше взаимодействие с людьми оставляет след. И, чем шире круг людей, тем больше ответственность.

Сейчас все в основном стремятся показать себя, свои умения, своё творчество... Во многом руководствуясь самолюбием, славой, выгодой. А если люди получают отрицательное?.. Готов ли каждый из нас к такого рода ответственно-

сти? Незнание закона от неё никак не освобождает. Если, например, мы не знаем, что газировка Пепси разрушает зубы, желудок, печень, а мы её пьём, то никакие «ритуальные танцы» не спасут наш организм. А если мы её производим и внедряем в массы? Очень важно, чтобы наши действия, наша деятельность приносила положительные результаты.

А искусство особенно важно наполнять светлой стороной, чтобы от соприкосновения с ним людям хотелось делать добро в мире, что-то прекрасное, а не пойти уничтожать, безнравствовать или повеситься... **Добро – это все, что просветляет, зло – все, что извращает.**

Мы отвечаем за все идеи, которые реализовали, за все, что получают от них люди, всё, чему мы научили окружающих: добру и процветанию жизни и духа, или злу и их разрушению. Прежде, чем что-то нести в мир и особенно во всеуслышание, надо разобраться, а что же мы сотворили.

В фильме про основателя сети ресторанов Макдональдс его выставляют в положительном свете: затронуты, конечно его лидерские и предпринимательские качества... Но сама еда, которой там кормят, разрушающая!.. Конечно, каждый сам в ответе за свой выбор: идти туда есть или нет, но мы в ответе и за то, что отдаём в этот мир: что получают люди от наших действий, нашей работы, нашего творчества.

Смысл жизни каждого человека, приблизить свою истину, своё мировоззрение, своё понимание добра, к природному, или божественному, а красота – это истина и гармония, выраженные во внешнем облике.



И что же такое добро

Но что же такое добро? Есть законы мироздания, законы природы, законы развития. Если что-то следует этим законам, созидает и творит, это добро. Если противоречит этим

законам, это разрушение, то есть зло.

«Добро – это то, что приносит пользу и счастье людям, животным, природе и миру».

И мы часто не видим и не знаем эти истины и законы, познать их довольно не просто и даже трудно. Они должны быть накоплены веками, передаваться через традиции, писания, в семьях из поколения в поколение. Но по многим причинам истины теряются, и мы ошибаемся. Некоторое ложное добро привито нам извне, с расчётом на выгоду, некоторое с детства, потому что родители тоже заблуждались, а некоторые ошибки допускаем мы сами, идя на поводу у своих желаний и слабостей.

Нити правды и лжи, добра и зла очень сильно запутаны в один клубок и разобраться в нем часто не хватает знаний, мудрости, опыта, времени, сил, необходимости или стремлений.

Любовь легко спутать с самолюбием, щедрость с расточительством, заботу со страхом и гиперопекой, здоровую еду с вредной и разрушающей, свободу с безответственностью, радость с удовольствием, лень с отдыхом, созидательную деятельность с разрушением. Даже самые невинные добрые дела иногда таковыми совершенно не являются, если смотреть

вглубь.

Все учения говорят о любви и добре. Но что является любовью и добром? Кто-то путает любовь к миру с удовольствием: мне хорошо и значит это хорошо. Когда мне весело – это абсолютное счастье, к которому все так стремятся. Но веселиться можно по-разному. Для кого-то и надувать лягушку весело, и изменять супругу, и грубо подшучивать, но хорошего в подобных действиях точно ничего нет. Спутать любовь к себе и хорошие дела самое популярное дело.

Кто-то путает добро и недостаточное изучение проблемы. Кормить бродячих собак, например, кажется хорошо, но они могут быть опасны для детей активно – через нападения, и пассивно – через болезни, паразитов, экскременты и так далее. Вроде мы сопереживаем животным, но по задумке природы, они должны жить в естественной среде, в городе им не место. А когда выбор стоит между жизнью ребёнка и животного, конечно, важно защитить ребёнка. Но изначально кажется, что этот поступок несёт добро. Забота о братьях наших меньших – это великая добродетель, но мы должны подарить им жизнь на свободе, такой, какой её задумал Бог.

Если брать за основу добра фразу: *«Поступай с другими так, как ты хочешь, чтобы поступали с тобой»*, – то снова можно ошибиться, попав в плен к своему восприятию ми-

ра, своих слабостей или не приняв во внимание разность интересов. «Что русскому хорошо, то немцу – смерть». Даже я, сторонник растительного питания, никогда не посоветую жителю крайнего севера следовать моей диете. У него совершенно другие жизненные условия и задачи.

«Дорога в ад устлана благими намерениями».

За «полезными» продуктами часто скрываются совсем не полезные, а иногда и вовсе разрушающие... Угостили детей конфетами, но сахар не несёт здоровья, и к тому же сильно разрушает зубы. И доброе намерение стало иметь недобрый конец. Вот фрукты, как угощение, однозначно лучше.



И таких примеров можно приводить тысячи, где за иллюзией добра кроется печальный финал: развлечения, которые несут детям и взрослым только деградацию; электромобили, в которых стоят огромные батарейки, а ездят они всё равно на энергии, которая добывается традиционными способами; огромное число лекарств, которые несут больше бед, чем помогают выздороветь; излишний комфорт и удобства, которые охлаждают пыл трудолюбия; гиперопека и помощь ребёнку в том, что он может сделать сам, или наоборот чрезмерная свобода, которая наносит вред здоровью и личности, и многое другое. И ещё самое неприятное – фальшивое добро, которым прикрывают истинные неблагоприятные цели:

коррупцию, войны, воровство и тому подобное.

Как прийти к пониманию того, что в твоих действиях скрыто добро, и ты совершаешь именно добродетель?

Добро очень сложно отличить и понять сразу по одной очень важной причине: мы приходим как раз за этим. Научиться делать добро, и понять, что им является. А понять его можно, преодолев своё «горделивое я», прислушиваясь и воспитывая совесть.

С эволюцией сознания человека углубляется и его понимание в основах добра и зла. Чем выше уровень, тем больше ответственности и тем больше свод законов совести. Чем сильнее духовное развитие человека и общества, тем глубже в нем моральные ценности, и тем ближе они к истине и законам вселенной.

В этой связи то, что может представляться добром для представителей одной цивилизации, представителями другой может оцениваться как зло. Каннибализм в нашей культуре совершенно отрицательное явление, а в прошлом это могло быть нормой, так же, как и отрубание рук при воровстве, и многие другие, уже ставшие аморальными для нас жизненные принципы.

Проще можно выразить так: чем ниже развитие сознания, тем меньше требований. В садике от детей требуют меньшего, чем в школе. Но, к сожалению, общество сейчас выбирает путь снижения своей нравственной планки, а не к её повышению. Мы скорее перенимаем плохие привычки от неопытных детей, чем подтягиваем их к своему уровню.

Добро – это то, что ведёт к процветанию и развитию жизни, приносит пользу и счастье людям, животным, природе, это всегда следование первоначальным законам. Это любовь и благодарность к миру, стремление служить ему на благо.

Без совести жить легче, но не за чем...

«Есть две вещи, приводящие меня в восторг: звёздное небо над нами и нравственный закон внутри нас». Э. Кант

Совесьть – это наш первый и главный проводник в мир добра, внутренний помощник и судья. Она заставляет задумываться о последствиях действий для себя, для окружающих, для мира, к чему они приведут, и чем они являются по сути: добром или злом. На основании этих выводов мы совершаем и анализируем поступки. Совесьть всегда приходит переживанием, чувством вины или, наоборот, радости.

«Когда я делаю добро, я чувствую себя хорошо. Когда я поступаю плохо, я чувствую себя плохо. Вот и вся моя религия». Авраам Линкольн

Совесть отражает осознанность человека, его понимание хорошего и плохого. Чем выше ответственность перед миром, тем вернее и сильнее звучит голос совести. К тому же интересно заметить, что если человек в течение жизни развивается, то совесть тоже развивается, если деградирует, то совесть вместе с ним.

«Совесть вовсе не есть с первой минуты бытия души нашей какой-то готовый, полный и организованный закон, имеющий у всех людей одинаковое и всегда равное содержание. Наоборот, она нуждается в образовании и воспитании, в своём развитии, находится в связи с развитием ума и сердца и подвержена всему тому, чему подвержена деятельность этих последних. При недостаточном развитии её самой как нравственного сознания или других соприкосновенных с нею душевных способностей деятельность совести, конечно, будет обнаруживаться неправильно.

Всякий человек убеждён, что должно делать добро и избегать зла. На основании этих всеобщих принципов он путём умозаключения доходит до познания отдельных заповедей и запрещений. Но вследствие превратного воспитания или дурных наклонностей может вкратиться заблуждение.

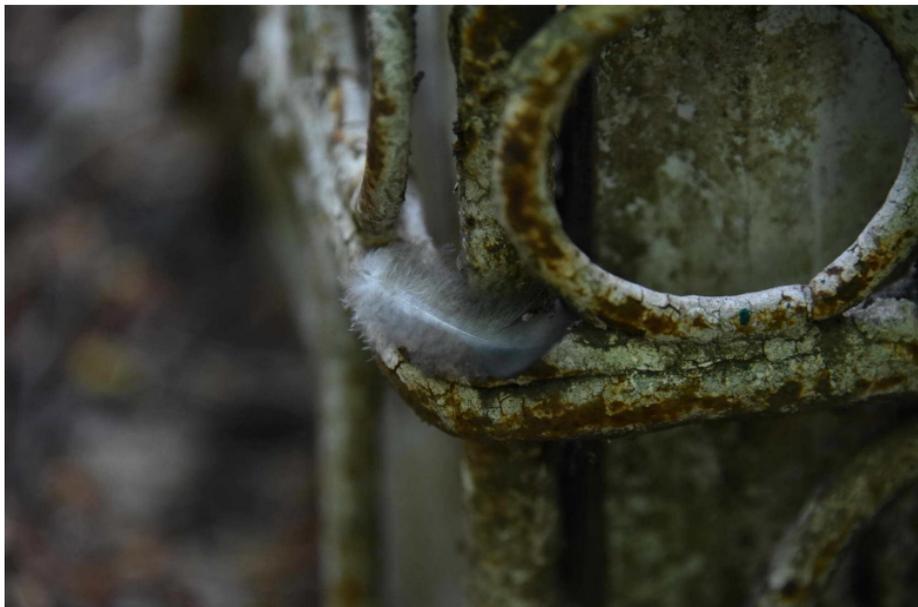
Злая, страстная воля производит могущественное влияние на разум и сердце и мутит их суждения». По Н. Стеллецкому

Правильное нравственное осознание человеком своих действий зависит от ряда составляющих, в том числе: от влияния культуры, религии, традиций, законов, где он живёт, от воспитания, самовоспитания и даже от физического и психического состояния. Под воздействием этих и некоторых других факторов голос совести, как отражатель морали, может подавляться, приглушаться и искажаться.

Прислушивайтесь к себе, но также будьте готовы распознавать, что это звучит: совесть или всего лишь наше Эго (самолюбивая сторона личности) с её желаниями и хитростями?

В этом случае необходимо углубляться в философию жизни, искать ответы в различных источниках, таких, как литература, традиции, религия, проводить самоанализ, обсуждать проблемы со знающими и мудрыми людьми, познавать и наблюдать действительность. Будьте честны с собой! Ставьте себя на место других, проявляйте великодушие, благодарность, бескорыстие и все остальные добродетели, через них мы развиваем свою душу и открываем сердце навстречу миру и Богу, и, значит, усиливаем верный призыв совести.

«Через совесть пролегает путь к истине и добру».



Поиск добра и красоты

Ищите правду и добро в мире и в себе, чтобы суметь открыть красоту своих работ...

Чтобы нести красоту, следует понимать её: знать правду о мире, как он создан, кто такой человек. И правду о себе: кто я, какое место занимаю в этом мире, каков мой уровень развития как человека и как художника... Люди строят огромные иллюзии, в которые потом верят, чтобы скрыть правду от самих себя, и убеждают в истинности этой иллюзии других.

Когда художник творит через истину, его работы абсолютно прекрасны и не подвергаются сомнению, за исключением тех людей, естественно, кому чуждо даже минимальное понятие красоты, ведь прийти к нему путь неблизкий и непростой, путь мужества и честности – путь правды. Когда произведение сделано в субъективном видении прекрасного, появляется ложь: приходится убеждать всех, что это красиво, убеждать во лжи, прибегая, например, к пиару и рекламе...

Проблема отсутствия красоты работ, снижения качества мастерства в любом направлении жизни состоит именно в отсутствии честности к себе. Я с грустью смотрю, как учат

те, кто сам совсем ничего ещё не умеет, кто обманом и маркетингом продаёт свои произведения под видом искусства. Убедить, конечно, можно в чём угодно, и даже убедить большинство. Только зачем? Ведь истина от этого не изменится. Надо самим стремиться к истине, а не пытаться её исковеркать.

