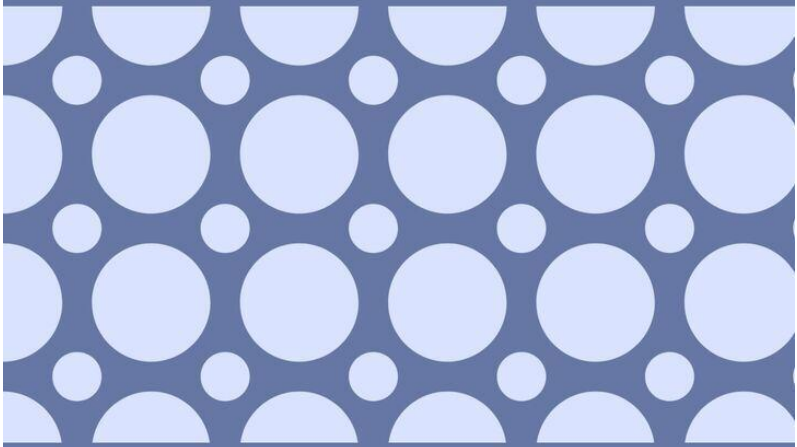
12+

Жак Брих



ДВИЖЕНИЕ — ЭТО ЖИЗНЬ

Цикл книг — Путь к себе. Книга вторая

Жак Брих

Движение — это жизнь. Цикл книг — Путь к себе. Книга вторая

https://litres.ru/74757294
ISBN 9785007150590

Аннотация

Мир постоянно меняется, и человек развивается вместе с ним. Но что значит двигаться вперёд и почему достижение одной цели может стать началом нового пути? В этой философской книге Жак Брих приглашает читателя задуматься о движении, познании и развитии сознания. Каждый человек воспринимает мир по-своему и находит собственные ответы. Откройте новые возможности, посмотрите на привычное иначе и сделайте следующий шаг к неизведанному. Ведь движение — это жизнь, а пути познания никогда нет конца.

Содержание

ДВИЖЕНИЕ — ЭТО ЖИЗНЬ 5
ЖАК БРИХ 5
ГЛАВА 1 8
— — ГЛАВА 2 11
— — ГЛАВА 3 14
Конец ознакомительного фрагмента. 17

Движение — это жизнь
Цикл книг — Путь к себе. Книга вторая

Жак Брих

© Жак Брих, 2026

ISBN 978-5-0071-5059-0 (т. 2)
ISBN 978-5-0071-5051-4
Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

ДВИЖЕНИЕ — ЭТО ЖИЗНЬ
Философия непрерывного развития, познания и счастья

ЖАК БРИХ
ВЕСЬ МИР — МОЙ ДОМ

Важный момент 3
Глава 1. Всё находится в движении 5
Глава 2. Человек — часть непрерывного движения.
.8
Глава 3. Изменение начинается с осознания.
.11
Глава 4. Каждый шаг создаёт следующий.
.14
Глава 5. Почему человек останавливается.
.18
Глава 6. Познание не имеет последней точки.
.21
Глава 7. Разные сознания — разные пути.
.24
Глава 8. Знание должно становиться жизнью.
.27

Глава 9. Счастье — это путь 30

Глава 10. Цель или сама дорога? 35
Глава 11. Трудности тоже становятся частью движения.
.39
Глава 12. Когда человек меняет направление.
.43
Глава 13. Мир открывается через действие.
.46
Глава 14. Жизнь как непрерывное открытие.
.50
Заключение. Вершин нет — есть путь 54
Слово автора 60

Эта книга — приглашение посмотреть на жизнь как на путь, который продолжается даже тогда, когда мы достигаем важной цели.

Мы часто ждём особого момента, когда всё наконец сложится правильно: появятся нужные возможности, исчезнут сомнения, будут найдены ответы. Но жизнь не всегда предлагает нам полную уверенность заранее. Иногда понимание приходит только после первого шага.

