

Виктор Шкляр

В поисках формулы жизни



Аннотация

В книге прослеживается путь от смысла жизни к формуле жизни. Рассмотрена роль борьбы в жизни человека. Приведены произведения искусства и некоторые цитаты известных личностей, показывающие неразрывную связь истории человечества и смысла жизни с борьбой.

Описаны формулы жизни, представленные в работах различных авторов, а также результаты поиска формулы автором этой книги.

Введение

На протяжении всей истории человек задумывался о сути своей жизни. Откуда? Для чего? Куда? Вопрос смысла жизни волновал многих: ученых и людей искусства, физиков и лириков, простых людей. Есть даже картина Поля Гогена «Откуда мы пришли? Кто мы? Куда мы идём?»

К сожалению, а может к счастью, единого ответа не существует по сегодняшний день. Каждый сам дает себе ответ на этот вопрос. При этом ответы бывают самые разные. И все они достойны понимания и уважения. Ну, может быть, за редким исключением.

А ведь главное не смысл жизни. А главное – как жить. Как поступать в конкретных жизненных ситуациях. И тут диапазон вариантов значительно уже. Ведь есть же общечеловеческая мораль.

Отдельные люди публикуют свое видение этого в виде правил жизни, инструкций, законов. Кроме того, существуют Заповеди, Кодексы, Своды законов, Декларации и т. п.

Некоторые идут дальше по пути формализации и упрощения, предлагая Формулу жизни.

Речь идет о формулах жизни, имеющих поведенческий философский характер в отличие от тех, которые говорят о физическом состоянии организма, о здоровье.

В этой книге представлены некоторые результаты исканий на этом пути. Кроме того, приведены авторские размышления, обоснования и результаты поисков Формулы жизни.

**Что может быть полезнее, чем
научиться жить наилучшим
для себя образом?**

Сомерсет Моэм.

О смысле жизни

Каждый человек осознанно или подсознательно задумывается о своем предназначении в этом мире. Как-то это все странно. Ты появился, можно сказать случайно, и исчезнешь. А все вокруг останется. Может быть, не навсегда, но тебя уже не будет. Зачем это все?

Вот подобные мысли и меня одолевали. Сколько бы я ни думал, сколько бы ни читал, вразумительного ответа не нашлось. Я понял, что у каждого своя жизнь и ответ у каждого индивидуальный. И тогда я решил действовать последовательно.

Глобальным вопросом мне показался вопрос о смысле жизни. Огромная палитра мнений. Смысла жизни нет, смысл жизни – сама жизнь, и огромный список всего другого. Например, счастье, успех, здоровье, дети, богатство и т. п., и т. д.. Выбирай, что больше нравится.

Я думаю, что для понимания проще говорить о цели жизни. И, конечно, в каждом периоде жизни цель может меняться, или их может быть несколько.

На этом этапе мне показалось, что общим у всех смыслов может оказаться борьба. Поэтому, в первой части я хотел бы остановиться на этом более подробно.

Жизнь – это борьба

.

Почему мне ближе всего борьба? Постараюсь ответить на этот вопрос.

Определение смысла жизни в борьбе не соответствует классическим философским определениям. Борьба не может быть самоцелью. Это скорее средство, действие, содержание. О смысле жизни многие говорят как о некоторой цели. Да, они, наверное, правы. Но мне ближе говорить о смысле жизни как о процессе. Жизнь – это существование, стремление.

Наличие значительного числа определений смысла жизни, а также других мнений об этом понятии, часто достаточно противоречивых, говорит, наверное, о неверном подходе в этом вопросе.

В одном из определений говорится: «Вопрос о смысле жизни также может пониматься как субъективная оценка прожитой жизни и соответствия достигнутых результатов первоначальным намерениям, как понимание человеком содержания и направленности своей жизни, своего места в мире, как проблема взаимодействия человека с окружающей средой». При множестве целей, т.е. смыслов жизни, общим элементом является борьба. А когда говорят «смысл жизни», я воспринимаю это скорее как определение понятия «жизнь», то есть ответ на вопрос «Что такое жизнь?».

Абульханова-Славская К.А. в своей книге «Стратегия жизни» определяет смысл жизни как «ценность и одновременно переживание этой ценности человеком в процессе ее выработки, присвоения или осуществления». В отличие от целей и мотивов, смысл жизни следует понимать не только как стремление к чему-то, не только как будущую цель, которая определяется мотивом, но и как переживание, которое имеет место в процессе реализации данного мотива. Смысл для этого автора – это переживание, реализация, то есть действие. Вот, что общее у всех смыслов жизни.

Можно привести такой афоризм, который звучит примерно так: «Смысл жизни не надо искать, его нужно чувствовать».

Для примера, можно вспомнить ситуацию со счастьем. Некоторые авторы часто называют счастье, как наиболее приемлемый смысл жизни. Наверное, это близкая и понятная позиция. Однако мне ближе мысль о том, что счастья нет. Есть только стремление к счастью (т.е. борьба). Человек, достигший цели, утрачивает смысл жизни. Так в чем же дело? Выходит, что главное содержание жизни (смысл) – это движение, взаимодействие, борьба.

Вот слова героини романа «Блуждающие звёзды» Шолом Алейхема: «Да, мамочка, нет, видно, счастья на земле, есть только стремление к нему, погоня за счастьем. Но само по себе счастье – сон, мечта!»

А вот цитата из американской «Декларации независимости»: «Мы исходим из той самоочевидной истины, что все люди созданы равными и наделены их Творцом определенными неотчуждаемыми правами, к числу которых относятся жизнь, свобода и стремление к счастью».

Еще можно привести отрывок из книги «Девять» Андреева А.Н. «Тянуться к счастью – это я еще понимаю. Тянись к тому, чего нет, – и само стремление делает тебя лучше. На свете счастья нет, но есть к нему стремление. Это я как раз очень хорошо понимаю. В основе такой стратегии лежит здравый смысл: счастья нет, вернее, оно есть как идеал, как нечто недостижимое (что принципиально); но вот стремление к нему уже вполне реально и, по-настоящему, стремление к счастью

следовало бы и считать счастьем... Самое ценное в счастье – его недостижимость? Энергия мечты?»

Если взять произведения искусства, то многие из них даже при беглом рассмотрении, говорят о жизни людей, об их борьбе. Борьба при этом выглядит многогранным объектом, как и сама жизнь. Разновидностей борьбы в жизни человека велико.

Причем, это борьба за..., борьба против..., борьба с....Примеров много. Борьба за выживание, борьба против эксплуатации, борьба с собой, борьба с грехом, борьба за власть, борьба за освобождение, борьба с голодом и т.п.

В это ситуации выбор в качестве смысла жизни какой-то одной цели выглядит как-то по-детски. Общим для всех содержанием жизни является борьба. Критики такого взгляда только формально правы. Хотя сами неразрывно связывают смысл и действие (борьбу). Разные цели или одна цель (смысл), общим является борьба. «Без борьбы нет жизни».

Сочнев Р. С. в своей книге «Твой смысл жизни найден» претендует на определение единого для всех смысла жизни. Это – обретение Царства Божия для спасения, а дальше – жизнь вечная в блаженстве Царства Божия. Но ведь это тоже борьба . Борьба с собой, «невидимая духовная брань».

Нет жизни без борьбы. Человек обречен на постоянную борьбу со времен грехопадения. «За то, что ты послушал голоса жены твоей и ел от дерева, о котором Я заповедал тебе, сказав: "не ешь от него", проклята земля за тебя; со скорбью будешь питаться от нее во все дни жизни твоей. Терния и волчцы произрастит она тебе; и будешь питаться полевою травою. В поте лица твоего будешь есть хлеб, доколе не возвратишься в землю , из которой ты взят; ибо прах ты и в прах возвратишься"(Быт. 3,17-18).

Невольно вспоминается эта цитата из Библии при взгляде на одну интересную композицию, которая мне попала на сайте <http://kluchimasterstva.ru/zhizn-kak-borba-samorazvitie>. Не знаю, кто автор, но он очень удачно выразил приведенную цитату.



Борьбу следует понимать в широком смысле. Это и стремление, и осуществление, и достижение, и столкновение противоречивых чувств и стремлений. Деятельность, направленная к достижению какой-либо цели, на преодоление чего-либо, столкновение интересов, движение, искания, усилия, старание изо всех сил, преодоление, воздержание, поиск, развитие, совершенствование, познание и т. п.

При этом нельзя, как и во всем, впадать в крайности. Ожесточение в борьбе приносит ненависть, горе, уничтожение и превращает жизнь в ад.

Нельзя ограничивать понятие борьбы только ее крайними проявлениями. Действительно, борьба – это бунт, ненависть, разрушение. Борьба – это резкое противопоставление себя, своих идеалов по отношению к окружающему миру. Борьба – это агрессия, которая оборачивается ответными агрессией и ненавистью. Борьба – это нападение в расчёте подавить противника, а не стремление установить с ним бесконфликтные и гармонические отношения, направленные на обоюдное и взаимовыгодное развитие. Но это – крайности, которые, по возможности, надо избегать.

Человек должен бороться не для того, чтобы победить, одержать верх и подчинить. Он должен искать гармонию между противоположностями, не сталкивать их лбами в непримиримой вражде друг к другу, а гармонизировать их, развивая каждое из них. В философском понимании борьба сосуществует с единством.

В шуточной анкете К. Маркс на вопрос «Ваше представление о счастье», ответил «Борьба». Вопрос вполне мог прозвучать, как «Ваше представление о смысле жизни». Какой же иной ответ можно было ожидать от единомышленника автора диалектического материализма Ф. Энгельса, в котором один из важнейших законов – это закон о единстве и борьбе противоположностей. Как известно, этот закон, наряду с другими, является движущей силой развития всех объектов мира, в том числе человека и общества.

Нет, это не новое изобретение. Известны с древнейших времен Даосская монада, понятия Янь и Ин, как основа всего во Вселенной. Белое и черное, добро и зло, Бог и дьявол.