Нет ничего важнее реальной самооценки: знать кто ты есть крайне необходимо, чтобы верно понять своё место в мире и в искусстве, принимать лучшие решения, уметь ставить соответствующие цели и жить благородной жизнью. Реальная самооценка помогает сформировать подлинное представление не только о себе, но и о обо всём, что происходит вокруг. Если вы не знаете правду о себе, не получится увидеть правду и об остальном. И наоборот: чем лучше сформировано представление о мире, тем правильнее окажется мнение о себе.

К сожалению, достаточно многие художники и деятели культуры, пока ещё не понимают красоты и искусства. В жизни хорошо понятно, что у плохого тренера – спортсмены проигрывают, у неграмотного учителя – ученики ничего не знают, у плохого врача – пациенты больны. В искусстве закономерности проследить сложнее. Но красота – это выражение внутренней гармонии, это Абсолют. Наше развитие накладывает опечаток на понимании красоты, следовательно,

надо стремиться к её познанию, особенно если это и есть область нашей деятельности.

Задача каждого художника и человека приблизить свой взгляд к истине. И путь познания истины и себя лежит через отчаянное сражение – битву с самим собой и с миром, битву без «розовых очков», за право стать мастером в любом ремесле и любом деле, стать Художником Света.



Как искать красоту и истину

Люди в процессе своей жизни и становления обмениваются опытом и знаниями. Раньше они обменивались информацией только с близкими и соседями, учились и учили. Сейчас сознание людей расширилось, и мы способны брать опыт всех. И отдавать его всем. Конечно, стало много пустого, ведь каждый может высказывать своё мнение и свой опыт, часто очень низкого уровня и ошибочный. Стало больше мусора, но и больше ценного. И, самое главное, мы вправе и можем выбирать информационные сферы, которые нам интересны и которые соответствует нашим требованиям и уровню развития.

С открытием информации шанс на максимальное развитие получил каждый. Но обилие пустых или ложных знаний путает и заставляет слишком часто ошибаться. Вариантов выбора настолько много, что, чтобы найти истину приходится «просеять тысячи камней в поисках изумруда». Ещё в детстве я встретила и хорошо запомнила документальный сюжет о поиске драгоценностей, где искатели клада всю жизнь могут промывать камни впустую, но, однажды, найдя среди них изумруд, смогут обеспечить свою семью на много лет!

Так и в поисках истины и красоты: придётся попробовать многое, чтобы понять и отделить «зерна от плевел». И к сожалению, в нашей временной точке это становится всё труднее, ведь «камней в реке прибавляется, а изумруд лишь один».

Пути к знанию

«Разве есть в жизни что-либо более прекрасное, чем поиск ответов на вопросы?» А. Азимов

В одной восточной притче рассказывается о том, как слепые мудрецы пытались понять, что перед ними находится, ощупывая слона. Один, ощупав ухо, подумал, что это веер. Другой, потрогав ногу, что это дерево. Третий, трогая хвост, решил, что это верёвка. Четвёртый, ощупывая бивни, увидел буйвола. Пятый, подошедший к слону сбоку, решил, что это стена. А трогавший хобот принял его за змею. И кто же был прав? Тот, кто смог соединить все знания воедино, а не упорно твердить своё. Заблуждения и крайности появляются, когда у человека не сформирована полная картина мира, потому что «слона» видно только с одной стороны.

Склонность к познавательной деятельности – одна из отличительных способностей человека, выделяющая его из мира животных – это возможность задавать вопросы и ис-

кать на них ответы. Благодаря познавательной деятельности человек изучает окружающий мир и самого себя. Но природная жажда познания в современном мире постепенно замещается поиском «кнопки», которая ответит на все вопросы. Зачем мыслить, когда есть всё готовое? Но чем является это готовое, насколько оно полезно и истинно?

В Китае говорят: «Учиться – всё равно что плыть против течения. Стоит остановиться – и тебя понесёт назад».

Чтобы пройти свой путь интереснее и быстрее, прийти к той цели, которая стоит перед нами, нужно глубоко и широко познавать этот мир. Познание оберегает нас от попусту потраченного времени, заблуждений и сильных шишек на голове: ошибки могут стоить достаточно дорого. Как говорится, «если бы молодость знала, если бы старость могла». Какие-то знания мы получаем через свой опыт и практику, а какие-то можем получить и через теорию: у нас есть сознание и разум, которые помогают нам отличать истину от лжи. Чем шире знания человека, тем сложнее его сбить с пути.

«Два пути ведут к знанию: благородный – путь размышления или горький – путь опыта».



Постепенно человек составляет своё представление о мире, и не всегда оно бывает истинным, часто ошибочным. *Задача каждого из нас максимально приблизить свою реальность к истинной, сформировав правильное и адекватное представление о мире и о себе самом в том числе.*

Выделить красоту и истину из мира путаницы и обмана помогают знания, ответственность, нравственность, мораль, эстетика, дисциплина, совесть и, самое главное, – постоянная оценка, что несёт собой каждое произведение или поступок.

Мы находим в этой жизни то, что ищем. Умение видеть истину, добро, прекрасное приходит со знаниями и опытом. Увидишь, например, несколько раз как нищий выбросит пирожок без мяса, услышишь, как он хвастается своими хитростями и болячками, поймёшь, что нет там добра, и больше не накормишь. Если мы изучаем, наблюдаем, оцениваем, сравниваем, познавая мир, то придём к истине через познание и положительный опыт, быстро и радостно. Но можно выбрать путь через страдание и горький опыт собственных ошибок – долгий путь усталости и боли, своей и чужой.

«Чем меньше гордости, тем ближе истина».

К сожалению, в среднем, люди в мире пока ещё находятся на низком уровне духовного развития. И развиваться в первую очередь им не позволяет гордость: самолюбие, самоуверенность, самообман, непогрешимость, жертвенность, леность, безответственность и другие её проявления в человеке.

Достаточно часто встречаются искатели истины, которые не смогли и не смогут её принять по причине своей гордости. Они хотят видеть какую-то другую истину, свою, но не ту, что ей является, из-за того, что она не отражает всех их внутренних страстей, слабостей и желаний. Если чужая истина окажется правдой, то они в её свете будут ошибаться или вы-

глядеть не очень красиво. Поэтому гордость будет продолжать искать то, что ближе к их личности с её проблемами, но не ту истину, при которой придётся увидеть себя «перед зеркалом совести». Именно поэтому у каждого своя правда. А задача жизни в том и состоит, чтобы суметь приблизить свою истину к истине Бога. Своё видение законов природы и мира к тем законам, которые были вложены в неё изначально.

Все познаётся в сравнении. Сравнение даёт нам знание, что такое хорошо и что такое плохо, что добро, а что зло, и кто же Я на самом деле. Если внимательно анализировать результаты поступков свои и других людей, всматриваться в естественные законы природы и развития, можно постепенно научиться видеть правду и красоту.



Современная поп-психология и религия убедили, что если мы сравниваем, то обязательно судим, принижая или возвышая себя. Действительно, так сравнивать не стоит. Не стоит осуждать людей, ведь у каждого свой путь. Каждый поступает так, как пока умеет, в зависимости от того, на каком уровне сознания он находится. И все мы однажды там были. Человек совершил этот поступок (например, плохо, по нашей оценке), потому что пока ещё совсем молодой, и не дорос до другого решения, у него пока низкий уровень ответственности. Критиковать, поучать или осуждать – дело последнее.

Осуждение – это, когда ты считаешь, что не ошибаешься и лучше других, а остальные хуже тебя. Сравнение можно и нужно использовать как анализ для того, чтобы в следующий раз применить к себе, сделав вывод, а не с целью самовосхваления, осуждения или унижения себя и других. Обычно все применяют законы, правила и заповеди к окружающим, а к себе – нет. Честность к себе – редкое явление.

Обучение, воспитание, дисциплина

Чем больше добра, правды и истины мы несём в своих поступках, творчестве и учении, тем большее развитие мы даём себе, своим ученикам и миру.

Все учения о добре и красоте уже существуют. Можно выбирать на свой «вкус и цвет», на которые влияют уровень восприятия и ответственности перед жизнью своей, своих детей, своих последователей и учеников. Мы всегда учимся и очень быстро становимся учителями. Если мы учимся и учим хорошим делам, то становимся хорошими учителями, плохим делам – плохими. Хотим мы или нет, но каждое наше действие имеет следствие: мы разрушаем или создаём, сильно или слабо влияя на нашу жизнь и жизнь других.

Развитие человека как личности состоит в обретении знаний и опыта в процессе самовоспитания. Это процесс обучения поведению и дисциплине, ответственности за свои действия, привитие положительных привычек и черт характера, понимание основ добра и зла в поступках и в жизни, и их последствий.

Самовоспитание – это привитие добродетели. Это не обучение манерам и лицемерию, это обучение, которое открывает сердце, которое помогает осознать равенство и важность каждого человека, своё место, и свою личность, умение работать над собой, оценивать каждый поступок. Самовоспитание – это обучение добру и любви к миру.

Самовоспитание – это мудрое ограничение: каждый дол-

эжен знать, что «можно», «нельзя» и «надо».

Воспитание – это не ограничение свободы, а умение отвечать за свои действия, умение оценить, что они принесут мне, другим людям, планете, Богу. Это возможность стать лучше самому и сделать мир прекраснее.

«Я спасал себя сам – самоанализ, самодисциплина, самообразование, самоусовершенствование». Э.Ионеско

Дисциплина и порядок часто приводят людей в крайнее раздражение, особенно людей творческих, это, якобы, накладывает ограничения на их порывы. Нет. Дисциплина – это не самоограничение, это отсечение всего лишнего. Именно она даёт возможность сконцентрироваться на главном, убрав в сторону всё то, что мешает двигаться вперёд. Не стоит ограничивать себя во всём и жёстко, главное знать меру.

«Творческий беспорядок – поэтичная отговорка лени, и никаким образом он не служит вдохновению и развитию творческого начала, а только наоборот. Гармония пространства, порядок, чистота перейдут красотой на искусство, которое будет нести истину и просветление. А лень и самолюбие – шаг в противоположную сторону.

Развитие чувства прекрасного – это прежде всего процесс постоянной работы над собой. Умение выразить себя творчески приходит не только через вдохновение, но и через опыт, большой объем работы, через накопленные знания, через наблюдение, обучение, воспитание и дисциплину.

Даже имея дар, нужно трудиться, развивать добродетели, ведь именно в чистое сознание приходит истинное вдохновение, которое воплощённое мастером, и является, в итоге, искусством...

«Природный дар, как музыкальный инструмент, звучит прекрасно лишь после настройки мастера». В. Рычков

В жизни встречается много талантливых людей, но интересно, что самыми талантливыми будут те, кто трудится больше остальных. Без ответственного отношения к своему дару и труда, таланты прожигаются, так как не имеют под собой вложенных видимых усилий – мы не знаем их цену, они дались «бесплатно». Зато часто можно встретить простых трудяг, которые за счёт объёма кропотливой работы «догоняют и обгоняют» тех, кто по всем параметрам был на «старте» далеко впереди... Не важно, что у тебя за преимущества, если ты их не удержал... Поэтому трудолюбие и сила духа сильнее таланта.

Как говорил Микеланджело: *«Если бы люди знали, как много я трудился, чтобы овладеть своим мастерством, мои произведения перестали бы казаться чудом».*



Притча о таланте и трудолюбии, принадлежащая перу Леонардо да Винчи

У одного известного цирюльника была бритва столь красивая и острая, что равных ей не было на всём белом свете. Однажды она загордилась и решила, что ей негоже служить рабочим орудием. Спрятавшись в укромном уголке, она пролежала так много месяцев, а когда захотела распрямить своё сияющее лезвие, обнаружила, что оно всё покры-

лось ржавчиной.

Так и человек, имеющий множество талантов и достоинств, может растерять их, если предастся безделью и прекратит развиваться.

«Помните, что даже человек, одарённый печатью гения, ничего не даст не только великого, но и среднего, если не будет адски трудиться».

П. И. Чайковский

Творчество или искусство?

«Люди, не имеющие с искусством ничего общего, не должны с ним иметь ничего общего. Просто?» Станислав Ежи Лец

Сегодня всё чаще встречается и, к сожалению, принимается псевдоискусство, когда ничем не примечательные, а то и вовсе бездарные вещи преподносятся миру в качестве выдающегося творчества. Искусство постепенно замещается творческим самолюбованием. И социальные сети это очень хорошо подпитывают... Если раньше доступ к просвещению и культуре был у людей, достигших определенного уровня успеха и известности в своей области, то теперь каждый может демонстрировать себя и своё творчество, особенно при сильной финансовой поддержке. А реально оценить его мало, кто готов. Желание демонстрировать себя и любыми способами выделиться среди остальных начинает выходить за рамки красоты, культуры и приличия. Забывается то, в чём смысл искусства.

Вот смешной диалог из фильма «Реальная любовь»:

«— Мы получили роль в рождественской пьесе, я — омар!

— Омар?

– Да, омар.