Движение не означает постоянную спешку и не требует каждый день совершать что-то грандиозное. Иногда двигаться вперёд — значит учиться, задавать вопросы, менять привычный взгляд, пробовать снова или честно признавать, что прежнее направление больше не подходит. А иногда чело-

веку необходима пауза, чтобы восстановить силы и увидеть дорогу яснее.

Не всякое изменение автоматически делает нас лучше, и не каждая трудность обязана превращаться в урок. Важно сохранять внимание к себе, своим обстоятельствам и последствиям собственных решений. Развитие начинается там, где появляется возможность осознанно выбирать следующий шаг.

На страницах этой книги я размышляю о познании, действии, целях и счастье. Не как о единственной правильной системе для всех, а как о вопросах, на которые каждый человек отвечает через собственный опыт.

Не обязательно соглашаться со мной во всём. Читайте, размышляйте, проверяйте идеи в жизни и оставляйте то, что помогает вам лучше понимать себя и окружающий мир.

Возможно, нам и не нужно заранее видеть весь путь. Иногда достаточно понять, что для нас важно сейчас, и сделать следующий шаг.

Путь открыт. Жак Брих

ГЛАВА 1
Всё находится в движении

Человек привык воспринимать мир через отдельные объекты.

Он видит гору, дерево, реку, дом, человека.

Кажется, что перед ним существуют самостоятельные вещи, каждая из которых занимает своё место.

Но если присмотреться внимательнее, можно заметить, что окружающий мир гораздо сложнее.

Дерево растёт.

Его корни взаимодействуют с почвой, листья — с солнечным светом и воздухом. Оно меняется вместе с окружающей средой.

Река никогда не состоит из одной и той же воды. Она продолжает течь, хотя человек по-прежнему называет её одним именем.

Человек тоже меняется.

Его тело проходит через непрерывные процессы. Он приобретает опыт, забывает, учится, пересматривает убеждения, создаёт новые отношения и принимает решения, последствия которых могут изменить его дальнейшую жизнь.

Даже привычные представления о себе способны со временем стать другими.

Когда-то человек чего-то боялся, но приобрёл опыт и научился действовать увереннее.

Когда-то он был убеждён в своей правоте, но столкнулся с обстоятельствами, которые заставили его посмотреть на ситуацию иначе.

Когда-то он мечтал об одном, а спустя годы понял, что хочет совершенно другого.

Он остаётся собой, но одновременно становится человеком, которым раньше не был.

И здесь важно заметить одну закономерность.

Жизнь не является неподвижным состоянием. Она представляет собой непрерывное изменение.

Это не означает, что всё в мире должно постоянно становиться лучше или что каждое изменение обязательно ведёт к развитию.

Изменения бывают разными.

Что-то растёт, что-то разрушается. Одни возможности появляются, другие исчезают. Человек может приобретать полезные привычки, но может и закреплять те, которые мешают ему жить.

Само изменение ещё не гарантирует положительного результата.

Но понимание того, что всё меняется, помогает человеку отказаться от представления, будто настоящее состояние является окончательным.

Если сегодня он чего-то не умеет, это не означает, что он не способен научиться.

Если сейчас он находится в трудной ситуации, это не доказывает, что вся его жизнь будет такой.

Если он однажды ошибся, ошибка не обязана становиться определением всей его личности.

Настоящее — это состояние, в котором мы находимся сейчас, но не обязательно состояние, в котором мы останемся навсегда.

Человек может продолжать развиваться. Может менять направление.

Может открывать новые стороны себя.

Может обнаруживать возможности там, где раньше видел только ограничения.

Для этого не нужно отрицать настоящее.

Нужно научиться видеть в нём не окончательный приговор, а часть непрерывного процесса.

И тогда появляется пространство для следующего шага.

— — ГЛАВА 2
Человек — часть непрерывного движения

Человек не находится за пределами мира. Он является его частью.

Он зависит от окружающей среды, взаимодействует с другими людьми, получает информацию, принимает решения и своими действиями влияет на происходящее вокруг.

При этом он способен наблюдать не только за внешним миром, но и за самим собой.

Он может заметить собственную мысль.

Может спросить, почему испытывает определённую эмоцию.

Может пересмотреть привычное убеждение.