Что еще, если не борьбу, передает скульптура И. Д. Шадра «Булыжник – оружие пролетариата»(1927г.). Это – лаконично, выразительно и производит впечатление.



Развитие событий в мире показало актуальность скульптуры и в наше время.

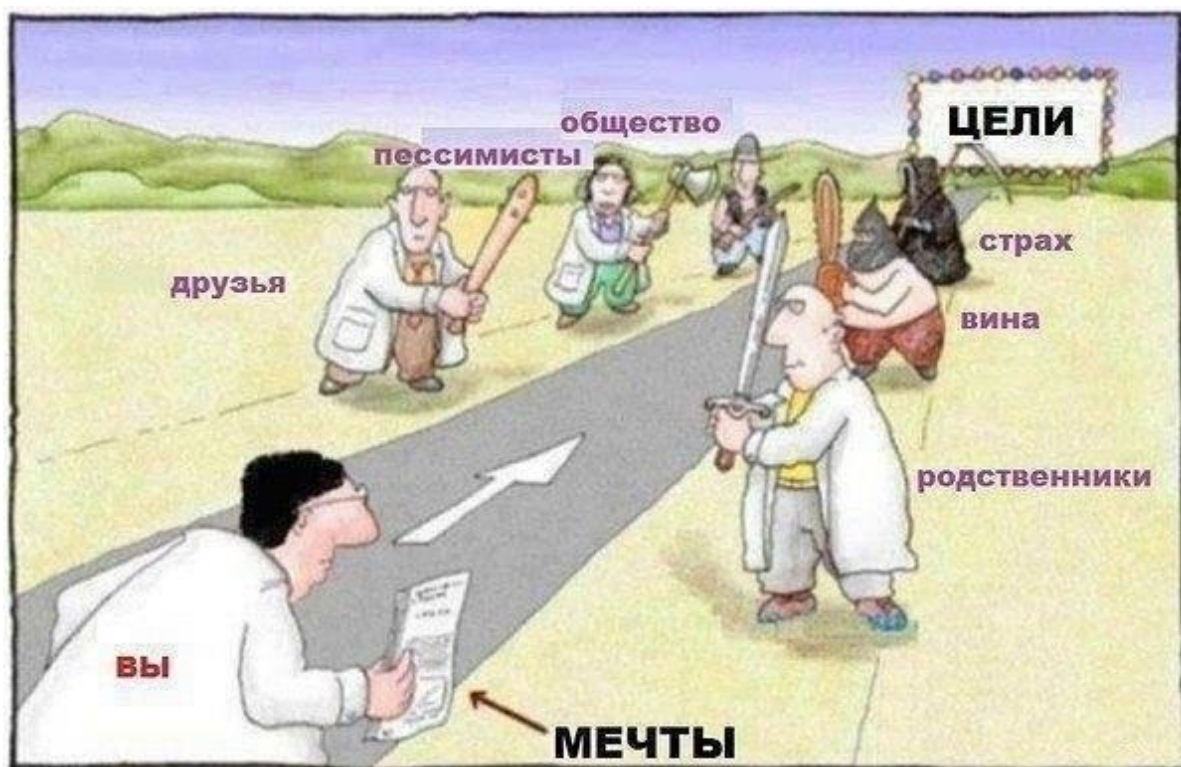
Мечты и цели

**Существует единственная форма
человеческого падения – потеря цели.
Айн Рэнд.**

Мартин Лютер Кинг в своей знаменитой речи сказал: «У меня есть мечта». У каждого есть своя мечта или цель. По крайней мере, должна быть. А вот путь к этой цели у всех очень похож. И это – борьба.

Борьба с кем, с какими проблемами? Кто те, кто препятствует нам? Недавно попалась любопытная статья с иллюстрацией «процесса» достижения цели.

(Источник – <https://yvision.kz/post/427310>)



Вот некоторые рекомендации автора статьи.

1. Родственники. Старайтесь не вовлекать данную категорию людей в план реализации мечты, дабы не испортить отношения и... сберечь мечту.

2. Друзья. Всегда сложно сказать однозначно, кто из них именно? В большинстве случаев ими движет зависть.

3. Вина. Вина перед родителями, перед людьми, возлагающими на вас надежды, вина перед наставником, перед коллегами, перед обществом в целом не должна сбить вас с пути, особенно это касается мечты, связанной с построением карьеры в той или иной области.

4. Терпение. Оно имеет свойство быстро иссякать. И тогда это становится проблемой.

5. Страх. Все мы его испытываем. И никто не является исключением. Преодолевая страх, всегда приходилось жертвовать чем-либо, и в большинстве случаев, довольно равноценным. Так что, будьте готовы к жертвам при переговорах с вашим страхом.

6. Мечта/цель. После ее достижения, необходимо вернуться в прежний режим боеготовности и выбрать следующую мечту/цель. И так все повторяется.

Довольно известное изречение гласит: «Per aspera ad astra», что в переводе с латыни означает «Через тернии к звездам». Хороший мотивирующий девиз для целеустремленного человека.



Источник изображения – <https://oir.mobi/697278-oduvanchik-skvoz-asfalt.html>

Но я бы на первое место среди проблем поставил собственно самого человека. Все большие победы начинаются с маленьких побед над собой. И тут каждый знает свои недостатки, которые ему мешают идти к цели.

«Тот, кто знает людей, – благоразумен. Знающий себя – просвещен. Побеждающий людей – силен. Побеждающий самого себя – могуществен». Эти слова принадлежат древнекитайскому философу Лао Цзы.

А еще при мысли о вечно борющемся человеке вспоминается надгробие на могиле И. Я. Франко, которая находится на Лычаковском кладбище в г. Львове. Это работа скульптора С. Литвиненко,

иллюстрирующая образ «Вечного революционера». Сюжет памятника связан с известной поэмой И.Франко "Каменоломы" ("Каменярі").



Далее обратимся к произведениям искусства, цитатам известных людей, отражающим мысль о том, что жизнь и ее смысл неразрывны с борьбой.

Жизнь и борьба в словах и образах

Обратимся к Библии, которая прошла убедительное испытание временем. Все началось от изгнания прародителей рода человеческого из Рая.



Фрагмент мозаики собора Сан-Марко в Венеции.

Повторю эту важную цитату:

«За то, что ты послушал голоса жены твоей и ел от дерева, о котором Я заповедал тебе, сказав : "не ешь от него", проклята земля за тебя; со скорбью будешь питаться от нее во все дни жизни твоей. Терния и волчцы произрастит она тебе; и будешь питаться полевою травою. В поте лица твоего будешь есть хлеб, доколе не возвратишься в землю, из которой ты взят; ибо прах ты и в прах возвратишься". (Быт. 3,17-18).

Это событие предопределило всю дальнейшую жизнь людей. Не заставило себя долго ждать и первое убийство. Каин убил Авеля. Жизнь человеческая, по сути, представляет собой каждодневную борьбу со смертью, то есть борьбу за жизнь во всех ее разнообразиях. Главным содержанием и стремлениями человека являются отнюдь не счастье, а выживание и продолжение рода. Это сложные задачи, поэтому для их решения необходимо бороться с угрозами, терпеть боль, прилагать усилия для достижения безопасности. Наш мир – это мир Каина и Авеля. Главными врагами человечества являются голод, болезни и война. Тут без борьбы не обойдешься.

С указанного времени основным содержанием жизни человека стала борьба. Борьба за существование, борьба с силами природы, борьба с

болезнями, борьба полов и, в конце концов, борьба со смертью – вечным врагом человека.

Этот библейский сюжет отражен во многих произведениях изобразительного искусства. Вот некоторые из них.



Гравюра Генриха Альдегревера.



Гравюра Лукаса ван Лейдена.



Гравюра Холбейнса.



Работа Мартена ле Воса.



Грехопадение. Изгнание из рая, Адам и Ева за работой. Мастер Бертрам из Миндена. Грабовский алтарь, фрагмент.



Василий Корень. Адам и Ева после изгнания.



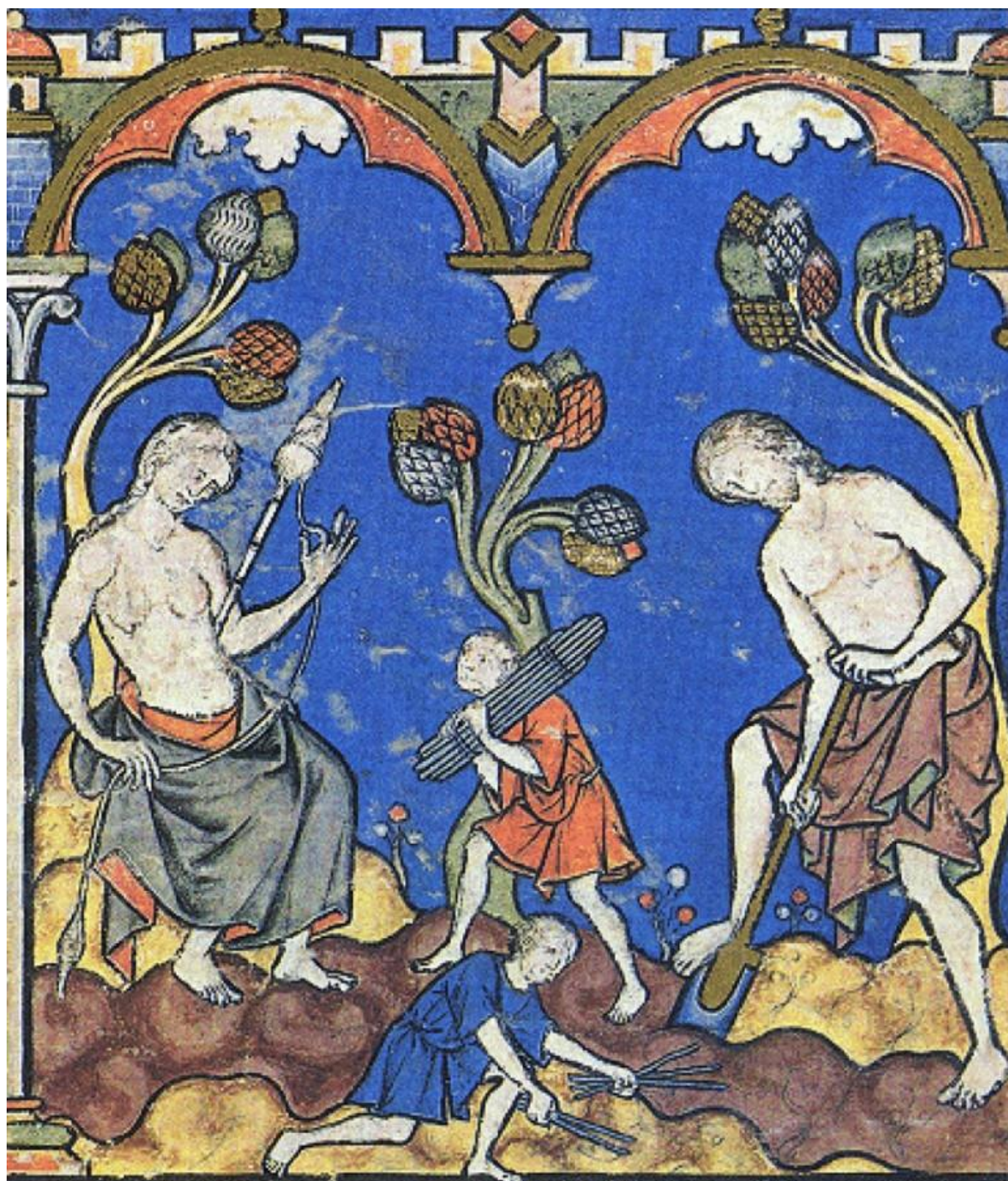
Johann Ramboux. Адам и Ева после изгнания из Рая.