– Значит, новорождённый Иисус был окружён омарами?»

Этот пример хорошо показывает часто встречающуюся подмену понятий и заложенного изначально смысла, в попытках найти то, чего раньше не было.

В спорте всё просто: если ты не умеешь бегать, на Олимпиаде тебе не победить. Как ты на дорожке стометровой ни танцуй, перед камерами ни пляши, как язык ни высовывай, Усейн Болт всё равно тебя обгонит, ведь он обладает самой лучшей техникой бега, он силен и пластичен – он лучший. В искусстве, к сожалению, не всегда так: поёт «бездарная звезда», а в это время тысячи людей в стране обладают голосами во сто крат лучше. Пиар, реклама, деньги – всё это отодвигает нас от правды, и дети уже не пытаются учиться петь и трудиться, а пытаются кривляться на камеры, рано краситься и раздеваться...

С таким подходом, естественно, уходит доверие, интерес, снижается качество работ и уровень мастерства, теряется красота. Чтобы отдавать, прежде нужно наполниться. А если это искусство, то наполнится красотой, знаниями, добром и художественным мастерством. Иначе что отдавать?

«Умейте любить искусство в себе, а не себя в искус-

стве», – сказал Константин Станиславский.



Творчество – это самовыражение через какой-либо вид искусства, но оно не является искусством изначально, а становится им тогда, когда обретает светлое начало, способное возвысить человеческий дух, сделать мир красивее и добрее, когда несёт процветание, а не разрушение. Но многие всё же путают любое своё творчество и искусство.

Есть несколько видов творческого самовыражения. Первый – творить по-настоящему красиво, чтобы это заметили и оценили. Второй – творить кричаще и вызывающе, чтобы на это обратили внимание. Причём тут могут быть разные варианты: изначально извращённое восприятие прекрасного, осознанное стремление выделиться «не важно чем» или постепенно изменённое понимание красоты, навеянное извне, чаще рекламой или окружением. И третий – подстроить своё творчество под требования коммерции и текущей обстановки. Художники применяют разные из них в зависимости от ситуации, мировоззрения, целей и уровня отношений с миром. Но во втором случае творчество порой превращается в сумасшествие и пошлость, а в последнем – просто в торговлю.

А как же получается, что порой художники рисуют самые странные и безыскусные картины, а они стоят непообразимые деньги? «Стоит дорого – значит это красиво», – поду-

мают многие, но это не так. В картины очень удобно вкладывать деньги, поэтому большую цену арт-дилеры могут назначить за что угодно. Популярность, мода и красота – вещи разные, порой несовместимые.



*«Позвольте вас спросить, как художник художника:
Вы рисовать умеете?» 12 стульев*

Вся современная «культура» в погоне за деньгами, прибылью, известностью и прочими подобными ценностями опустилась вниз по эстетической и нравственной лестнице. Всем известные страсти человека губят его самого и всё, что

его окружает. Лениность рождает недоученность. Тщеславие – неверную самооценку и погоню. Алчность – готовность на всё ради денег. Самолюбие – перенасыщенность персональной, вычурность и, порой даже, сумасшествие. Зависть – беспринципность. И так далее.

Современный бизнес и пиар запутали нас в пониманиях «что такое хорошо и что такое плохо», что красиво и что безобразно, в своих совсем не благих намерениях... Много доброго и светлого уходит в прошлое, замещаясь пустотой и низкопробностью. Высунутый язык всегда являлся признаком бескультурья, который так радостно демонстрируют именно «деятели культуры», и это просто маленькая капля большого океана нравственной пропасти.

Неграмотные специалисты начинают чему-то учить, просто чтобы быть на виду, ради денег, ради славы и своего самолюбования. Практически никто не понимает своего «предмета»: тренеры по плаванию не умеют плавать, певцы не умеют петь, учителя русского не знают русского, врачи не умеют лечить, художники рисовать, а писатели писать. А что будет дальше? Если учить будут те, кто учились сейчас? Жажда наживы и славы губит и творчество, и самого художника.

И в современном искусстве получается, как в старом

анекдоте, когда чукча книгу написал:

– Вы сами-то читали то, что написали?

– Чукча не читатель, чукча – писатель.

Хороший художник не просто демонстрирует и выражает себя в искусстве, он вдохновляет других, будоражит души красотой своих произведений, передаёт гармонию и красоту, естественность, пробуждает любовь.

«Важнейшая задача искусства – это быть высоким в своём проявлении, демонстрируя лучшее в этом мире, одухотворяя и побуждая человека к добру».

Есть в нашей жизни то, что разрушает, а есть то, что развивает, наполняет силами, вдохновением, энергией, радостью. Картины, выходящие из-под кисти художника, призваны нести созидание, ведь мы ответственны за то, что получает человек от наших слов, действий, произведений, за то, что мы отдаём в этот мир. И чем больше людей вступают в контакт с нашими «картинами», тем больше в руках художника ответственности, но и возможности дать людям вдохновение и радость.

Художнику, знает он это или не знает, придаёт он этому значения или не придаёт, уверен он в своём «совершенстве» или нет, но придётся отвечать за все произведения и всё то,

что они приносят людям, как и повару за здоровье и самочувствие людей, которых он кормит своей едой, и учителю за результаты учеников, которых он воспитывает. Поэтому важно осознавать, кто мы есть на самом деле, что есть добро, что есть красота, что есть истина прежде, чем открывать себя, свою деятельность и своё творчество миру.



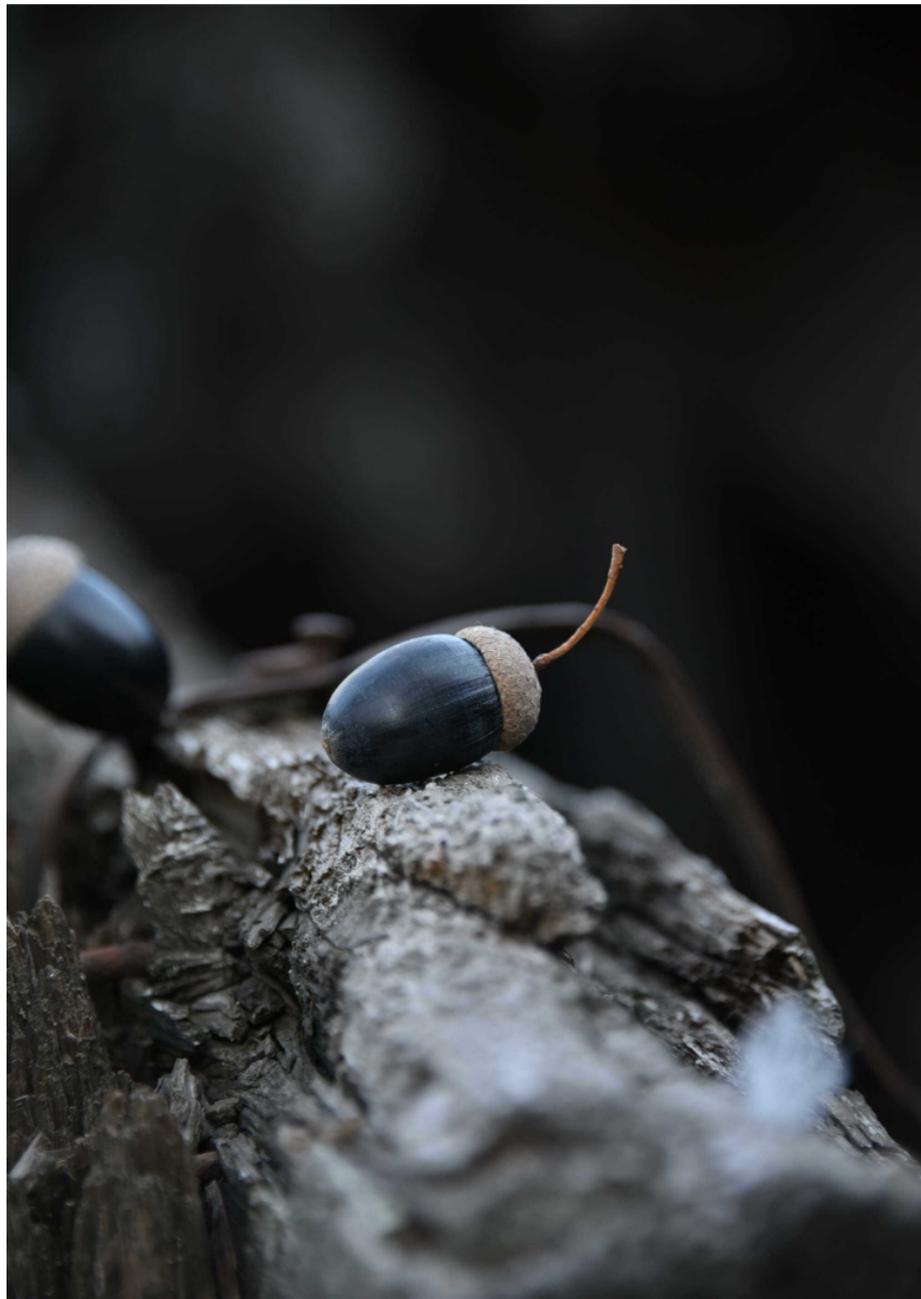
С появлением соцсетей все резко стали «звёздами», а с появлением видео ещё и «кинозвёздами», и ведут себя словно «публичные личности», просто у каждого свой размах. Раньше дети стремились скорее-скорее закурить, а сейчас – взять телефон и снимать... Каждый выкладывает свои

рассуждения и мысли, что ел, чем болел, куда ходил, даже пишет об этом книги. В конце фильма «Адвокат дьявола» герой Аль Пачино так и говорит: «Тщеславие – мой любимый грех».

На самом деле никого не волнует, что ты ешь и пьёшь, а если и волнует, то с целью полюбопытствовать, посмеяться, сравнить и почувствовать свою значимость, или наоборот, позавидовать, подпитывая свою жертвенность. Но точно не с целью порадоваться. Мало, кто действительно интересуется другими, стремясь помочь, понять, научить.

Смысл жизни и фразы «отдавайте себя другим» – не в демонстрации себя, а в заботе и искреннем желании помогать; в раскрытии своих способностей, служении миру и людям через них; в достижении поставленных целей; в добре и милосердии.

Показать красоту Земли, гор, рек, водопадов, океанов, сподвигнуть людей к близости с природой – это добро, а хвастаться отдыхом где-нибудь на самом дорогостоящем курорте – вряд ли. Научить готовить полезные и доступные каждому блюда – это хорошо, а выкладывать, как ты ешь черную икру – не очень. Достижения и комфортная обеспеченная жизнь – это очень ценно, никто не спорит, но хвастаться – плохо. Зависть разрушает обе стороны.



И подобное происходит не только с людьми искусства или творческих профессий, это есть во всём – общая тенденция. Страдает не только культура, все сферы жизни наполнены самолюбием, недоученностью, глупостью, фальшем, безнравственностью, бескультурьем, безвкусицей и тенденцией идти на что угодно, ради денег. Я никогда не любила неэтичную рекламу и форму продаж, особенно с эротическим содержанием; активный и навязчивый маркетинг, когда людей пытаются убедить купить больше, чем им надо или что они не хотят; манипуляции, и особенно, когда этому учат. Я люблю работать и трудиться по совести там, где есть красота, просветление, истина, где от соприкосновения с творчеством, или даже товаром, мир и человек становится только лучше. Это и есть добро.

Не важно, что мы делаем: заботимся ли о ребёнке, рисуем картины, стрижем газон, гладим вещи, подметаем улицы, играем в футбол или управляем страной, – важно для чего и как, с какими мыслями, и что мы открываем в себе при этом... Можно быть жадным и терроризирующим народ императором, а можно простым дворником, но чистоплотным добрым и ответственным.

У каждой вещи в этом мире есть свой смысл, цель и причина, по которой она была придумана и сделана. У каждого

человека в том числе, но, несомненно, они должны быть на благо и пользу всему миру. *Не важно, какие у тебя таланты, важно то, как ты ими распоряжаешься: развивая или разрушая, спасая или предавая, воскрешая или убивая, ненавидя или любя, по совести или безнравственно, по добру или по злу...*

Мы очень много времени и сил отдаём своей работе. Если наша деятельность несёт благо, ведёт к процветанию мира, сохраняет жизнь, соответствует законам природы и мироздания, если она добрая и созидательная, то мы делаем много хорошего, если она несёт отрицательный и разрушительный характер, то наоборот.

Наполняйте этот мир красотой, ищите и передавайте со своими работами идею гармонии, заложенной в природе, открывайте в себе духовное начало и закладываете его в своём творчестве, будьте простыми и доступными для понимания. Освободитесь от влияния славы и денег, ставя на первое место всё то хорошее, что мы можем сделать для этого мира.

Есть песни Битлз – они легендарны, есть строки Есенина, что будоражат душу, а есть, да простит меня «попса», современная белиберда, что не удостоится ничего, кроме мимолётности. Не гонитесь за «попсой» – она пуста.