Может осознанно выбрать действие, которое отличается от его прежнего поведения.

Эта способность позволяет человеку не просто существовать внутри происходящих изменений, но и участвовать в формировании собственной жизни.

Представим человека, который привык считать себя неспособным к чему-либо новому.

Каждый раз, сталкиваясь с незнакомой задачей, он отступает.

Постепенно его убеждение получает подтверждение: он действительно редко пробует что-то новое.

Но однажды он задаёт себе вопрос:

«А что произойдёт, если я попробую?» Он не получает гарантии успеха.

Не знает, получится ли с первого раза.

Не может заранее предсказать результат. Однако он делает первый шаг.

Возможно, ошибается.

Возможно, обнаруживает, что задача сложнее, чем казалось.

Но теперь у него есть новый опыт.

Он может использовать его для следующей попытки.

Так меняется не только его действие. Постепенно меняется и представление человека о собственных возможностях.

Раньше он видел перед собой закрытую дверь.

Теперь понимает, что дверь можно попробовать открыть.

Иногда она действительно закрыта. Тогда приходится искать другой путь.

Но само исследование создаёт возможности, которых не существовало в его прежнем представлении о ситуации.

Так человек становится участником собственного развития.

Он не управляет всем миром.

Не может гарантировать себе любой результат.

Но способен влиять на направление своей жизни через решения и поступки.

Человек не обязан контролировать всё, что происходит вокруг него, чтобы участвовать в создании собственного будущего.

Ему достаточно научиться замечать то, на что он действительно может повлиять, и действовать в пределах своих возможностей.

Движение начинается там, где человек перестаёт быть только наблюдателем своей жизни.

Он начинает участвовать в ней осознанно.

— — ГЛАВА 3
Изменение начинается с осознания

Не каждое изменение начинается с действия. Иногда первым шагом становится вопрос.

Почему я поступаю именно так?

Почему меня задевают определённые слова?

Почему я снова выбираю то, что прежде приносило мне разочарование?

Почему я откладываю то, чего действительно хочу?

Эти вопросы позволяют человеку увидеть собственные привычки не как неизменные свойства личности, а как способы поведения, которые можно исследовать.

Предположим, человек часто вступает в конфликты.

Он убеждён, что причина всегда заключается в окружающих.

Ему кажется, что другие люди слишком требовательны, грубы или несправедливы.

Возможно, в некоторых случаях это действительно так.

Но однажды он замечает, что сам отвечает резко даже тогда, когда мог бы спокойно объяснить свою позицию.

Это наблюдение не означает, что он виноват во всех конфликтах.

Оно означает, что в происходящем появилась часть ситуации, на которую он способен повлиять.
Именно здесь начинается осознание.
Человек видит не только действия окружающих, но и собственную реакцию.
Он понимает, что может попробовать ответить иначе. Не обязательно сразу.
Не обязательно идеально.
Но теперь у него появляется выбор.
Без осознания привычка часто управляет человеком незаметно.
С осознанием возникает возможность исследовать её и постепенно изменить.
То же самое происходит с убеждениями.

Человек может всю жизнь считать, что определённая цель ему недоступна, просто потому, что когда-то не получил нужной поддержки.

Он может воспринимать прежнюю неудачу как доказательство собственной неспособности.

Но прошлый опыт не всегда даёт полную картину будущих возможностей.

Возможно, ему не хватало знаний.

Возможно, обстоятельства были неблагоприятными.
Возможно, выбранный способ не подходил.

Возможно, теперь он способен действовать иначе. Осознание не гарантирует успеха.

Но оно позволяет задавать более точные вопросы и принимать решения на основе более полного понимания ситуации.

Поэтому развитие начинается не только с желания изменить жизнь.

Оно начинается с готовности увидеть её такой, какой она является сейчас.

Не приукрашивать.

Не обвинять себя без оснований. Не оправдывать каждую ошибку.

А наблюдать, понимать и выбирать дальнейшее действие.

То, что человек способен осознать, он получает возможность исследовать. А то, что он исследует, он может постепенно научиться изменять.

Так начинается движение внутрь себя.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.