Средневековая немецкая гравюра.



Работа Эдварда Бёрн-Джонса.



Миниатюра из Библии Мацеевского.



Картина Юлиуса Шнорр фон Карольсфельда.



Фрагмент мозаики собора Сан-Марко в Венеции.



Мозаики собора в честь Рождества Пресвятой Богородицы в городе Монреале, Сицилия.



Работа Альбрехта Дюрера.





Гравюры из альбома Thesaurus Sacrarum Historiarum, изданного Герардом де Йоде.



Картина Якопо Тинторетто.



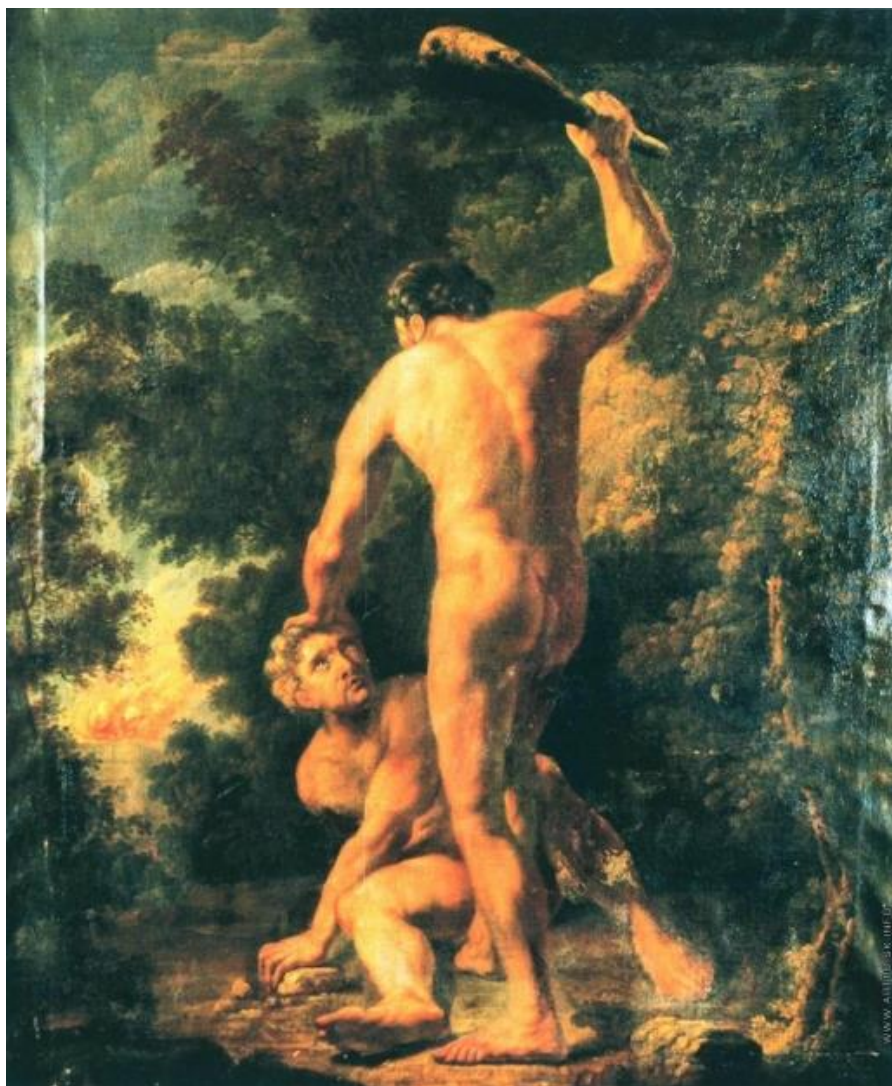
Картина Вечеллио Тициана.



Картина Питера Пауля Рубенса.



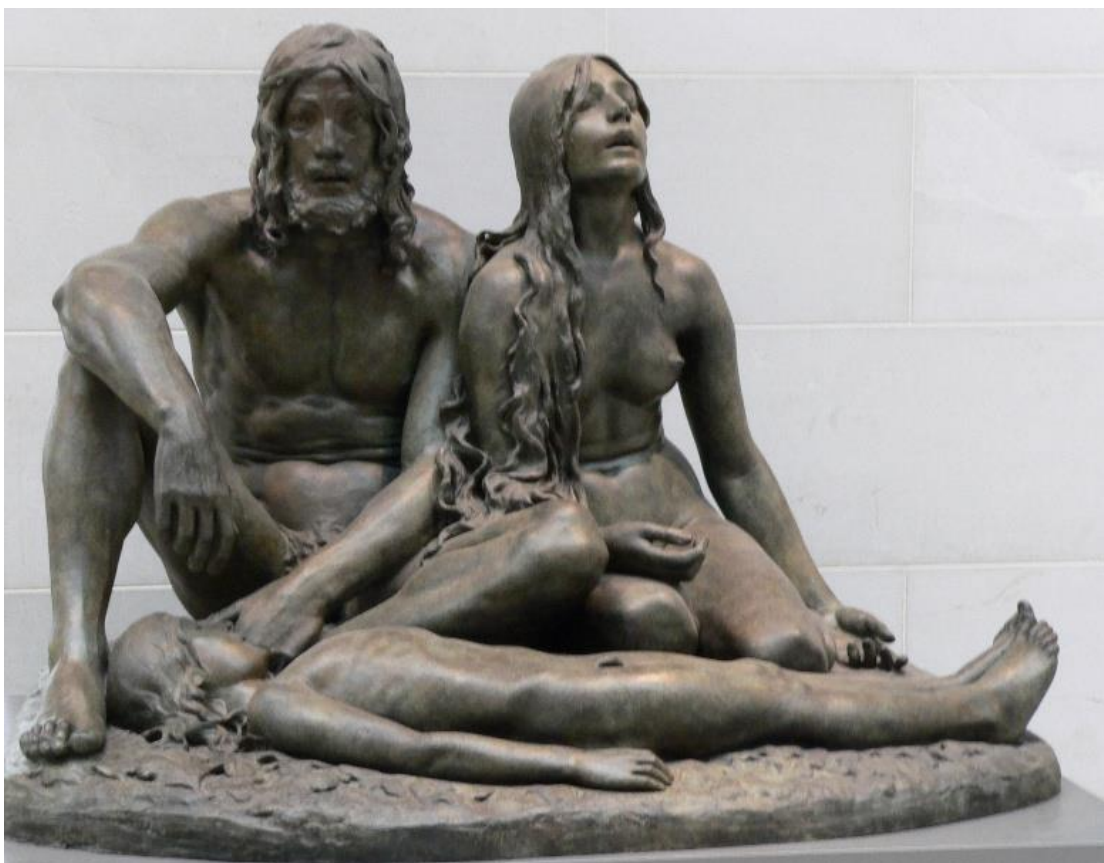
Работа Лукаса ван Лейдена.



Картина Михаила П. Клодта.



Картина Уильяма Блейка.



Скульптура Карла Йохана Боннезена.



Картина Вильяма-Адольфа Бугро.

В художественной литературе изгнание из Рая и последующие события отражены не так обширно. Но можно вспомнить поэму "Потерянный Рай" Джона Мильтона , а также ее драматическую обработку Петера Хакса "Адам и Ева".

Вот несколько отрывков из последнего произведения:

«БОГ

**Была одна загвоздка: Как творить?
Лепить кого-то, создавать кого-то
По моему же образу-подобью?
Ведь я не создан, я не сотворен?
Пускай же сами сотворят себя,
Как сам себя творил я. И для них
Я выбрал материал несовершенный
Как некую ступень к самим себе.
Вот вас двоих, я, в общем, сочинил,
А их я сделал. Подарил им место,
Позволил выбирать и путь, и цель,
И дерево известное поставил
Как пробный камень схожести со мной.
Теперь я отправляю их в пустыню,
Где лишь песок, и роговик, и мергель.
Пускай, как я, творят из ничего».**

...