«Художник должен заботиться не о том, чтобы его произведение нашло признание, а о том, чтобы оно заслуживало его». М. Эбнер-Эшенбах

Деньги это не всё

«В тот момент, когда художник думает о деньгах, он теряет чувство прекрасного». Дени Дидро

Подлинное искусство, мастерство, красота, знания, культура, мораль, здоровье скрываются за огромным забором выгоды. Сейчас не осталось почти ни одной области человеческой жизни, где деньги не встали над истиной, убрав её с видимости. Происходит очевидная потеря ценностей и подмена понятий.

«Человек живёт в материальном мире, а деньги – это эквивалент материальной силы, пусть и не всемогущая, но мощнейшая энергия, позволяющая человеку устроиться в этом мире, поэтому деньги для многих – едва ли не вопрос жизни и смерти. И если человек верует в «святость» и всемогущество денег и ставит их во главу угла, то может случиться непоправимое. Делать деньги – это дело второе, третье или даже шестнадцатое. Первое же дело, задача человека – «двигаться внутрь». То есть реализовывать себя, раскрывать свои таланты и способности, занимаясь любимым делом. Словом, делать то, что ты любишь, что лучше всего умеешь, то, к чему лежит твоя душа». А. Казакевич

Вот вам пример из искусства

«Испанский художник Сальвадор Дали, равно как и его коллега Пикассо, пытался делать деньги, на чём только мог. Он внушил музыкантам легендарной группы «Битлз», что секрет его успеха – в его необычных, «поистине чудодейственных» усах. В результате получасовой эмоциональной обработки Дали ухитрился продать «наивным англичанам» собственные усы за 50 тысяч долларов. Которые, как выяснилось позднее, оказались фальшивкой! Впрочем, музыкантам жаловаться на отсутствие успеха не пришлось. Может, фальшивые усы тоже оказались волшебными?» Из книги «Спеши любить» А. Казакевич

Очень важно, чтобы в сердце художника жила любовь, иначе он просто становится торговцем, пускай даже хорошим. Самое главное предназначение художника – нести в мир красоту и раскрывать любовь и добро в сердцах других людей своим творчеством.

«Тот, кто думает, будто деньги делают все, возможно, сам и способен всё сделать за деньги», – сказал известный английский банкир Чарльз Галифакс.

«Вот невероятная история, подтверждающая слова англичанина. 23-летняя американская красавица и актриса Уэнди Дитрих выскочила замуж за кинорежиссёра Родже-

ра Доркаса. Роджер был ростом на голову ниже невесты и имел очень плохое, растраченное в сомнительных развлечениях здоровье. К тому же Роджер был почти в три раза старше Уэнди. Но все эти недостатки с лихвой перекрывались главным его достоинством – он был миллионером. Красотка рассчитывала, что со временем его миллионы перейдут на её счет. Как и следовало ожидать, через год семейной жизни Роджер умер. То, что предполагала молодая красавица, свершилось. Но впереди её поджидал неприятный сюрприз. Когда адвокаты огласили завещание её мужа, Уэнди пришла в ярость: ей достался в наследство один цент. Все остальные деньги – 64 миллиона долларов, режиссёр завещал своему псу Максимилиану.

Обиженная вдова обратилась в суд с протестом. Суд принял сторону собаки. Но актриса нашла способ оставить миллионы себе – она вышла замуж за Максимилиана. Оказалось, что, когда Доркас открывал счёт на собаку, ему пришлось оформить кобеля как гражданина США, чтобы выплатить необходимые налоги. А раз пёс – полноправный гражданин США, значит, за него можно выйти замуж. Брак актрисы с собакой официально зарегистрировали. Через пару лет Максимилиан околел. И поскольку покойник не оставил никакого завещания, собачья «вдова» унаследовала всё его состояние. В общем, и смех, и грех».

Из книги «Спеши любить», А. Казакевич

Мэрилин Монро, в молодости мечтавшая о карьере и богатстве и любившая повторять знакомую многим поговорку «лучшие друзья девушки – бриллианты», в конце жизни разочарованно сказала: «Слава, конечно, хорошая вещь, но она не согреет вас в холодную ночь». И слава, и богатство, и власть, и прочие физические «ценности» и удовольствия – всё это может быть потеряно или отнято в любой момент.

Как писал французский писатель Антуан де Сент-Экзюпери: *«Работая только ради материальных благ, мы сами себе строим тюрьму. И запираемся в одиночестве, и все наши богатства – прах и пепел, они бессильны доставить нам то, ради чего стоит жить».*

«Творчество, это проявление Бога в человеке. Это говорит о том, что в мире не существует ни одного обделённого творчеством человека. Творчество – это наша суть. Каждый из нас осознанно или нет создаёт свою реальность и мир вокруг. Мир изменится, если все люди на планете займутся любимым делом, не делом с большой зарплатой, а делом, что пробуждает душу».

А. Арушр

Есть люди, как океан, в безграничной широте души которых можно утонуть, а есть такие, что похожи на мелкие лужицы. Даже, если лужа наполнена золотой

водой, разве стоит ей становиться, когда у каждого из нас назначение стать океаном?

Истинные ценности

«Самый большой успех, который возможен в жизни человека, – это не власть или слава, не комфорт или физические наслаждения, не количество денег, а радость, внутренняя радость, которую люди называют счастьем. И радость эту можно извлечь не из чего-то или кого-то, а лишь из собственного сердца. Все другие способы – лишь искусственные, кратковременные и очень непрочные заменители счастья». А. Казакевич «Спеши любить»

Человечество поглощено внешними атрибутами псевдоуспеха: славой, достатком, престижем, глянцевыми обложками и светской жизнью, а не стремлением к добру, морали, культуре, красоте и труду. Мы думаем, что мы покупаем что-то полезное. Нет. Большинство вещей нам даже не нужны.

Состояние мира – это отражение внутреннего состояния людей: жизни ради себя, безжалостного потребления природы и даже жизнью людей в угоду удовлетворения своих бесконечных желаний и потакания слабостям. Природа и человек – это великий замысел. Настолько они совершенны по своему строению. Каждую секунду работают механизмы, познать которые нашему сознанию не дано. И вот имея в распоряжении такое «тело» и такой «дом», человек каждым своим

действием разрушает себя и мир вокруг. Но истинная светлая Божественная природа души человека заключена в любви, в бескорыстной самоотдаче, в жизни друг для друга, в заботе друг о друге.



Джордж Карлин сказал: «Наше время – это время быстрого питания и плохого пищеварения, больших людей и мелких души, быстрой прибыли и трудных взаимоотношений, время роста семейных доходов и роста числа разводов, красивых домов и разрушенных домашних очагов. Время коротких расстояний, одноразовых подгузников, разовой морали, связей на одну ночь; лишнего веса и таблеток, которые дела-

ют все: возбуждают нас, успокаивают нас, убивают нас...»

Развитие человека состоит в понимании, что действительно ценно. Дети выбирают всё кричащее, сладкое, громкое, яркое. Человек мудрый предпочитает более спокойные звуки и тона, это и есть процесс взросления нас и нашей души, переход от просто «хочу» и потребления к осознанному выбору естественной красоты и гармонии.

Сейчас сильно сбиты нравственные ориентиры и слишком преувеличена значимость материальных вещей. Амбиции, тщеславие, алчность, зависть, праздность, гордость и прочие человеческие несовершенства – губят планету и самих людей. Суть жизни – раскрыть в себе любовь к миру, отдать всё самое лучшее и хорошее, что есть внутри, для поддержания его благополучия и красоты во имя жизни. А не разрушать и уничтожать жизни во имя себя...

«Солнце, Луна и звёзды давно бы исчезли, окажись они в пределах досягаемости загребующих человеческих рук».

Г. Эллис

Одновременно в разных частях земного шара одни дети болеют, страдая от ожирения, другие умирают от голода... Но, к сожалению, человечеству интереснее искать жизни на других планетах, упуская то, что спасти жизни нужно сна-

чала на Земле... Ценность людей становится ниже ценности вещей. И сохранить в этих условиях в себе человека становится ещё важнее.

«Оказания помощи другим в сложный период» – вот с чего начинается цивилизация, заявила известный антрополог Маргарет Мид. Она показала студентам, что цивилизация началась не с умения строить жилище, делать оружие, торговать или ещё чего-либо подобного, а со сросшейся бедренной кости, потому что в животном мире сломанное бедро означала бы смерть. А если кость срослась, значит о человеке кто-то заботился.

Самый главный признак человека – способность помогать и заботиться о других.



«Теперь, когда мы научились летать по воздуху, как птицы, плавать под водой, как рыбы, нам не хватает только одного: научиться жить на земле, как люди». Б. Шоу

Стремиться к достижениям, успеху, материальному благополучию – это безусловно хорошо. Но не любой ценой. «Хорошими делами прославиться нельзя», – говорила старуха Шапокляк, и была во многом права. Просто дурными выходками это сделать проще, но что же даст подобная слава? Её обладателю, людям и миру? Что-то по истине ценное? **Истинная слава – это благородство души.**

Деньги и достаток – это лакмусовая бумажка, они никого не портят и не делают лучше, они показывают содержание человека: и когда их нет, и когда их очень много. **А если цена успеха – разрушение, то все достижения не имеют смысла.**

Мы привыкли воспринимать все, как должное – это большая ошибка повседневности, не замечаем и не видим чудо, а возможно оно есть. Для детей подарки Деда Мороза тоже чудо, но не для родителей, которые трудятся, чтобы они появились под ёлкой.

Если верить учёным то, чтобы сдержать всего лишь один атом требуется колоссальное количество энергии. Одномоментно всё куда-то несётся с невероятной скоростью, а мы спокойненько сидим и пьём чай, и ничего вокруг не шелохнётся. Чудо, неправда ли? Никто не знает, что и где началось, и когда всё это закончится. Поэтому будьте уверены, что у каждого из нас цель пребывания здесь очень высокая, и, совершенно точно, не разрушать и уничтожать всё живое ради своих страстей.

Мы используем и расходуем наш прекрасный мир как неосознанные дети тратят и прожигают накопленные годами и трудом близких наследство. Благодарите, цените, уважайте, дарите себя этому миру. Благодарите не только за дела,

которые мы видим и ощущаем, но и за те, которые не видны, которые остаются «за кулисами» или кажутся совершенно незначимыми. Мы способны дать миру больше, чем просто пользоваться, потреблять и губить.

Однажды мудрец бродил по рынку со своими учениками, всё время разводил руками и твердил одну и ту же фразу: «Как же здесь всего много!»

Ученики интересовались:

– Чего же, чего много?

– Как же здесь всего много, без чего я смогу обойтись!

Нет, и не может быть ничего более ценного, чем доброе сердце, и та щедрость души, которая делает мир светлее и лучше, которая своими действиями спасает жизни, защищает, помогает, возвышает человеческий дух, борется с несправедливостью, превозносит истину, красоту, любовь, благодарность, взаимовыручку, поддержку, – делая всё это, смыслом человеческой жизни.

Письмо директора школы к своим учителям, письмо Настоящего Человека

«Уважаемый учитель!

Я пережил концлагерь, мои глаза видели то, чего не должен видеть ни один человек: как учёные инженеры стро-

ят газовые камеры; как квалифицированные врачи отравляют детей; как обученные медсёстры убивают младенцев; как выпускники высших учебных заведений расстреливают и сжигают детей и женщин... Поэтому я не доверяю образованности. Я прошу вас: помогайте ученикам стать людьми. Ваши усилия никогда не должны привести к появлению учёных чудовищ, тренированных психопатов, образованных «эйхманов». Чтение, письмо, арифметика важны только тогда, когда помогают нашим детям стать более **ЧЕЛОВЕЧНЫМИ**»

«Никогда так не нужна поэзия, как в те времена, когда вследствие господства себялюбия и расчёта количество материальных благ растёт быстрее, чем способность освоить их согласно закону души». П. Шелли

Вдохновение и гармония с природой

«Человек совершил огромную ошибку, когда возомнил, что может отделить себя от природы и не считаться с её законами». В. И. Вернадский

Путь человека в противоборстве с природой и разрушении её никуда не приведёт, только если целью не является самоуничтожение. Использовать её силы, чтобы преобразовывать мир в лучшую сторону, помогать ей и себе – вот какова наша задача. **Стать ответственными садовниками, которые ухаживают за своим Домом и превратят красоту мира в ещё более удивительный и прелестный Сад...**

Технологии, да, это прекрасно, это интересно, это удобно, это развивает мышление и сознание, они помогают обрести тяжелобольным людям шанс на жизнь, встать из инвалидных колясок, но в то же время они уничтожают естественную красоту лиц и фигур в угоду заработка, укореняя в мире искусственную красоту и жизнь... Чем дальше человек уходит от природы, тем сильнее он подвергает себя разрушению... Пропагандируя искусственные и пластиковые параметры красоты, мы стираем своё будущее. Искусственные цветы и деревья, ультрафиолет и очистители воздуха нико-

гда не заменят нам естественной природы, воздуха, воды, земли.

Скорость уничтожения среды обитания во много раз превышает мероприятия по её сохранению. Все земли и воды уже пропитаны ядами и пластиками... Скоро будет сложно дышать и нечего пить.

Связь пищевой и химической промышленности очень сильно ухудшило качество еды. С этим падает уровень здоровья и уровень сознания. Искусственная пища губит организм и ум человека. Этот факт неоспорим. Люди совершенно потеряли личную силу; здоровье достигает критических отметок. И это не предел упадка. Без осознанности людей прогресс становится разрушением.



«Все мы дети одного корабля по имени Земля и пересесть из него просто некуда...» Антуан де Сент-Экзюпери

Мы дышим и живём на планете вместе с природой и растениями как неразрывное целое. В нас вода, которая наполняет реки, мы питаемся едой, которая растёт на Земле, в наших клетках воздух, которым наполнена её атмосфера. Чем хуже становится наша среда, тем беднее и слабее становимся мы сами, и ничто искусственное не заменит нам естественную и здоровую среду. **Планета здорова – здоров человек, планета больна – болен человек.**

Нельзя отрицать прогресс и нельзя одновременно ставить его превыше природы, здесь должен быть баланс и положительная взаимосвязь. Развитие сознания людей отстаёт от темпов разрушения и загрязнения планеты. Кроме интеллекта нужно ещё обладать разумом, ответственностью и любящим сердцем, чтобы использовать свои способности во имя добра, а не зла.

Добро – это, когда разум выходит на службу к чистому сердцу.

«Мы не наследуем Землю у своих предков, а берём её взаймы у своих детей». Антуан де Сент-Экзюпери

Нашим детям достанется совсем не та планета, с которой начинался путь человека. Современный мир, промышленность и технологии в неразумных алчных руках разрушили, разграбили, продали, сгубили все богатства Земли: почву, реки, недра, воздух, леса, моря, океаны...



Мир – это окно, но если на стекле появляется немного «серебра», то человек уже видит только себя. Наверное, даже если люди, варварски разрушающие планету и не задумывающиеся о последствиях своих действий, выйдя из дома, упадут в обморок от грязного воздуха, они всё равно не поймут, что своими же руками разрушили этот мир.

«Поведение человека в природе – это и есть зеркало его души».

К. Л. Зелинский

Нам кажется, что всё «сойдёт с рук», что всё решится как-

нибудь само собой. Мы наслаждаемся жизнью, а планета сама о себе позаботится и справится со всем, что мы ей «приготовили». Но оказывается, что возможности её тоже не безграничны... Разрушая, нет смысла ждать в ответ «чудесное воскрешение». Мы получаем то, что отдали. Мы можем выбрать путь – «заботиться, жить и наслаждаться», а выбираем – «разрушить и выживать».

Ради денег и удовольствий люди способны на всё, даже уничтожить свой Прекрасный Дом, где плещутся волны, дует ветер, светит солнце, несутся облака, порхают бабочки, жужжат пчелы, стрекочут кузнечики, квакают лягушки, скачут белки, поют птицы...

Наша задача уметь отдавать. Уметь заботиться. Уметь, видя прекрасное, хотеть не только заполучить его, а восполнить и служить этой красоте.

Вдохновение природой

«Самое сложное и трудное в поэзии, как и вообще в искусстве, – это быть естественным. Мастерство – это высшая естественность». М. Светлов

Когда мы наблюдаем за природой, гуляем в парках, лесах, горах, вдоль морей, рек, озёр, водопадов, мы чувствуем её

силу, красоту, видим её совершенство, нам хочется больше заботиться о ней и быть рядом. Одним словом, мы начинаем любить её и уже не хотим разрушать, и все наши действия направляются на приумножение этой красоты. Когда мы смотрим на картины, изображающие природу, мы проникаемся и испытываем такое же желание. Переданная руками художника красота мира, рождает в нас любовь, раскрывает светлую сторону.

Мода на искусственную красоту навеяна большим бизнесом, его рекламой и выгодными ему установками. Руководствуясь корыстью и используя для этого человеческие слабости, зависимости, страхи, они манипулируют людьми. Вот мы и видим мир таким, какой он есть сейчас – погрязший в разрушениях. Я никогда не принижала значимость и достижения человеческих технологий и культуры, но не тогда, когда этот «прогресс» ставит под сомнения естественный ход вещей, извращает ценности и уничтожает дух человека.

Путь в гармонии с окружающей средой благороден, одухотворён и честен перед миром, природой и собой, он не ведёт к разочарованию, он ведёт к развитию жизни и к её процветанию.

Добро и красота – это все, что следует законам природы и развития, что возвышает, несёт благополучие, делает

мир лучше. Красоте очень важно быть естественной.

«В природе нет ничего идеального и тем не менее всё идеально. Деревья могут быть скрученными, причудливо изогнутыми, но при этом красивыми».

Э. Уокер



Сохранить и открыть естественную красоту – процесс трудоёмкий, требующий глубины, осознания сути человека как части природы. Это желание и умение приходит не сразу, а иногда и не приходит вовсе по разным причинам. Мы приближаемся к восприятию и осмыслению естественной кра-

соты через ответственное отношение к жизни своей, чужой и жизни планеты.

Натуральность не значит и никогда не означала что-то неопрятное и неухоженное, нет, – это природа в умелых руках человека или художника, это способность превратить имеющуюся природную составляющую в абсолютную красоту.

Всматривайтесь в устройство и гармонию естественной природы: она совершенна. Природа сочетает цвета и растения идеально. Мы созерцаем её, наслаждаемся. Возникает естественное желание запечатлеть и показать красоту природы – всё это говорит о нашем гармоничном взаимодействии с ней.

Странно будет увидеть посреди тайги подсолнухи или осьминога в кукурузном поле. Иногда подобные композиции носят особый философский характер. Но если он надуман желанием выделиться, то это не красота и не истина, а глупость. Гармоничной и красивой мы её всё равно не назовём, а лишь странной и пускай даже очень популярной. А кто-то скажет: «О, класс, осьминог в поле, надо срочно нарисовать и продать, как суперидею». Искусство, красота и добро, должны приниматься душой и разумом сразу, вызывая в сердце что-то приятное, воодушевляющее, поднимающее

настроение. А ни отрицание, непонимание, смущение, страх или неприязнь, и вечный вопрос: «Хмм... Ну и что же здесь хотел сказать автор?» Автора это, конечно, может и прославить, но что даст его искусство?

«Истинная красота и искусство приводят в восторг до слез радости!»

Если вы повесите дома картину Клада Моне «Кувшинки», например, это будет приносить радость, свежесть, бодрость, единение с природой, помогать ценить её красоту, нежность. После просмотра её хочется сажать цветы, ухаживать за растениями, наводить красоту и порядок дома, в саду и многое другое, а вот если вы повесите дома картину Эдварда Мунка «Крик», сколько бы миллионов долларов она ни стоила, то подобных чувств она, однозначно, не вызовет.

Естественный внутренний порядок природы вызывает воодушевление, вдохновение, ощущение радости и счастья.

«Поощряйте своих детей искать природу, куда бы вы ни пошли. Это может быть сорняк, который пророс в тротуаре или листья, дающие жизнь маленьким комочкам вдоль дороги. Это небо в любое время дня или ночи. Ветер, который делает с вашими волосами то, что он любит. Оглянитесь вокруг, это не займёт много времени, что-

бы найти природу». П. Уайтхаус

Не замечая чуда и красоты естественной природы, мы привыкаем, а затем воспринимаем всё, как должное, и перестаём ценить...



Естественная красота. Мера

– Папочка, а я когда вырасту, буду такой же красивой, как ты?

– Ну, я думаю, ты будешь такой же красивой, как мама.

– Не, как мама, это долго! Я видела, как она сначала крем, потом тушь, потом помаду, потом причёску! А ты встал, умылся – и уже красивый!

«Сегодня я был в Лондонском метро и заметил там плакат, рекламирующий пластическую хирургию. И на лицо женщины с плаката кто-то приклеил наклейку, на которой говорилось: «Вам это не нужно. Вы прекрасны и такими, какие есть». История из жизни, книга «Спеши любить» А. Казакевича

«Красивое не нуждается в дополнительных украшениях – больше всего его красит отсутствие украшений». И. Гердер

Быть настоящим не модно. И эта тенденция во всём. А вернуться к истине бывает совсем сложно. Если, например, мы много едим пищи с усилителями вкуса, то потом обычная еда кажется пресной. Дело не только во вкусе и красоте: когда человек отдаляется от своей природы, он попадает «в пропасть», разрушая себя. Прогресс научный, технический, информационный, культурный должны способствовать улучшению взаимоотношений человека с природой, а не только использованию её для своих нужд.

«Красота в юности – это подарок природы, красота в зрелости – это высокая культура образа жизни и мысли».

«Как же сейчас без косметики?» – спросят многие. Действительно, она очень прочно вошла в нашу жизнь, как и лекарства и другая фармацевтика. Представить себе жизнь без косметики невозможно и, вероятнее всего, не нужно. Не стоит возвращаться в прошлое, указывая на гениальность первобытного или ещё какого-либо общества, особенно если учесть, что люди там жили по 30 лет, без зубов, и умирали сотнями тысяч во время эпидемий из-за отсутствия медицинской помощи, санитарии и гигиены.

Во всём сохранить меру и баланс – вот основная задача каждого из нас. Не стоит отказываться от современных полезных и удобных вещей во имя единения с природой и натуральности, лишая себя радостей жизни, обрекая на неаккуратность. Так можно и вещи не гладить и не стирать, говоря, что это экономит мировые ресурсы воды и электроэнергии. По тем же причинам не убираться дома. Или выбирать хозяйственное мыло для мытья головы, считая, что оно лучше, чем шампунь. Не лучше.

Содержать своё тело в порядке и чистоте, ухаживать за ним, правильно питать, делать зарядки, соблюдать законы развития и функционирования организма, – это хорошо и правильно. Разрушать своё тело недобросовестным отношением и прибегать потом к излишней косметике, лекарствам,

даже хирургической косметологии, ставя под угрозу своё здоровье и теряя здравый смысл, – это уже крайность. А фанатизм обычно приводит к отрицательным последствиям.

Мы всегда имеем какие-либо исходные данные и нет ничего плохого если мы хотим их улучшить, подкорректировать, такова сущность человека – мы всегда что-то меняем и, в первую очередь, мы так поступаем, потому что приходим сюда меняться в лучшую сторону. Значит наша задача – сохранить и улучшить то, что у нас уже есть, умело подчёркивая, а не затмевая чем-либо искусственным или даже дурным.

Обратите внимание! Если возникает желание сделать своё тело лучше – оно имеет право на жизнь. Стремление улучшить свою внешность является абсолютно нормальным для любого человека. Будьте честны, чтобы понять, что лежит в основе желания. Если любовь к себе, уважение и забота – это хорошо, и превращение его в реальность будет полезным. Если же поиск в себе недостатков, резкая оценка своего тела и навешивание ярлыков – это выражение несогласия и отвержение, значит, разрушительно.

Важно любить себя и ценить такими, какие мы есть. Но это не означает халатное и пренебрежительное отношение к себе, это означает ценить себя и свою внешность, зная, что

ты такой, какой ты есть, не хуже и не лучше других.

Все женщины прекрасны от природы, важно подчеркнуть красоту, найти свою гармонию, научиться плавности, аккуратности, чистоте, элегантности, нежности, изяществу. Чувствовать себя неотразимой, естественной, настоящей.



«В человеке должно быть всё прекрасно: и лицо, и одежда, и душа, и мысли». А. Чехов

Крайняя естественность и уход за собой или одинокая жизнь в диком лесу? Наверное, такой путь тоже возможен и кому-то точно близок. Главное, чтобы подобный выбор вела любовь к миру, а не гордыня, что «я лучше всех», или фанатизм от заблуждений и незнания законов построения мира.

Я приведу интересный пример, как человек стремясь к естественности, на самом деле не до конца представляет себе, что происходит. Одна известная актриса, шагнув за определённую цифру в паспорте, пожелала остаться естественной и не красить волосы. К сожалению, но седина старит. И в это же время, к моему удивлению, она появилась на ковровой дорожке при полном макияже. Так в чём смысл тогда оставлять седину? Если ты позиционируешь естественный образ – сохраняй его до конца, а если красишь лицо, то почему бы уже и не покрасить волосы? Мы видим истину такой, какой хотим видеть, выворачиваем любое правило так, как нам удобно. Это же я часто наблюдаю у фанатичных представителей сект и религиозных конфессий: из учений они ловко выбирают только то, что подходит под их устав.

Но, будьте на стороже: чем больше вы пользуетесь косметикой, тем сложнее вы без неё сможете обходиться как физически, так и психологически. Постепенно, как в любых лекарствах, наркотиках и экстриме, объём используемых средств нарастает и нарастает, так как организм адаптируется и требует увеличения дозировки. Принципы работы нашего тела одинаковы и распространяются на всё. Косметика – это лёгкая форма медикаментов: она вызывает привыкание. Вы постепенно увеличиваете «дозу» или меняете «лекарства». От объёма косметики кожа быстрее увядает и устаёт. После этого часто наступает желание или необходимость использовать хирургию. С точки зрения психологии – привыкните к себе с ярким макияжем, и уже не примите своей естественной природной красоты.