«БОГ

**Была ясна вам тяжесть преступления,
И приговор не нужно толковать.
Вам по делам воздастся. Гавриил,
Архангел рая и меча, приблизься
И огласи решение суда».**

«ГАВРИИЛ

**Так слушай же, Адам, а также Ева.
Вы оба не воспользовались правом
От некого поступка воздержаться,
Употребив во зло свои права.
Судья вам назначает срок узнать,
Что есть добро, и зло, и ваша смерть.
Вас изгоняют в скудную пустыню.
Рай упраздняется. Его не будет
Ни до конца времен, ни даже после.
Вам вынесен суровый приговор».**

...
«АДАМ

Мы плачем, расставаясь с нашим раем.
Но разве расставанье — не увечье?
Нет ничего больнее расставанья.
О да. Мы поумнели. Из творенья
Упала глина и нашла себя.
Мы понимаем очень хорошо,
Что маленькая новая свобода —
Есть величайшая необходимость,
И счастье наше смешано с несчастьем:
Нас ждет тяжелый труд и смерть. И стыд.
Но отдыхом от будущих трудов,
Блаженством райским сыты мы по горло.
Пора идти. Не возражает глина».

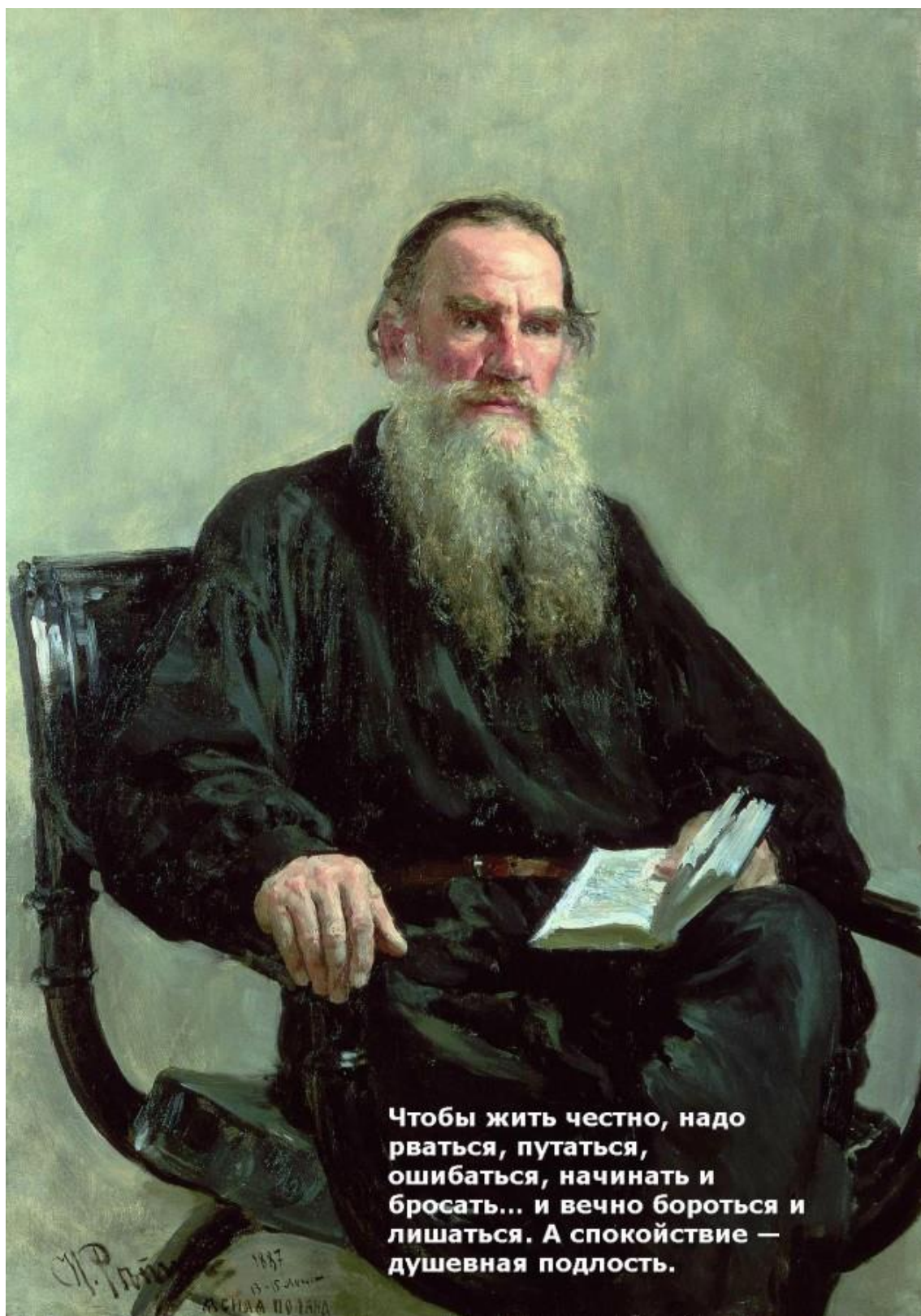
Да, «Не возражает глина». Но «Пора идти» и бороться за выживание, продолжение рода, бороться со смертью.

О письме Л. Н. Толстого своей двоюродной тётушке Александре Андреевне Толстой. 1857 г.

Возвратившись из-за границы в Ясную Поляну, Толстой 20 октября пишет тетушке очень важное, известное теперь многим, письмо:

«Вечная тревога, труд, борьба, лишения — это необходимые условия, из которых не должен смочь думать выйти хоть на секунду ни один человек. Только честная тревога, борьба и труд, основанные на любви, есть то, что называют счастьем. Да что счастье — глупое слово; не счастье, а хорошо; а бесчестная тревога, основанная на любви к себе, — это несчастье. Вот вам в самой сжатой форме перемена во взгляде на жизнь, происшедшая во мне в последнее время.

Мне смешно вспомнить, как я думывал и как вы, кажется, думаете, что можно себе устроить счастливый и честный мирок, в котором спокойно, без ошибок, без раскаянья, без путаницы жить себе потихоньку и делать не торопясь, аккуратно все только хорошее. Смешно! Нельзя... Чтоб жить честно, надо рваться, путаться, биться, ошибаться, начинать и бросать, и опять начинать, и опять бросать, и вечно бороться и лишаться. А спокойствие — душевная подлость. От этого-то дурная сторона нашей души и желает спокойствия, не предчувствуя, что достижение его сопряжено с потерей всего, что есть в нас прекрасного».



Перечитывая в свой последний, 1910-й год, приготовленную к печати его переписку с Александрой Андреевной, об этом письме Толстой отозвался в Дневнике так: «Одно о том, что жизнь – труд, борьба, ошибки – такое, что теперь ничего бы не сказал другого». (ПСС, т. 58, с. 23).

«Как закалялась сталь»

Несколько слов о незаслуженно забытом Николае Алексеевиче Островском и его Павке Корчагине.

Для скольких поколений Павка стал примером, а его слова стали девизом жизни многих. Наверное, время таких людей прошло, да и их идеология не прошла испытание временем. Но сейчас речь не о том. Речь о смысле жизни и человеческих качествах.

Перефразировав классика, можно сказать – идея становится силой, когда овладевает человеком. Эти люди были беззаветно преданы своим идеям, имели пламенные души и огромную силу воли. Ромен Роллан писал: « Все в Островском – пламя действия и борьбы».

В его желании приносить пользу не было препятствий. Ни тяжелое ранение, ни болезнь тифом, потеря зрения, неподвижные ноги, парализованные руки не сломили его жажду деятельности и оптимизм. «Для меня, – говорил он, – нет большей радости, чем сражаться за прекраснейшее счастье человечества». Он свято верил в свои идеалы и боролся за них до последнего дыхания.



...жизнь без борьбы для меня не существует.
Жизнь – это борьба.

Н.А. Островский

Островский - человек необычайной силы духа, целеустремленный и выносливый. Его письма наполнены оптимизмом, энергией творчества и верой в будущее.

Умер он, когда ему было всего 32 года. Короткая жизнь, не правда ли? Но сколько всего пережито. Вся биография Островского пронизана борьбой: с врагами, с болезнями, с самим собой. Конечно, и у него были минуты отчаяния, когда хотелось всё бросить, но он находил в себе силы, чтобы продолжать бой.

А вот, по-моему, самая известная цитата:

"Самое дорогое у человека - это жизнь. Она дается ему один раз, и прожить ее надо так, чтобы не было мучительно больно за бесцельно прожитые годы, чтобы не жег позор за подленькое и мелочное прошлое и чтобы, умирая, смог сказать: вся жизнь и все силы были отданы самому прекрасному в мире - борьбе за освобождение человечества".

Некоторые цитаты последних мыслей: «Жизнь я прожил неплохо... Все брал сам, в руки ничего не давалось легко, но я боролся и, ты сама знаешь, побежденным не был... Учебы не бросай. Без нее не сможешь расти. Помни о наших матерях; старушки наши всю жизнь в заботах о нас провели... Мы им столько должны!.. А отдать ничего не успели. Береги их...»

Приведу несколько менее известных цитат Николая Островского:

«Всех нас соединяет, вдохновляет и зовет к борьбе и труду единая цель, и победа одного из бойцов великой нашей армии строителей социализма есть общая победа, так же как и общая победа есть личная радость каждого из нас».

«Молодежь должна знать всю гнусность и подлость врага, его предательскую двуликость, хитрость и коварство в борьбе с пролетариатом, чтобы в грядущей нашей борьбе с фашизмом нанести ему смертельный Удар». (Это было сказано в 1935 г.).

«Я считаю преступлением прожить бездейтельно хотя бы один день. Мой рабочий день десять – двенадцать часов в сутки. Я должен спешить жить».

«Я хочу, чтобы моя новая книга была произведением ярким, волнующим душу, зовущим к борьбе, – в этом смысл моей жизни».

«Впереди нас ждет еще более яркое будущее. Это будущее столь пленительно, что никто не может нас остановить в борьбе за него».

«Мужество рождается в борьбе. Мужество воспитывается изо дня в день в упорном сопротивлении трудностям. И девиз нашей молодежи – это

мужество, это упорство, это настойчивость, это преодоление всех препятствий».

«Мы знаем, что победа гладко, без препятствий не дается. Таких побед в истории почти не бывало. И победа в нашей стране, и победа каждого в отдельности – это преодоление препятствий».

«В том то смысл и красота борьбы. Жизнь тебя лупит, а ты сейчас же даешь ей сдачи. Когда хорошо, каждый дурак будет жить, а ты попробуй жить и бороться при скверных условиях. Да не прячь головы под крыло, как страус, а смотри жизни в лицо».

«Жизнь дает каждому человеку огромный, неоценимый дар – молодость, полную сил, юность, полную чаяний, желаний и стремлений к знаниям, к борьбе, полную надежд и упований».

«Если жизнь ударила тебя в грудь, не ползи назад, а сейчас же наступай на нее».

«Когда я работал по десять часов в сутки, я еще чувствовал свою болезнь, но когда я стал работать по восемнадцать часов, у меня не стало времени для болезни. Как жаль, что я не догадался об этом раньше».

«Самое дорогое в жизни – быть бойцом, а не плестись сзади. Поэтому я пламенно призываю молодежь нашей прекрасной страны всегда быть в передовых рядах наших бойцов».

«Трудно жить – шлепайся. А ты пробовал эту жизнь победить? Ты все сделал, чтобы вырваться из железного кольца?»

«Драться вообще не вредно, только надо знать, кого бить и за что бить».

«Кто не горит, тот коптится. Это – закон. Да здравствует пламя жизни!»

«Труд – это благороднейший исцелитель от всех недугов. Нет ничего радостнее труда».

«Умей жить и тогда, когда жизнь становится невыносимой. Сделай ее полезной».

«Трудна жизнь, а что ты сделал, чтобы ее победить?»

«Главная трагедия в жизни – прекращение борьбы».

«Но я уже не наивный мальчик и знаю: где нет борьбы, там нет победы».

«Жизнь – это борьба с препятствиями на пути к заветной цели».

«Поистине, вся наша жизнь есть борьба. Поистине, единственным моим счастьем является творчество».

«Итак, да здравствует упорство! Побеждают только сильные духом. К черту людей, не умеющих жить полезно, радостно и красиво. К черту сопливых нытиков. Еще раз – да здравствует творчество!»

«Если бы было признано, что книга не удалась, то результатом этого могло бы быть одно: утром завтра я с яростью начал бы работу. Это не фраза, не красивый жест, потому что жизнь без борьбы для меня не существует. На кой черт она мне сдалась, если только жить для того, чтобы существовать! Жизнь – это борьба».

Кстати, к 1990 году книги Н. Островского издавались 773 раза общим тиражом 54 млн. экземпляров на 75 языках народов СССР; за рубежом – на 56 языках тиражом 2,5 млн. экземпляров.

Иоганн Вольфганг фон Гёте

Обратимся к философской трагедии «Фауст» Иоганна Вольфганга Гете (1749–1832) , в которой Гете попытался ответить на вопрос в чем смысл жизни, и что определяет сущность человека. При этом ему удалось выразить всю свою житейскую мудрость, веру в лучшее будущее, оптимизм и опыт его современников. Но как актуален для нас гениальный предсмертный монолог Фауста, в котором выражена вечная истина.



Goethe

From a photograph by Dr. Bruckmann, at Munich.

Хочу привести его часть в различных переводах. К сожалению, перевод не оригинал, поэтому не стоит ориентироваться на один перевод, особенно, в поэзии.

**Я предан этой мысли! Жизни годы
Прошли не даром; ясен предо мной
Конечный вывод мудрости земной:
Лишь тот достоин жизни и свободы,
Кто каждый день за них идёт на бой!
Всю жизнь в борьбе суровой, непрерывной
Дитя, и муж, и старец пусть ведёт,
Чтоб я увидел в блеске силы дивной
Свободный край, свободный мой народ!
Тогда сказал бы я: мгновенье!
Прекрасно ты, продлись, постой!
И не смело б веков течение
Следа, оставленного мной!
В предчувствии минуты дивной той
Я высший миг теперь вкушаю свой. (Перевод Н.Холодковского)**

**Вот мысль, которой весь я предан,
Итог всего, что ум скопил.
Лишь тот, кем бой за жизнь изведен,
Жизнь и свободу заслужил.
Так именно, вседневно, ежегодно,
Трудясь, борясь, опасностью шутя,
Пусть живут муж, старец и дитя.
Народ свободный на земле свободной
Увидеть я б хотел в такие дни.
Тогда бы мог воскликнуть я: «Мгновенье!
О как прекрасно ты, повремени!
Воплощены следы моих борений,
И не сотрутся никогда они».
И это торжество предвосхищая,
Я высший миг сейчас переживаю. (Перевод Б.Пастернака)**

На английском языке:

**Yes, I've surrendered to this thought's insistence,
The last word Wisdom ever has to say:
He only earns his Freedom and Existence,
Who's forced to win them freshly every day.
Childhood, manhood, age's vigorous years,
Surrounded by dangers, they'll spend here.
I wish to gaze again on such a land,
Free earth: where a free race, in freedom, stand.
Then, to the Moment I'd dare say:
'Stay a while! You are so lovely!'
Through aeons, then, never to fade away
This path of mine through all that's earthly. –
Anticipating, here, its deep enjoyment,
Now I savour it, that highest moment.**

И, наконец, в оригинале:

**Ja! diesem Sinne bin ich ganz ergeben,
Das ist der Weisheit letzter Schluß:
Nur der verdient sich Freiheit wie das Leben,
Der täglich sie erobern muß.
Und so verbringt, umrungen von Gefahr,
Hier Kindheit, Mann und Greis sein tüchtig Jahr.
Solch ein Gewimmel möcht' ich sehn,
Auf freiem Grund mit freiem Volke stehn.
Zum Augenblicke dürft' ich sagen:
Verweile doch, du bist so schön!**

**Es kann die Spur von meinen Erdetagen
Nicht in Aeonen untergehn. —
Im Vorgefühl von solchem hohen Glück
Genieß' ich jetzt den höchsten Augenblick.**

**Johann Wolfgang von Goethe
Faust.Eine Tragödie.**

А вот еще несколько цитат из «Западно-восточного дивана» — одного из наиболее значительных после «Фауста» произведений Иоганна Вольфганга Гете.

**Распахни врата мне шире,
Не глумись над пришлецом, —
Человеком был я в мире.
Это значит — был борцом.**

**В слове, в песнях, жил я с веком,
Значит, правды был бойцом;
Я с людьми был человеком,
Значит, был любви щитом.
Похвал герою не жалеет,
Кто сам боролся и страдал.
Лишь тот людей ценить умеет,
Кто сам и жар, и холод испытал.**

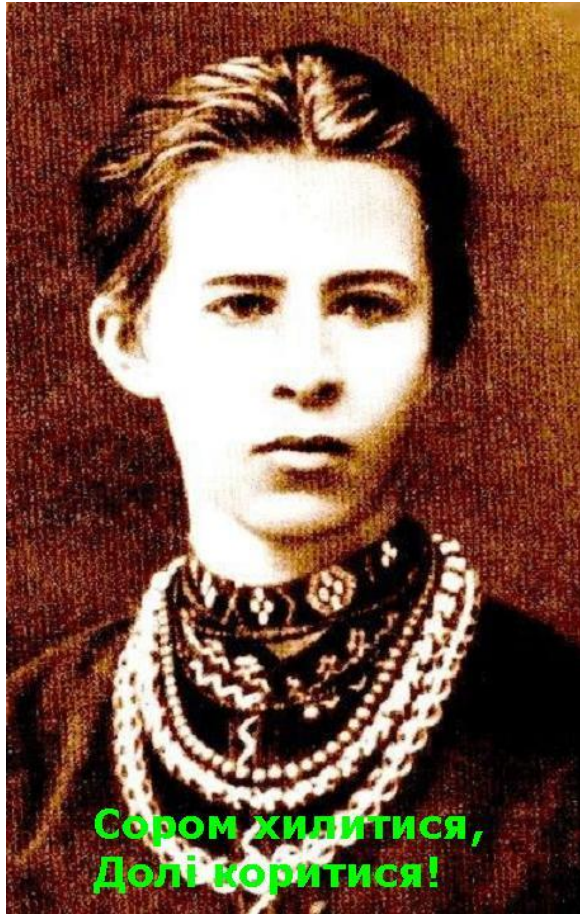
**Пусть длятся древние боренья!
Возникновенья, измененья —
Лишь нам порой не уследить.
Повсюду вечность шевелится,
И все к небытию стремится,
Чтоб бытию причастным быть.**

**И теперь завет мой — без изъятья
Всем, кто хочет, всем, кто помнит, братья:
Каждодневно — трудное служенье!
В этом — веры высшей откровенье**

Леся Украинка

Талантливая украинская поэтесса, мужественная женщина большой силы воли, которая в своих произведениях выражала идеи борьбы за

освобождение человека во всех сферах его жизни – в социальной и национальной, в сознании и любви.



**Вот несколько отрывков из её произведений.
„Слово, чому ти не твердая криця”**

**Месники дужі приймуть мою зброю,
Кинуться з нею одважно до бою.
Зброе моя, послужи воякам
Краще, ніж служиш ти хворим рукам!**

**А вот в переводе:
„Слово, зачем ты не сталь боевая”**

**Мстители сильные вместе с тобою
Выступят дружно, готовые к бою.
Слово мое, послужи ты бойцам
Лучше, чем служишь ты слабым рукам!
(Перевод М. Комиссаровой)**

„З подорожньої книжки. Епілог”

Хто не жив посеред бурі,

той ціни не знає силі,
той не знає, як людині
боротьба і праця милі.