Я ни в коем случае не отрицаю ни медикаменты, ни косметику, ни хирургию. Просто во всём должна быть мера и благоразумие. Большая часть современных образов популярных личностей совершенно не являются эталоном красоты, к которым стоит стремиться. Особенно, если разобраться с содержанием мыслей и добротой сердец. К сожалению, большинство молодёжи, и даже осознанных взрослых женщин и мужчин, начинают равняться на те образы, которые нам показывают с экранов.

Известность и реклама ещё не означают красоту,

также, как деньги и слава, не означают успех и счастье.

Прав был герой Сухорукова: «Деньги правят миром и тот сильнее, у кого их больше». Сильнее, конечно, не в плане развития духа и души, а в плане навязывания и прививания другим своих ценностей, понятий и правил.

Если кто-то надеется уйти в искусственный виртуальный мир, или заменить еду на таблетки, как, например, в фильме «Пятый элемент», то он глубоко заблуждается. Развитие интеллекта и науки, к сожалению, не привели к увеличению внутренних сил организма, а лишь поставили его в зависимость от медицины и фармакологии. Искусственное в чём-то спасает, а в чём-то губит.

Сила медицины не решает проблем красоты и здоровья. Ничто не является панацеей. Болезни и смерть также существуют, как бы далеко ни продвинулись учёные в этой области. Все ищут волшебную таблетку, которая за нас решит наши проблемы. Но её нет, потому что суть жизни – решить эти проблемы. Мы здесь пришли бежать свой «марафон», а не заплатить кому-то, чтобы это сделали за нас, и с доблестью получить медаль.

Лучшие средства, чтобы быть красивее и не стареть, – это

здоровый образ жизни, хорошая экология, свежий воздух, гимнастика, правильное питание, улыбка и здоровые зубы, любимая работа и семья, благодарность и доброе сердце. И отсутствие вредных привычек, которые очень сильно портят лицо и фигуру. В мире тысячи отрицательных примеров, когда люди в погоне за превращением себя во что-то «совершенное», полностью потеряли здравомыслие и здоровье. Всё хорошо в меру. Но сложно её найти, и ещё сложнее сохранить.

Мы такие, какие мы есть для чего-то. Маргаритка никогда не будет страдать от того, что она не пахнет и не выглядит как роза, и тем более не будет стремиться быть похожей на искусственные цветы. Она знает, что, если она маргаритка, значит так нужно.



Наше тело всегда будет отражателем наших мыслей, наших привычек и нашего образа жизни. Основная задача каждого человека – принять себя таким, какой он есть, заботиться о своём теле и подчёркивать свои достоинства.

«Твоё здоровье – чистый воздух, вода и пища. Вставай утром с радостью, ложись спать с улыбкой. Ты радуешься, улыбаешься – значит, ты здоров. Не лечи болезнь, лечи свою жизнь, живи по законам природы, разума. Когда нет здоровья, молчит мудрость, не может расцвести искусство, не играют силы, бесполезно богатство и бессилён разум». Геродот

Как «открыть своё сердце»

«Доброе сердце художника способно творить истинное искусство».

Следующие главы помогут «открыть своё сердце», чтобы научиться творить прекрасное и доброе искусство, такое, каким оно должно быть, чтобы зажигать в людях свет и любовь, чтобы от соприкосновения с творчеством мир становился лучше и человечнее. А самовыражение превращалось в Искусство и Красоту, которые способны спасти мир.

«Чтобы нести Свет, нужно самому стать Светом...»

В каждом человеке «растут» и «прекрасные цветы», и «сорняки». «Возделывать свой сад» очень нелегко: нужно трудиться, постоянно выкорчёвывая «сорняки», сажая взамен прекрасные «цветы добродетелей». Только вот сорняки растут хорошо, а вырастить что-то стоящее требует больших усилий как в природе, так и в человеке. Это хорошо заметно на детях: как быстро они перенимают вредные привычки, и как тяжело привить им полезные.

***Добро** – это все, что следует законам природы и мироздания, всё что служит процветанию и развитию жизни и*

мира. Зло – всё, что противоречит жизни и разрушает её.

Значит добро в каждом из нас – это любовь и благодарность к миру, стремление служить ему на благо, приумножать его богатства и красоту, желание всеми силами спасти жизни, а не уничтожить.

Доброта – это гармония с миром и осознание себя как неотъемлемой его части, благодарность за свою жизнь, и в то же время признание важности и ценности любой другой жизни.

Добродетели – это качества человека, которые приносят добро в этот мир, служат его развитию и развитию самого человека. Им противопоставлены страсти, которые, наоборот, разрушают. Первые олицетворяют **добро**, вторые – **зло**. Именно они и есть «два волка», которые борются в человеке.

Единственный способ победить в себе «злого волка» (слабости, плохие привычки, страсти, желания, соблазны и эмоции) – это затмить их добродетелью.

Добродетели – это великодушие, сострадание к другим, сопереживание, милосердие, понимание чужих бед, проблем и помощь в них; это забота, щедрость, справедливость, **ответственность** за свои поступки, преданность, трудолюбие,

ОПТИМИЗМ; это сила воли и все её проявления: решительность, терпимость, мужество, самообладание.

***Добро** – это то, что противопоставлено **злу**, а зло творится, потому что человек считает себя важнее и лучше остальных. Зло просто слово страшное, но на самом деле **зло** – это поступки, рождаемые чрезмерной гордостью и самолюбием, алчностью, **безответственностью** и другими изъянами души, которые мы приходим победить сюда нашей волей и добродетелью. Или не победить...*

Не бойтесь творить добро

«Единственное, что на самом деле важно, – это золото служения другим людям». Дж. Буррогс

Любое совершённое нами доброе дело, пускай даже самое маленькое, наполняет нашу жизнь смыслом и меняет весь мир и нас самих в лучшую сторону, и имеет очень важное значение, даже если мы так не думаем. Важное для нас, для того, кому мы помогли, и для того, кто наделил всех нас способностью любить и творить добро.

«Не откладывайте добрые дела, которые можете совершить сейчас, потом времени может не оказаться. Наполните себя любовью и бескорыстно служите людям. Бескорыстное служение человеку – это служение Богу». Сатъя Саи Баба.

«Самая большая привилегия, которая дана человеку свыше – быть причиной добрых перемен в чьей-то жизни». Б. Паскаль

Богатство души определяется не тем сколько у тебя есть, а тем сколько ты способен разделить и отдать. Если у нас что-то лучше или больше, чем у остальных: внешность, достаток,

таланты, друзья и близкие, это не повод считать себя лучше других, не повод гордиться, а это повод действовать, использовать то, что у тебя есть на благо других, мира, и конечно, себя как его части. **Мы не хуже и не лучше других, мы все равны, мы здесь друг для друга.**

У нас есть глаза, чтобы замечать природу, людей, зверей, которым нужна помощь; руки, чтобы заботиться о них и подать в сложный час; ноги, чтобы прийти на помощь; голос, чтобы говорить добрые слова и слова поддержки; уши, чтобы выслушать, и сердце, чтобы ощутить радость от поступков во имя жизни и справедливости...



Всегда помните, что кто-то сейчас не имеет возможности сделать глоток воды.

Только любовь к другим и ко всему живому учит и открывает сердце. И именно доброе сердце создаёт в любом месте **«рай»**, а самолюбие и гордыня любое место превратят в **«ад»**.

Притча о рае

Добрый человек беседовал с богом и спросил его: «Господи,

я бы хотел узнать, что такое Рай и что такое Ад».

Господь подвёл его к двум дверям, открыл одну и провёл доброго человека внутрь. Там был громадный круглый стол, на середине которого стояла огромная чаша, наполненная пищей, которая пахла очень вкусно. Люди, сидящие вокруг стола, выглядели больными и умирающими от голода. У них были ложки с длинными-длинными ручками, прикреплёнными к их рукам. Они могли достать чашу, наполненную едой, и набрать пищу, но, так как ручки у ложек были слишком длинные, они не могли поднести их ко рту. Добрый человек был потрясён видом их несчастья. Господь сказал: «Ты только что видел Ад».

Затем Господь и добрый человек направились ко второй двери. Отворив её, добрый человек увидел сцену, идентичную предыдущей. Такой же огромный круглый стол, та же гигантская чаша. Люди, сидящие вокруг стола, держали те же ложки с длинными ручками. Только на этот раз они выглядели сытыми, счастливыми и погруженными в приятные разговоры друг с другом. Добрый человек сказал господину: «Я не понимаю».

– Это просто, – ответил ему Господь, – в раю люди научились кормить друг друга, а в аду думают только о себе.

«Жизнь человека имеет смысл до тех пор, пока он вносит смысл в жизни других людей с помощью любви, дружбы, сострадания и протеста против несправедливости». Симона

Пицца для души. Немного добрых дел

«Одно маленькое доброе дело стоит тысячи грандиозные намерений».

На вопрос о том, что такое добрые дела, обычно отвечают что-то про бабушек, сумки и благотворительность. Делать добрые дела – это не обязательно переводить деньги в фонды помощи. В день мы делаем тысячи дел, и каждое может засиять с положительной стороны – «белым цветом» добра, если выполнены с любовью и ответственностью.

Я постаралась немного приоткрыть через обычную жизнь то добро, что делает нас лучше, открывает сердце, учит любви и, даже несмотря на маленькие масштабы, является самым важным.

Притча про морскую звезду

«Однажды во время прилива к берегу принесло очень много морских звёзд. Когда наступил отлив, все они стали высухать на солнце. Мальчик, гулявший по берегу, стал бросать звёзды в море. К нему подошёл человек и спросил: – Зачем ты делаешь это? Это просто глупо! Оглянись! Здесь миллионы морских звёзд, берег просто усеян ими. Ты ничего

не изменишь!

Мальчик поднял следующую морскую звезду, бросил её в море и сказал: – Нет, я смогу изменить все... Для этой звезды».

Забота

«Самое большое благо – это то, что мы делаем друг для друга». Мать Тереза

Заботливость – это умение отдавать свои силы и время другим, делая их жизнь лучше.

Добро – это забота о родных и близких, мир в семье и доме, забота о себе о своём теле. Для мужчин, например, это всегда забота о женщинах, помощь им во всём своей силой, защита семьи, слабых, проявленная отвага. А для женщин – забота о муже и детях, об их здоровье и о своём, уют и чистота дома.

Добро – это забота о природе, о людях, о животных. Мы всегда можем делать то, что в наших силах. Не обязательно это субботники, экологические программы или волонтерство. Чистота в доме и вокруг, сортировка и сдача отходов, экономия ресурсов, сохранение природы, посадка деревьев и полезных растений, забота и бережное отношение к братьям нашим меньшим (ненасилие, растительное питание),

сокращение лишнего потребления (умеренность). Мирное отношение к другим людям и ко всему живому; осознание равенства всех людей, важности каждого существа, как части целого. Умение не идти на конфликты и примириться; прощение; принятие и понимание выбора и пути другого человека, уважения его самого и его ошибок.

Сохранить мир – это любить каждую жизнь на нашей планете...

Обратите внимание! Растительное питание очень важный шаг на пути к добру и «миру во всём мире». Оно открывает сердце и очищает сознание, воспитывает любовь и милосердие ко всему живому. Смело оставляйте предрасудки, в растениях есть всё необходимое для нашей жизни! Травоядные млекопитающие не обладают никакими исключительными физиологическими процессами в отличие от человека. Кстати, а хищники и всеядные, устроены как раз иначе. Мы не похожи на них не только по строению, но и по поведению и образу жизни.

Растительная пища меняет образ мысли, преобразует и открывает внутренние силы для светлых творческих идей и добрых свершений. А мясная и животная пища, наоборот, мутит сознание и разрушает тело.

Устоявшаяся традиционная парадигма питания является пережитком прошлого и основана на выгоде и бизнесе,

но не на заботе о людях... Пища, полученная в результате убийства и насилия, – это лёгкий способ управления человеком.

Насилие порождает насилие. Ни одно живое существо не хочет умирать. Все испытывают чувства. Убийство ради питания может быть оправдано только в условиях выживания!