В переводе:
„Из путевой книжки. Эпилог”

Кто еще не жил средь бури,
Тот цены не знает силе,
Тот не ведает, как люди
Труд, борьбу всегда любили.
(Перевод А.Чепурова)

«А ще можна додати, що девізом Лесі Українки були слова: „Тільки в боротьбі життя і щастя”. Іван Франко свого часу цю тендітну, змучену недугою, але таку надзвичайну у своїй внутрішній красі і силі жінку, назвав «єдиним мужчиною в нашому письменстві».

Недаремно поетесу називали Дочкою Прометея. Нести людям вогонь просвіти, вогонь своєї любові, жар свого невтомного слова було справою всього її життя». (Привожу мысль в оригинале).

Анри Шарьер

Невероятная, но основанная на реальных событиях, история.
«Бабочка» Анри Шарьера.

Однако не будем вникать в достоверность описанных событий и художественные особенности книги. Сейчас о другом.
Герой этой истории Анри Шарьер был по профессии, отнюдь, небезобидной – взломщик сейфов. Однако был несправедливо приговорен за убийство к пожизненной каторге.

Это не сломило его. Он поставил себе цель – стать свободным любой ценой, несмотря ни на что. На каторге во Французской Гвиане он прошел через невероятные испытания, не раз оказываясь на волоске от гибели. Инстинкт выживания и неукротимое стремление к свободе помогли ему в конце концов оказаться на воле.

Это книга о борьбе, борьбе за жизнь, борьбе против несправедливости, борьбе за свободу в нечеловеческих условиях. Если у человека есть цель и сила духа, его не сломить.

Вот некоторые цитаты из книги.

«Мне кажется, они действительно посходили с ума. Не думают ли они, что полученный мною шок может довести меня до самоубийства? Во мне

достаточно силы. Буду бороться. С завтрашнего дня начну действовать».

«Жить, жить, жить. Как только начну предаваться отчаянию, мне надо три раза подряд повторить: «Пока ты жив, есть надежда».

«Я потерпел поражение в бою, но душа моя еще не побеждена».

«Каждый человек имеет право бороться за свою жизнь».

«Нужно было держаться с достоинством, не стоило молить о пощаде или просить прощения. В любых обстоятельствах, прежде всего, нужно оставаться человеком и не терять надежды»

«Стоит только лечь, как все подробности побега от больницы в Сен-Лоране до Санта-Марты всплывают перед глазами, призывают к продолжению действия. Фильм не может оборваться на этом месте, он должен иметь продолжение. и он будет его иметь».

«Передо мной была длинная дорога, и остановки на ней должны быть как можно менее продолжительными – только чтобы поймать попутный ветер, и снова вперед, потому что имелась причина, из-за которой я боролся все эти тринадцать лет за свободу и должен был победить. Этой причиной была месть. Судебное разбирательство, лжесвидетели, полиция. У меня была зарубка в памяти. Было то, чего я не мог забыть никогда».

«У меня другое дело, доктор. У меня большой счет к людям, которые упрятали меня сюда вопреки закону – на тринадцать лет страданий и борьбы за выживание».

«Одно лишь имеет смысл в жизни – никогда не признаваться, что ты побежден, и научиться после каждого падения снова вставать на ноги».

Последняя цитата из книги о жизни автора после освобождения «Вабанк». Кстати, к чести Анри Шарьера, он отказался от мести, как и говорил священник в тюрьме.

. Жить с молнией

Хороший девиз для человека, который смысл своей жизни не представляет без борьбы за свои идеалы и цели.

С древнейших времен молния служит выразительным знаком силы, скорости, движения. Молния, соединяющая небо и землю, олицетворяет

божественную волю, творческий импульс, который передается на землю и становится движущей силой людей и событий, пробуждая внутренние жизненные силы. Она позволяет увидеть во мраке новые горизонты, найти выход и познать истину.



В роман Митчелла Уилсона «Живи с молнией» есть интересный отрывок о месте борьбы в жизни человека. Позволю себе привести его полностью:

«Издавна, быть может с самого начала своей жизни, Эрик везде и во всем чувствовал борьбу за существование. Вокруг него шла война, и не только между людьми: это была стихийная, первобытная борьба жизни со всеми физическими законами, обрекавшими ее на смерть. Жизнь хрупка и зыбка, жизнь – случайный результат нескольких совпадений, крохотный водоворотик в огромном потоке вселенной. Во мраке и холоде таинственной, безмолвной бесконечности жизнь – только нежный розовый бутон; но жизнь упряма, обреченные живые существа упорно цепляются за этот теплый хрупкий клочок и бросают вызов врагу – вечной ночи. Ни один человек не может сказать, когда он впервые почувствовал, что вокруг него происходит борьба, но в первую же осень своей сознательной жизни он видит ее в меняющейся окраске листьев на деревьях. Он может ощутить ее в разрушительных вихрях гигантских бурь, величественно проносящихся над землей, в падающих звездах, в обмелении рек, в образовании оврагов, в обвалах, разрушающих горы, в

засухах, наводнениях, в бледном, мертвенном свете луны и нестерпимо палящих лучах солнца. И в солнечном летнем утре, и в теплых весенних вечерах есть смерть – тысячи, миллионы смертей.

Рано или поздно возникает вопрос – почему? Есть ответы, внушенные безвольной покорностью или тупой невозмутимостью. Но в тех людях, которых не так-то легко удовлетворить подобными ответами, недовольство порождает желание бороться, и они вступают в войну. Некоторые из них, забыв о враге, занимаются грабежом, насилием и убийством в собственном стане, но самые смелые уходят вперед, во тьму, открывать неизвестные земли. Группами или в одиночку, они поднимаются к звездам, они изучают и используют маниакальную жизнеспособность микроскопических клеток, они исследуют огромный шар, который медленно вращает их в безмолвном пространстве.

Это настоящая война, в которой люди становятся в ряды бойцов без знамен и сражаются без боевых кличей и без героизма. Они наивно спрашивают: «А чем же еще можно заниматься в жизни?» Но разве мыслимо, участвуя в такой войне, уважать окопавшихся в тылу людишек, которые используют для личной наживы трофеи, добытые ценою огромного труда, которые подымают визг из-за того, что задето их мелочное самолюбие, убивают, обозлившись на то, что к их добру прикасаются скептические руки? До каких пор можно терпеть существование этих зачинщиков кровавых схваток, этих противников всего нового?

Трудно и тоскливо бойцам сражаться в этой войне. Несмотря на всю свою целеустремленность, они ведь только обыкновенные люди – мягкие, податливые, обладающие всеми человеческими слабостями. Собственные недостатки досаждают им, как вши. И так как они просто обыкновенные люди, то, даже смело шагая вперед, они страдают, чешутся и корчатся от этих зудящих укусов. Их не ждут никакие личные награды, кроме сознания, что дело выполнено хорошо. Но и эта медаль быстро стирается и тускнеет. Заслужить прочное уважение невероятно трудно, почти немислимо. Это требует особого внутреннего напряжения, которое зачастую может искалечить человека. Очень трудно найти в себе для этого мужество, и, таким образом, внешняя борьба повторяется в миниатюре в сердце каждого человека».

Виржилио да Лима

В 1964 году в сборнике «На суше и на море» был опубликован рассказ Виржилио да Лима, который назывался «Конец каучуковой армии». Это невероятная история о том, как молодой бразилец смог в стремлении к свободе перенести величайшие физические и моральные напряжения, преодолеть бесчисленные опасности.

Он доказал, что сильный духом, решительный и неустрашимый

человек выходит победителем в борьбе со стихиями природы. Благодаря воле и борьбе со всеми трудностями, он через восемнадцать лет (1942-1960), преодолев 2000 км по непроходимым джунглям, вышел из джунглей, сам не веря в то, что это произошло. Все его снаряжение – это ботинки, мачете и компас. Богом джунглей называли его индейцы. Считается, что он единственный из 45-тысячной «каучуковой армии» вышел из сельмы. Вот его слова: «Я был пьяный от счастья и никак не верил, что мне наконец-то удалось выбраться из леса». У этого необычайно мужественного и терпеливого человека на глазах были слезы, когда он закончил свой рассказ.

Майкл Панке

У каждого своя цель в жизни. А вот способов её достижения немного. Я бы сказал, один. Это – борьба. Вот взять хотя бы книгу Майкла Панке «Выживший: роман о мести». И, кстати, по роману снят оscarоносный фильм «Выживший».

Мсть – сомнительная добродетель. «Принцип „око за око” делает весь мир слепым», – говорил Махатма Ганди. Но сейчас не об этом. Ради достижения цели человек может преодолеть, что угодно. Он выгрызает свою жизнь сквозь кровь, пот и землю, сквозь километры снежных просторов, сквозь пылающий внутри его огонь, заставляющий биться его сердце. Борьба за жизнь и справедливость, вечная борьба друг с другом и природой. Это необыкновенный рассказ об одержимости, о безграничной воле, о том, как далеко может зайти человек в достижении своей цели. Одна из самых поразительных, ярких и захватывающих историй выживания.

Вот несколько цитат из книги и фильма.

«Однако он понимал, что не стоит рассчитывать на удачу, если стоять на месте. На следующее утро он вновь пополз вперед. Если даже удача ему не улыбнется, то он сделает все возможное».

«Впрочем, сидя на месте, везения уж точно не дождешься – и на следующее утро Гласс вновь пополз вперед. Если удача не свалится на него случайно, придется добывать ее самому».

«Если он будет делать только три мили в день, так тому и быть. Лучше иметь эти три мили позади, чем впереди».

«Ветру не одолеть дерева с сильными корнями».

«Пока ты еще можешь сделать вдох, ты борешься. Ты дышишь... продолжай дышать».

Некоторые известные цитаты о борьбе

Борьба есть условие жизни: жизнь умирает, когда оканчивается борьба.

Виссарион Белинский, (1811–1848), русский писатель, литературный критик и публицист.

Бороться – значит жить.

Оноре де Бальзак, (1799–1850), французский писатель.

Всё, чего я хочу, – это жизнь, борьба, активность.

Эмиль Золя, (1840–1902), французский писатель.

Важно идти, а не прийти куда-то, ибо приходим мы только в смерть.

Антуан де Сент-Экзюпери, (1900–1944), французский писатель.

Жить — значит жечь себя огнем борьбы, исканий и тревоги.

Эмиль Верхарн, (1855–1916), бельгийский франкоязычный поэт и драматург, один из основателей символизма.

Жизнь — борьба, в борьбе — счастье.

Иван Гончаров, (1812–1891), русский писатель и литературный критик.

Жизнь не слезы, не вздохи, а борьба, и страшная борьба...

Василий Розанов, (1856–1919), русский религиозный философ, литературный критик.

...жизнь — борьба, в которой надо драться храбро и честно.

Николай Шелгунов, (1824–1891), русский публицист и литературный критик.

Смысл жизни только в одном – в борьбе.

Антон Чехов, (1860–1904), русский писатель, прозаик, драматург.

Жребий человека, по-видимому, не истина, а борьба за истину, не свобода, справедливость, счастье, а борьба за них.

Иоганн Зейме (Зейме), (1763–1810), немецкий писатель и поэт.

Так жизнь скучна, когда боренья нет.

Михаил Лермонтов, (1814–1841), русский поэт.

Единственная цель жизни – это сам процесс существования, т.е. вечная борьба за выживание.

Зигмунд Фрейд, (1856–1939), австрийский врач-невропатолог, психиатр и психолог, основоположник психоанализа.

Жизнь — это борьба против разрушающих начал. Всякий, кто не защищается, как следует, должен погибнуть.

Жозеф Эрнест Ренан (1823–1892), французский писатель, историк и филолог.

Жить - это бороться; бороться - это жить.

Пьер Бомарше, (1732–1799), французский драматург и поэт.

Закон жизни - это борьба.

Феликс Зальтен, (1869–1945), австрийский писатель, журналист, критик.

Вся жизнь - борьба.

Вольтер (Мари Франсуа Аруэ), (1694–1778), французский просветитель, писатель и философ.

Жизнь как отдельного человека, так и всего человечества есть непрерывающаяся борьба плоти и духа. В борьбе этой дух всегда остается победителем, но победа эта никогда не окончательная, борьба эта бесконечна, она-то и составляет сущность жизни.

Лев Толстой, (1828–1910), русский писатель и мыслитель.

Жизнь "для себя и про себя" — не жизнь, а пассивное состояние: нужно слово и дело, борьба.

Иван Гончаров, (1812–1891), русский писатель и литературный критик.

В борьбе обрешь ты право свое.

Рудольф фон Иеринг (1818–1892), немецкий юрист

**Есть упоение в бою,
И бездны мрачной на краю,
И в разъяренном океане,
Средь грозных волн и бурной тьмы,
И в аравийском урагане,
И в дуновении Чумы.**

А. С. Пушкин, (1799–1837), русский поэт, драматург и прозаик.

Жизнь – возможность, используйте ее.

Жизнь – красота, восхищайтесь ею.

Жизнь – блаженство, вкусите его.

Жизнь – мечта, осуществите ее.

Жизнь – вызов, примите его.

Жизнь – долг, исполните его.

Жизнь – игра, сыграйте в нее.

Жизнь – богатство, дорожите им.

Жизнь – здоровье, берегите его.

Жизнь – любовь, наслаждайтесь ею.

Жизнь – тайна, познайте ее.

Жизнь – шанс, воспользуйтесь им.

Жизнь – горе, превозмогите его.

Жизнь – борьба, выдержите ее.

Жизнь – приключение, решитесь на него.

Жизнь – трагедия, преодолите ее.

Жизнь – счастье, сотворите его.

Жизнь слишком прекрасна – не губите ее.

Жизнь – это жизнь, боритесь за нее!

Мать Тереза, (1910–1997), католическая монахиня, занимавшаяся служением бедным и больным.

Без вдохновения нет воли, без воли нет борьбы, а без борьбы – ничтожество и произвол.

Николай Пирогов, (1810–1881), русский хирург и анатом, естествоиспытатель и педагог.

Все настоящее, хорошее приобретено борьбой и лишениями людей, готовивших его; и лучшее будущее должно готовиться точно так же.

Николай Чернышевский, (1828–1889), русский философ, учёный, литературный критик, публицист и писатель.

Наша жизнь – борьба.

Еврипид, (ок.480 – 406 гг. до н. э.), древнегреческий драматург.

Понятие добродетели предполагает трудность и борьбу, добродетель не может существовать без противодействия.

Мишель де Монтень, (1533–1592), французский писатель и философ.

Лишь трудом и борьбой достигается самобытность и чувство собственного достоинства.

Федор Достоевский, (1821–1881), русский писатель, философ.

Борьба даёт вкус жизни.

Омар Хайям, (1048–1131), персидский поэт, философ.

Без борьбы прогресс невозможен.

Фредерик Дуглас, (1818–1895), американский писатель.

Прекратить борьбу – это перестать мечтать. Бороться, мечтать, ходить по земле, сталкиваться с реальностью – это смысл существования.

Хосе Мухика, (1935), президент Уругвая.

Борьба – вот радость жизни.

Леонид Андреев, (1871–1919), русский писатель.

И вечный бой! Покой нам только снится.

Александр Блок, (1880-1921), русский поэт.

Формула жизни

Великая книга природы

написана на языке математики.

Галилео Галилей.

В наш информационный век, когда диджитализация жизни человека развивается стремительными темпами, когда мы являемся свидетелями достижений в области искусственного интеллекта и нейросетей, возрастает роль математики в описании духовной сферы человека.

Поэтому философы и психологи все чаще пользуются формализованными методами, присущими, как правило, математике. Такие понятия, как правила, принципы, алгоритмы, инструкции, формулы все чаще появляются в их работах.

Почему формула? Формула – это выражение, содержащее некоторые действия, с помощью которых можно получить определенный результат, достигнуть определенной цели. Например, формула счастья, формула успеха, формула любви, формула жизни. Удачное, доступное для понимания, решение. Хотя аналогичный характер имеют многочисленные другие формы: советы, правила, заповеди и тому подобное.

Формулы жизни «от других»

В этой части будут представлены в кратком изложении формулы жизни, предложенные некоторыми авторами. Для детального знакомства и составления своего мнения о них читателю, желательно, ознакомиться с оригинальными источниками. Для того, чтобы не навязывать своего мнения об этих формулах, я буду избегать подробного анализа и критики. Своей задачей вижу показать различные подходы к проблеме и ожидаемые результаты.

Заповеди

Начну, пожалуй, с Заповедей, изложенных в Библии. Хотя заповеди и не представлены в виде формулы, но они невидимо присутствуют в каждой формуле жизни. Значение их трудно переоценить.

Вот 10 основных заповедей по Синодальному переводу Библии (Исх. 20:2–17):

«Я Господь, Бог твой, Который вывел тебя из земли Египетской, из дома рабства, да не будет у тебя других богов пред лицом Моим.

Не делай себе кумира и никакого изображения того, что на небе вверху, что на земле внизу, и что в воде ниже земли. Не поклоняйся им и не служи им; ибо Я Господь, Бог твой, Бог ревнитель, наказывающий детей за вину отцов до третьего и четвертого рода, ненавидящих Меня, и творящий милость до тысячи родов любящим Меня и соблюдающим заповеди Мои.

Не произноси имени Господа, Бога твоего, напрасно; ибо Господь не оставит без наказания того, кто произносит имя Его напрасно.

Помни день субботний, чтобы святить его. Шесть дней работай, и делай всякие дела твои; а день седьмой – суббота Господу, Богу твоему: не делай в оный никакого дела ни ты, ни сын твой, ни дочь твоя, ни раб твой, ни рабыня твоя, ни скот твой, ни пришелец, который в жилищах твоих. Ибо в шесть дней создал Господь небо и землю, море и всё, что в них; а в день седьмой почил. Посему благословил Господь день субботний и освятил его.

Почитай отца твоего и мать твою, чтобы продлились дни твои на земле, которую Господь, Бог твой, даёт тебе.

Не убивай.

Не прелюбодействуй.

Не кради.

Не произноси ложного свидетельства на ближнего твоего.

Не желай дома ближнего твоего; не желай жены ближнего твоего, ни раба его, ни рабыни его, ни вола его, ни осла его, ничего, что у ближнего твоего».

В Новом завете эти заповеди дополнены и расширены. Но главное, что хотелось бы привести, это так называемое «золотое правило»: «Итак во всем, как хотите, чтобы с вами поступали люди, так поступайте и вы с ними, ибо в этом закон и пророки», (Мат. 7:12).

Надо сказать, что подобные заповеди присутствуют не только в Библии. Есть они и в Коране, и в Буддизме. Именно в моральных и поведенческих нормах, которые должны соблюдать верующие, проявляется схожесть между всеми основными мировыми религиями.

Формула жизни от Валерия Синельникова

Формула выглядит так:

Жизнь = Цель x Мысли x Знание x Любовь x Личная Сила.

Состояние каждого элемента равенства определяет качество и продолжительность жизни.

В своей книге автор очень подробно останавливается на элементах этой формулы, а также на многих сопутствующих сторонах жизни человека: от труда до абортов. При этом, изложение очень пропитано эзотерическими взглядами на проблемы, Славяно-Арийскими Ведами.

Особое внимание уделено «Личной силе» и тому, как на нее влиять. Развиваясь и совершенствуясь, человек приходит к счастью. И формула приобретает вид:

Счастливая Жизнь = Правильная Цель x Чистые Помыслы x Мудрое Знание x Любовь в сердце x Сила Благочестия.

Но когда мы останавливаемся в своём развитии, наступает смерть. Заканчивает автор свой труд , формулируя Закон Жизни:

«Закон Жизни прост: живи по Прави, то есть по Правде, к Свету устремляясь. Мерилом всего должны быть Совесть и Знание. Наполни свою жизнь Любовью и Верой, – тогда обретёшь Совершенство».