*Братья наши меньшие нуждаются в заботе Людей – более сильных, но разумных и осознанных существ, которые знают свою природу, а не уничтожают и разрушают себя и мир от недопонимания, самолюбия, тщеславия, безответственности и алчности. **Светлая сторона человеческой души – мудрый собиратель и земледelec, умеющий ценить любую жизнь.***

«Самый первый шаг в ненасилии заключается в том, что мы культивируем её в нашей повседневной жизни между собой – правдивость, смирение, терпимость, любящую доброту». М. Ганди

Интересный факт! Выдающиеся личности всех времён, выбирающие в качестве своего образа питания растительные продукты, считавшие этот выбор важнейшей составляющей своей жизни и достигнутых ими успехов: Сократ, Платон, Пифагор, Леонардо да Винчи, Исаак Ньютон, Авраам Линкольн, Чарльз Дарвин, Томас Эдисон, Никола Тес-

ла, Генри Форд, Альберт Эйнштейн, Бенджамин Франклин, Бернард Шоу, Лев Толстой, Герберт Уэллс, Марк Твен, Вольтер, Махатма Ганди, великие атлеты Мохаммед Али, Карл Льюис и Иван Поддубный, наш любимый соотечественник Николай Дроздов и многие другие.

Добро – это помощь близким, знакомым и всем людям в их повседневных делах или трудностях.

Милосердие – способность помогать и прощать, это любовь к другим людям и миру. Щедрость – это умение бескорыстно отдавать себя и всё что у тебя есть на благо других. Щедрость – это умение делиться без самолюбия и жертвенности.

Узнавайте, чем вы можете быть полезны, помогайте больным, слабым и уставшим. Заботьтесь о старших, им тяжелее даётся любое дело. Проявляйте щедрость: словом, делом, материальными вещами, особенно едой. Можно оказывать волонтерскую посильную помощь в детских домах, в домах инвалидов, мероприятиях по сохранению природы и защите животных.

«Если и существует более верная мера человека, чем то, что он делает, то это должно быть то, что он даёт». Р. Саут

Гордость всегда находит свои нужды более значимыми, чем других.

Заикливаясь на материальном, человека преследует постоянный страх, что «мне не хватит». Он всегда всё «гребёт» под себя и боится конкурентов. Ведь у него могут отнять всё богатство. Жадность – это нежелание делиться тем, что есть: опытом, знаниями, ресурсами, ведь если поделиться, то другие станут лучше, а это недопустимо.

Учитесь сочувствовать. Выслушайте человека, если ему нужна поддержка, или он одинок. Обычно мы хотим говорить о себе, о своих проблемах, учить, советовать, обсуждать, критиковать, а вот слушать... Иногда человеку необходимо внимание в том, чтобы его просто выслушали. Будьте вежливыми к людям, цените внутренний мир каждого, говорите добрые слова, особенно слова благодарности.

Редко сейчас услышишь слово «спасибо» от ребёнка, и, к сожалению, от взрослого тоже. А если вдруг что-то нет так, то недовольство приходит сиюсекундно. Поспорить, повозмущаться, поругаться, подраться – это даётся с лёгкостью, а доброе слово благодарности сказать, помириться, посочувствовать – очень трудно.

Ценить мир другого человека – это добродетель

Уважение – это понимание значимости каждого человека в этом мире. Никто не хуже и не лучше – каждый достоин жизни. Мы уступаем место старшим, потому что они слабее, а не, потому что так написано в правиле пользования автобусом; мы не кричим в общественных местах, потому что ценим мысли и разговоры других людей, и так далее. Важно уметь быть свободным, но в той мере, когда мы не ущемляем интересы других.

Когда воспитанность становится лицемерием и «маской благородности», ради выгоды, – это обман, и, конечно, плохая черта. Использование такого приёма и привело к негативному отношению к воспитанию у части людей, словно это ненужный и ошибочный процесс... К сожалению, недостойные люди всё доброе умудрились использовать в плохом качестве.

Добро – это защищать слабого

Модная кармическая теория очень хорошо учит «проходить мимо». «Это его карма», – твердит она. И это так. Но если у тебя есть больше возможностей, то твоя карма не просто потреблять этот мир, а идти дальше: не тратить, а использовать свои ресурсы и таланты для того, чтобы улучшить этот

мир, увидеть в нем сложности и помочь другим в их непростой ситуации. Если человек тонет – спасите его, потом всё остальное. Единственное, если вы не умеете плавать – кричите или бегите за подмогой!

Пожарники, вынося людей из горящего здания, не думают, кто что заслужил. Они просто спасают...

Великодушие – высшее проявление души человека, его щедрость и способность отдавать себя бескорыстно, готовность поступиться своими интересами во имя других.

Чем больше любви и добра будет накапливаться в сердце, тем шире будет становиться список добрых дел. Он растёт вместе с нашим сердцем.

Но, обратите внимание на несколько вещей!

Первое. Помогать и делать добрые дела важно, но не в ущерб себе, иначе они перестанут быть добрыми, так как в эти моменты вы разрушаете себя, когда отдаёте силы сверх возможностей, и время, которое хотели потратить на другое. Помогите столько, сколько вы можете, без ущерба для себя и своей семьи. Кидаться «на амбразуру» весьма опасно, но и проходить мимо беды с чистой совестью, не тот выбор, которого достойно придерживаться.

Второе. *«Давая совет, которого у вас не спрашивали,*

приготовьтесь идти туда, куда вы не собирались».

Если вы считаете, что вы возделываете «свой сад» правильнее всех, то не спешите приходить к соседям, навязчиво пытаясь научить, как выращивать «их сад», или, что ещё хуже, делать это за них. Когда вы уйдёте, всё равно он «зарастёт сорняками», или вас прогонят (если вы учите тому, к чему человек ещё не готов: «ему ещё копать огород, а вы уже учите его выпалывать картошку»).

Кому нужно сам придёт к вам за советом и спросит, как же вы превратили «свой участок» в такой «дивный сад».

Любое давление порождает отторжение. Настойчивость дело хорошее, но не в бездумном и самолюбивом варианте, где это проявляется, как неуважение чужой силы, знаний и потенциала.

«Если вы стучите и думаете, что вас не слышат, то скорее всего вас уже услышали, и ждут пока вы уйдёте».

Третье. Если вы помогаете деньгами через фонды, то будьте внимательны, чтобы они были проверены и направлены действительно на благие цели. К сожалению, в подобные мероприятия подмешивается человеческая алчность, хитрость и желание заработать на бедах в других.

И четвёртое. Мы не должны делать за людей то, что они могут сделать сами. Тут как с детьми. Помочь убрать игрушки-

ки – хорошо, но убрать их за подрастающего малыша – нет.

Довольно распространённая тема – помощь на улице. Если к вам подходит человек пьющей наружности и просит на хлеб, попробуйте накормить его. Деньги ему, скорее всего, нужны не для еды. Если он действительно голоден и ему необходимы силы, накормите тем, чем можете. Есть философский фильм «Трасса 60», где очень хорошо раскрывается суть попрошайничества. Надпись на доске нищего гласила: «Работаю за еду». «Честный» человек (он не мог терпеть ложь) предложил ему работу и еду, но тот отказался, потому что на самом деле хотел получить в свою коробочку подающие лёгким путём.

«Когда людям делаешь добро, хорошие люди это ценят, равнодушные забывают, а наглые становятся ещё наглее».

Когда взрослые мужчины просят деньги на выпивку, я всегда думаю о женщинах-инвалидах с детьми и без мужей. Вот кому действительно нужна помощь, а не этим наглецам и эгоистам. Давать им деньги на что? Чтобы они продолжали вести абсолютно безответственную жизнь?

«Маргиналы» на самом деле – это эгоисты высшей степени: самолюбие, безответственность, наглость, неблагодарность, лень, неуважение, небрежность, доведённые до абсур-

да. Они будут есть и пить только то, что хотят. Они хвастаются друг перед другом своими болячками, своим образом жизни. Они такие, не потому что их «судьба побила», они такие, потому что внутри такие же, как и внешне. «Чем наполнена посуда, то и выльется оттуда». Они не ценят свою жизнь, не уважают других людей, не благодарны близким, природе, Богу, никому и ничему, они не «строят дома», жалея себя и свой труд.

«Существовать ради самого себя – значит быть ничем».

Б. Скиннер.

Будьте особо внимательны, когда хотите помочь, когда хотите накормить голодного. Давать милостыню людям, которых «кроет мафия», и тем, которые наглеют – это не добро. Голодный путник, уставший ребёнок, пенсионеры, матери-одиночки, инвалиды, родные и близкие – это совершенно другое. Нет ни одной причины, по которой можно оправдать «низменный» образ жизни, кроме собственного выбора. Помогайте тем, кто трудится. Не поощряйте в людях безответственное отношение к жизни, их лень и гордыню, неряшливость, наглость и так далее. Остаться без дома это не повод бездействовать. У большинства людей в этом мире нет своего дома, в том числе и людей-инвалидов, и «колясочников», которые всё же умудряются работать и делать то, что могут.

Благодарность и оптимизм против уныния и пессимизма

«Все наши сетования по поводу того, чего мы лишены, происходят от недостатка благодарности за то, что мы имеем». Даниель Дефо

Нередко мы забываемся, не благодарим и уповаем на свою тяжёлую долю, хотя можем потратить это время на труд, на заботу, сопереживание и действительную помощь другим в преодолении их бед.

Задача и счастье каждого из нас кроется в том, чтобы своим добрым сердцем помочь другому перейти непростое «жизненное поле».

«Я плакал, что у меня не было футбольных бутс, но потом я увидел человека, у которого не было ног». Зинидин Зидан

Эта фраза отражает всю сущность нашего «самолюбивого я», наше раздувание своих иногда мало существенных проблем. Важно уметь благодарить за то, что мы имеем, видеть чужие беды и желать помочь преодолеть сложности чужой жизни. Мы есть здесь и сейчас, чтобы сделать мир лучше,

помочь каждому, помочь там, где мы можем. Беды и зло происходит от нашего «тёмного волка», который не видит и не осознает себя частью по-настоящему великого замысла...

Благодарить – это признавать ценность всего и каждого, это любить то, что у тебя уже есть.

А наша жизнь часто проходит в отчаянии, что у нас нет футбольных бутс, или у кого-то их больше, или они красивее, или нам нужны другие, или 150-е по счёту, и хорошо бы позолоченные. Или, что ещё хуже, в самобичевании, что бутс слишком мало и обвинении в этом всех вокруг... Вещи в нашей жизни ценны лишь тем, что их можно при необходимости отдать туда, где они нужны больше всего.

На меня в юности очень сильное впечатление оказали соревнования по лёгкой атлетике среди инвалидов. У парня не было ни рук, ни ног, но он бежал! Бежал на специальных протезах... И все мои проблемы рядом с его, в одночасье, оказались несерьёзными.

Поводы для недовольства можно найти всегда и во всём, главное хотеть: их может быть тысячи за день, как и поводов для радости. Не так важно, что с нами происходит важно лишь то, как мы относимся к этому и что стараемся увидеть. От своих же недовольств мы делаем свою жизнь несчастливой, и жизнь людей, которые рядом с нами. Не важно,

сколько у нас есть, у кого-нибудь всегда будет больше.

«Радость – это любовь к тому, что есть, а печаль – это любовь к тому, чего нет».

Пессимизм – это мягкое и скрытое слово, обозначающее разные виды человеческого недоброжелательного отношения к миру: неблагодарность за то, что человек имеет, нелюбовь к миру, недоверие, скупость души, зависть, обиду, тиранию, жертвенность, даже ненависть и агрессию.

Разве можно с такими чувствами любить, делать добро для других людей, зажигать сердца и открывать новые горизонты, совершать то, ради чего человек приходит в этот мир? Порой о том, чем мы недовольны, другие только мечтают.

А оптимизм, напротив, – это всегда благодарность, это вера, это добро, это сила духа, это то, что помогает выжить и пережить любые сложности, это любовь, которая наполняет наше сердце и сердце близкого.

Анекдот от Н. Дроздова.

«Одна рыбка толкает другую:

– Вот ты говоришь: «Бога нет, Бога нет». А кто нам тогда воду в аквариуме меняет?»

Все читали сказку о «Золотой рыбке», за редким исключением, и все знают, что старуха – персонаж весьма неприятный. Со времён Пушкина поменялись только «корыта и землянки», но ненасытность и неблагодарность сохраняет свои непоколебимые позиции. В мире остаётся всё меньше и меньше благодарности... Благодарности природе, близким, друзьям, знакомым, всему, что есть вокруг, и тому, «кто меняет воду в нашем аквариуме». А благодарить всегда есть за что. Всегда. Хотя бы уже за то, что у нас есть возможность учиться и пройти свои уроки, какими бы тяжёлыми они нам сейчас ни казались.

Притча о благодарности. «Виноградная лоза».

«Росла в одном из прекрасных садов виноградная лоза, которая задумалась: «Почему люди ежегодно снимают с меня виноград, уносят его, но никто не говорит мне «спасибо»?».

Однажды мимо проходил мудрый человек и присел отдохнуть неподалёку. Решила лоза спросить у него об этом и промолвила:

– Мудрый человек, пожалуйста, подскажи! Ты видишь, я виноградная лоза. Когда мои плоды созревают, приходят люди и забирают их. Но ни от одного из них я не видела даже намёка на благодарность. Почему они так поступают?

Мудрец ответил ей:

– Милая лоза, просто у всех создалось впечатление, что ты не можешь не принести виноград».

Не бойтесь творить добро! Бойтесь упустить время, назначенное нам для свершения добрых дел!

Прививайте с детства детям умение благодарить за все, что есть, делиться, говорить добрые слова, сопереживать, замечать тяготы и боли других, помогать слабым и нуждающимся, старшим и младшим, больным и уставшим.

Почаще спрашивайте близких и далёких: «Чем я могу помочь тебе «перейти твоё поле?»»

Не бойтесь стать лучше, чем вы были и есть. Добро – это не слабость, а сила духа и души. Нет ничего более могущественного, чем любовь и великодушие.

«Темнота не может разогнать темноту: на это способен только свет. Ненависть не может уничтожить ненависть: только любовь способна на это». Мартин Лютер Кинг



И последнее – любовь

«Нас не спросят, сколько людей нас любило, нас спросят, скольких любили мы». Р. Бах

«Люди неразумны, нелогичны и эгоистичны. всё равно любите их!

Если вы делаете добро, люди будут обвинять вас в тайных эгоистичных корыстных мотивах. Всё равно делайте добро!

Если вы добились успеха, тем самым приобрели фальшивых друзей и искренних врагов. Всё равно добивайтесь успеха!

Честность и откровенность делают вас ранимыми. Всё равно будьте честны и откровенны!

Сделанное вами сегодня добро завтра будет забыто. Всё равно делайте добро!

Самые добрые люди с самыми масштабными идеями могут быть подбиты низкими поступками и мелкими мыслями. Всё равно мыслите масштабно!

То, что вы строили годами, может быть разрушено в одну ночь. Всё равно стройте!

Давайте миру лучшее, что в вас есть, – и вам плюнут в лицо. Всё равно давайте миру лучшее, что в вас есть!» Доктор Роберт Х. Шуллер

И даже если вы ошибётесь, вас обманут и вас предадут, вам изменят, вас кинут. Ваша любовь, ваше добро всё равно останутся с вами, они будут развивать ваше сердце и вашу душу.

Любовь – это чувство в душе, которое призывает разум к благородному действию: отдавать и служить.

Любить – это отдавать все, что у тебя есть: время, силы, энергию, внимание, заботу. Любовь – это доброта сердца, обращённая в действие. Это щедрость и великодушие, которые идут от себя в сторону другого. Как только действие направлено к себе – оно уже не является выражением любви и проявлением «добротого волка», а главного своего оппонента – самолюбия.

Любовь вдохновляет и творит добро, строит замки и совершает невозможное, она наполняет жизнь самым главным смыслом.

Как сказал ирландский философ Эммет Фокс: «Нет такой трудности, с которой бы не смогла справиться любовь. Нет такой двери, которую бы не открыла любовь. Нет такой бездны, через которую бы любовь не проложила мост. Нет такой стены, которую бы любовь не низвергла. И нет такого греха,

который бы любовь не покрывала. Не важно, насколько глубоко может быть скрыта проблема, не важно, насколько безнадёжно всё выглядит, не важно, насколько запутан клубок, насколько велика ошибка, – любовь всё разрешит. И если в вашем сердце достаточно любви, то вы будете самым счастливым, самым могущественным человеком во всём мире».

Древние учения говорят, что уровень сознания человека равен количеству его любви. Любит человек только себя – первый и самый низший уровень сознания. На этом уровне живут лишь абсолютные эгоисты, и живут для себя. Любит человек, кроме себя, своих родителей, супруга и детей – это уже второй, более развитый уровень. Любит ещё и своих друзей, и хороших знакомых – третий уровень, стоящий ещё выше. Любит всех хороших людей, животных и природу, сопереживает им и стремится заботиться о них – четвёртый уровень. Ценит жизнь всякого живого существа, и природу, и свою планету, заботится о том, что любит, и обращает эту любовь в творчество – пятый уровень. Любит весь мир и Бога, создавшего и его, сознательно стремится делать добро и заботиться о людях, даже своих врагах – шестой уровень. И наконец самый высший, седьмой уровень развития – когда человек служит миру и способен нести за него абсолютную ответственность, отдавая всего себя другим.

«Любовь всегда даёт, она никогда не требует, не выра-

жает протеста, никогда не мстит за себя». М. Ганди

Любить человека – значит желать ему счастья и отдавать ему свое время, внимание, поддержку, благодарность; выражать согласие, признание, уважение, восхищение; проявлять терпение, заботу; защищать, прощать; давать свободу. Давать то, что ему нужно от нас больше всего...

«Пару лет назад я познакомился с человеком по имени Пол, и он рассказал мне, как постиг силу умения давать ещё в те времена, когда был студентом колледжа. Когда Полу исполнилось восемнадцать, старший брат подарил ему новенькую машину, и, естественно, Пол поехал в колледж, чтобы показать её друзьям. Один первокурсник в восхищении кружил вокруг сверкающей новой машины. "Ну, что скажешь?" – спросил Пол. "Фантастика! – с восторгом ответил первокурсник. – Просто фантастика!" А когда Пол сказал ему, что это подарок ко дню рождения, сделанный его старшим братом, первокурсник был совершенно ошеломлён.

«Её подарил тебе брат?! – воскликнул он. – Ух ты! Как бы я хотел..." Пол догадывался, что собирался сказать этот парень: «Как бы я хотел иметь такого брата». Но первокурсник закончил эту фразу совсем другими словами, и Пол запомнил их на всю оставшуюся жизнь. Тот парень сказал: «Как бы я хотел быть таким братом!» Из книги Адама Джексона «10 секретов счастья».

«В сердце каждого из нас находится бездонный колодец – колодец любви. И всякая жизнь, вся её суть и задача – вычерпать из этого колодца как можно больше. И выплеснуть в мир». По книге А. Казакевича «Спеши любить»

«Любовь, – это не собственность, чтобы быть накопленной, это излучение, аромат, чтобы быть разделённой. Чем больше вы делитесь, тем больше вы имеете; чем меньше вы делитесь, тем меньше вы имеете. Чем больше вы делитесь, тем больше вы будете расти из вашей внутренней сердцевины – это бесконечно; больше будете бить ключом. Вычерпывайте воду из колодца, тогда больше свежей воды притечёт в колодец. Не вычерпывайте воду, закройте колодец, станьте скупым – и родники не долго будут действовать. Вскоре эти родники станут мёртвыми, заблокированными; и вода в этом колодце станет стоячей, грязной. Текущая вода свежа, как и струящаяся любовь.

Какая бы красота ни была с вами, никогда не копите ее. Ваша мудрость – делитесь, ваша молитва – делитесь, ваша любовь, ваше счастье, ваше восхищение – делитесь. Да, если вы не можете никого найти, разделите это со скалами – но делитесь. И когда вы даёте, не ждите благодарности. Чувствуйте благодарность человеку, который позволил вам разделить что-то с ним. Не иначе! Не считайте в глубине вашего сердца, что ему следовало бы быть благо-

дарным, потому что вы что-то разделили с ним. Нет – сами почувствуйте благодарность за то, что он готов был выслушать вас, разделить некоторую энергию с вами; что он готов смотреть на ваш танец любви, что, когда вы пришли, чтобы поделиться с ним собой, он не отверг ваш дар, ведь он мог бы отказаться». Р. Ошо

«Как вы думаете, о чём люди больше всего сожалеют, когда их жизнь подходит к концу? О том, что скопили недостаточно денег? Что мало уделяли времени работе? Нет. Больше всего люди сожалеют об упущенной радости – о нерастраченной любви, которую они по какой-то причине не отдали своим близким или от которой отказались во имя иных, совершенно не важных вещей». Из книги А. Казакевича «Спеши любить»

Спешите дарить свою любовь, своё тепло, свои силы, своё время и радость другим. Нет долга или занятия выше этого. И нет смысла больше любви...

Все самое лучшее сделано по любви, о любви и во имя любви. Любовь – это отказ от своей гордости. Способность выбрать другого, уступив себе и своим интересам. «Любовь – чудесное изобретение природы, тот, кто любит, с лёгкостью делает то, что должен».

«Когда любишь, хочется что-то делать во имя любви.

Хочется служить». Э. Хемингуэй «Прощай, оружие!»

Как жить и творить без любви, если без неё всё доброе перестаёт им быть?

Ответственность без любви делает человека раздражительным.

Справедливость без любви делает человека жестоким.

Правда без любви делает человека критиком.

Воспитание без любви делает человека двуликим.

Ум без любви делает человека хитрым.

Приветливость без любви делает человека лицемерным.

Компетентность без любви делает человека неуступчивым.

Власть без любви делает человека насильником.

Достижения без любви делают человека тщеславным.

Должность без любви делает человека высокомерным.

Достаток без любви делает человека хвастливым.

Бедность без любви делает человека жадным.

Вероисповедание без любви делает человека фанатиком.

Ремесло без любви делает человека торговцем,

А искусство без любви является всего лишь самолюбием.

Любой успех и любой талант без любви становятся гордостью. Вот почему без любви жизнь превращается «детскую»

в погоню за удовольствиями, в попытках затмить «дыру в сердце» чем угодно.

«Настоящая любовь всегда творит и никогда не разрушает. И в этом – единственная надежда человека». Леонардо Бускалья

Любовь – это, когда в душе человека живёт сам Бог.

Рассказ о настоящей любви

«Это было обычное хлопотливое утро, когда, приблизительно в 8:30, пожилой мужчина, лет восьмидесяти, пришёл снять швы с большого пальца его руки. Было видно, что он очень спешит, и он сказал слегка дрожащим от волнения голосом, что у него важное дело в 9 часов утра.

Сожалеюще покачав головой, я попросил его присесть, зная, что все доктора заняты, и им смогут заняться не ранее чем через час. Однако, наблюдая, с какой печалью в глазах он то и дело поглядывает на стрелки часов, во мне что-то сострадательно щёлкнуло – и я решил сам заняться его раной. Мы разговорились. Я не удержался и спросил у него:

– У вас, наверное, назначен приём у врача, раз вы сейчас так спешите.

– Нет, не совсем так. Мне надо успеть в больницу покормить мою больную жену.

Тогда я спросил, что с ней. И пожилой мужчина ответил, что у неё, к сожалению, обнаружили болезнь Альцгеймера. Пока мы разговаривали, я успел снять швы и закончил обработку его раны. Взглянув на часы, я спросил, будет ли она волноваться, если он немного опоздает.

К моему полнейшему удивлению, мой собеседник сказал, что она, увы, не узнает его последние пять лет.

– Она даже не знает, кем я ей прихожусь, – покачав головой, добавил он.

Изумлённый, я воскликнул:

– И вы всё равно ходите туда каждое утро, даже несмотря на то, что она даже не знает, кто вы?

Он улыбнулся и, по-отечески похлопав меня по руке, ответил:

– Она не знает, кто я, зато я знаю, кто она». Из книги А. Казакевича «Спеши любить».

Напутствие

«Не важно, есть ли у тебя стиль, репутация, или деньги. Если у тебя нет доброго сердца, ты ничего не стоишь». Луи де Фюнес

В мире существует и добро, и зло; и прекрасное, и безобразное; и светлое, и тёмное; и просветляющее, и губящее; и вдохновляющее, и разрушающее; и возвышающее, и приносящее, чтобы каждый из нас сделал выбор, на чью сторону встать – «какого волка кормить...» От этого будет зависеть то вдохновение, которое нас посетит, и то творчество и искусство, которое мы отдадим в мир.

Свобода от гордости, алчности, тщеславия, корысти даёт возможность открыть чистому сердцу полёт творческого добра, который будет нести людям и миру процветание и развитие, любовь и справедливость, красоту и нравственность.

Мы все приходим в этот мир, чтобы «рисовать картины». «Картины» – это не только наше дело, наше творчество, это и наши поступки, и наши действия. Мы постоянно выбираем, какие «картины рисовать» – прекрасные или ужасные, добра или зла. В конце концов мы подарим «свой альбом» Богу.

«Ты живёшь в своих поступках, а не в теле. Ты – это

твои действия, и нет другого тебя». Антуан де Сент-Экзюпери «Планета людей»

Я желаю каждому в этом мире открыть своё сердце... Чтобы во всём, чтобы мы ни делали, к чему бы ни прикасались, какой путь ни выбирали, всегда ставили на первое место своей деятельности и творчества добро, которое они принесут этому миру, стремясь поддержать порядок и красоту подаренного нам чуда жизни. Я желаю каждому стать Художником Света...

«Я не хочу, чтобы меня узнавали по новой причёске, модным ботинкам или заумной болтовне. Я хочу, чтобы меня узнавали по сердцу. Хочу, чтобы меня узнавали по тому, как я сражаюсь за свои мечты, за святое, за любимое мною, и по тому, как глубоко я это понимаю. Я не хочу, чтобы меня узнавали по красоте лица или красоте фигуры. Я хочу, чтобы меня узнавали по тому, как я люблю, как вдохновляю, как передаю свет, как делаю добро, как облегчаю страдания. Я хочу, чтобы меня узнавали не по глазам, а по свету и огню, горящему в них». Е.Сикирич