Формула жизни от Озоды Турмухамедовой

Сразу хочу предупредить, что Озода Турмухамедова не предлагает конкретную формулу жизни. Она предлагает пути поиска своей формулы для каждого. В книге приводится много примеров из жизни автора и ее врачебной практики. Освещаются многие стороны человеческой жизни. Среди них можно назвать: радость, сила мысли, сила духа, нечестность, расточительство, жизненная сила, болезни, людские пороки, мотив поступков, жизненный путь, добро и зло, расплата, родина, душевный покой, энергия, судьба, обнищание и богатство. По каждому из названных вопросов представлены советы и рекомендации в совокупности представляющие собой весьма полезные правила жизни.

Особое внимание при построении формулы жизни автор предлагает обратить на цикличность. При чем, у каждого циклы индивидуальны, и их нужно определить самостоятельно.

В книге собраны мнения о том, как жить, от самых разных источников. Цитаты Библии, Корана, известных йогов, доктора и пастора Роберта Шулера, писателя и психолога Владимира Жикаренцева, психолога-публициста Роберта Стоуна, ясновидящей Любви Пановой. Многие выводы автора насыщены мистикой. Хорошо, или плохо это, не берусь судить. В заключение несколько цитат.

«Мы всегда должны помнить, что мы рождаемся на этот свет со своей программой, со своим предназначением в жизни. Наше подсознание знает об этом, но сознание спит, умеете читать знамения, знаки. Их посылают Высшие силы».

«Мы двигаемся, развиваемся синусоидально: взлеты и падения, спад и подъем, пустота – полнота. Иногда складываются такие ситуации, где ничего не остается, как подчиниться этой ситуации».

«Самое главное, не забывайте о развитии. Жизнь должна развиваться. Принципы жизни представляют собой закручивающиеся вверх спирали».

«Мы составляем с внешним миром единую замкнутую систему. Поэтому рано или поздно, каждое наше действие в мире обязательно возвращается к нам же. Очень часто наши действия возвращаются к нам в измененном виде».

«Так, вспоминая свою жизнь, вы можете научиться предсказывать свое будущее. Особенно значительные события происходят, когда в

одной точке встречаются несколько циклов. Это могут быть отрицательные и положительные события. Они, в свою очередь, дают начало следующим циклам. И так до бесконечности. Высчитав свою формулу жизни, вы можете строить свое будущее. Каким оно будет, зависит от вас: ваши мысли должны быть положительными, оптимистичными. Мотив действия и поступки тоже должны быть благородными. И не делайте никому того, чего себе не пожелаете. Не делайте никому плохо, пусть от вас веет добротой, и все в умноженном виде возвратится к вам же».

Формула жизни от Мартина Напа

Формула жизни у этого автора выглядит как A4. Нет, это не формат бумаги. По-эстонски это выглядит вот так:

A4 = ARMASTUS + AUSTUS + ANDESTUS + AVATUS! ,

что в переводе означает:

A4 = ЛЮБОВЬ + УВАЖЕНИЕ + ПРОЩЕНИЕ + ОТКРЫТОСТЬ!

Жизнь – это движущийся речной поток. Жизни необходимо движение. Вечное движение вперед. Без движения жизнь невозможна. У каждого человека есть право делать свой выбор. Каждый имеет право принимать решения согласно собственной воле, ибо каждый следует своей дорогой жизни.

И хотя автор укутывает формулу жизни в некие мистические национальные одежды, далее он совершенно прозаически говорит о составляющих формулу элементах.

Но главное – это всеобщая любовь. Возлюбите себя и всех, и вы возрадуетесь жизни. Любовь – это наивысшая сила, источник и смысл всего движущегося, а значит и всего сущего! Любовь – это механизм действия всеобщности! Любовь – самая практичная и необходимая вещь в этом мире! Без любви не было бы ни мира, ни универсума, ни всеобщности, ни бога! Человеку, чтобы продолжить жизнь, не нужно ничего, кроме любви.

Автору удастся связать с любовью все развитие человека и общества. Воспитание детей, борьбу за власть, могущество и властность, революции и крушение империй, политику и социальные конфликты, противостояние религий и культуру, семейные отношения и сексуальность. И один ключ ко всему. Верьте в силу любви. Верьте и просите! Это так просто!

Три других элемента формулы поддерживают главный элемент – любовь.

Уважение – это основа, проявление и инструмент любви.

Просить прощение и прощать – это самый древний способ убрать все преграды на пути любви

Открытость – еще один неотъемлемый элемент, рассмотренный через призму права и медицины,

Жизнь на основе предложенной формулы, по мнению автора, приведет к ГОСУДАРСТВУ МИРА. Возможно, это утопия. Но все нуждаются в любви, прощении, уважении и открытости.

Символичны заключительные слова автора:

Мечта – заботливая мать реализма.

Мечта рождается из снов.

Мне снился сон...

И я проснулся...

Формула жизни от Павла Артемьева

Вот формула, предложенная автором, и которая представляет собой баланс основных, по мнению автора, ее составляющих:

Любовь x (Труд + Время + Слезы) = Счастье + Мудрость + Успех

Как можно увидеть левая и правая части этого уравнения равны. Левая – это производящие составляющие, а правая – производные. Баланс между составляющими формулы решается каждым человеком самостоятельно. Кроме того, используя правила математики, можно переносить из правой части равенства в левую со знаком минус составляющие, которые для человека не находятся в приоритете.

Название книги Артемьева «Психология самопознания, или Как найти формулу жизни». И этому посвящено почти все ее содержание. По сути, это «правила жизни», которые сегодня в изобилии появляются от разных авторов. Многие стороны человеческой жизни приоткроются неискушенным читателям и помогут в самореализации. Не буду утомлять читателей перечислением правил, это нужно прочесть и осмыслить самому. Ведь наш главный дар – это свобода выбора.

А если вернуться к предложенной формуле, то она, по мнению автора, позволяет анализировать свои действия и прогнозировать результат. По ней человек, приложив усилия к одной составляющей, может ожидать изменение других.

В заключение цитата автора:

«Планируя свою судьбу, всмотритесь внимательнее в предложенную формулу и попытайтесь понять, чего же и в какой степени вам

недостает, чтобы быть достаточно мудрыми, испытывать счастливые переживания, вкусить настоящий успех».

Формула жизни от Адольфа Гончарова

Хочу привести еще одну формулу жизни:

Жизнь = (Отношения + Знания + Ощущения) · К,

где **К** - коэффициент личной энергии.

Пояснения составляющих следующее:

Отношения – поддержка людей и их влияние на твою судьбу, климат твоей служебной, общественной и личной жизни, путеводитель веры в свою дорогу.

Знания – свобода самостоятельного мышления, независимость, самовыражение и возможность делиться и получать, формируя фундамент своего интеллектуального продвижения в будущее.

Ощущения - духовное и физическое восприятие своих деяний, их оценка, информация к размышлению о прошедшем и будущем, твоё душевное состояние и настроение.

Коэффициент личной энергии – энергия, которую ты вкладываешь во всё, что делаешь, как думаешь, где, как и откуда ты её черпаешь, на что её концентрируешь.

Автор полагает, что формула наиболее полно отражает суть и показывает, что именно сумма этих понятий, умноженная на коэффициент личной энергии субъекта, указывает на одновременность и непрерывность процесса жизни.

«Рассмотрение формулы жизни нельзя закончить, не обратив внимания на то, что человек живёт не один, а в человеческом обществе, мире людей. На него действуют окружающая среда, возмущающие воздействия других людей, да сам он на них воздействует. И какие бы мы ни предпринимали воздействия, так или иначе, они сведутся к двум: от Бога и от Дьявола».

А еще автор обращает внимание на то, что человеческим миром правят любовь и зависть. Хотя они в явном виде не присутствуют в формуле, человеку не избежать их воздействия на все сферы жизни.

В заключение автор приводит стихи:

**В сей миг, подаренный судьбой,
Живи в гармонии с собой
И с окруженьем будь в добре,
С улыбкой счастья на лице
Остановись, не мысли повернуть назад
Иль в будущее устремить свой взгляд,
Будь счастлив здесь, сейчас, во всем,
И только БОГ твой знает, что потом.
В любви по своему пути идите,
Конца не ждите, а живите!**

Формула жизни от Андрея Молодцова

Автор формулы не стал заморачиваться, вникать в математические тонкости. Цитирую:

«Формула звучит так – от наших мыслей зависит качество нашей жизни. Ни больше, ни меньше. Думаешь о том, что тебя кидают – это и получаешь. Думаешь, что ты счастлив – и ты счастлив.

Разжевываю – наши мысли формируют нашу р-е-а-л-ь-н-о-с-т-ь. Как мыслим так и живем. Если есть способность мыслить хорошие мысли – мы живем хорошо. Если такой способности нет, тогда так и живем».

Остается дело за малым: совершенствовать свои мысли на основании опыта, отбрасывать те, которые нас не удовлетворяют. И автор убежден, что это просто и человеку под силу.

Формула жизни от Алексея Опарина

по книге «Формула жизни. Археологическое исследование книги пророка Амоса».

Автор на основании глубокого изучения книги пророка Амоса увидел в ней не только события давно минувших дней, но и духовные выводы для нашего времени, а также панораму будущего.

В результате А.Опарин приходит к формуле жизни, которую так безуспешно искали выдающиеся философы и математики прошлого. Выглядит она очень просто: «Бог в душе». Самая главная беда современного человека, что он знает о Боге, но не знает Бога.

«А между тем Сам Христос говорит: „Сия же есть жизнь вечная, да знают Тебя, единого истинного Бога, и посланного Тобою Иисуса Христа” (Иоан.17:3). Вот она, библейская формула вечной жизни – знать Бога! Елена Уайт пишет по этому поводу: „Познание Бога и Иисуса Христа, отраженное в нашем характере, превыше всего прочего, что есть на небе и на земле. Это — наивысшее образование, это ключ, открывающий врата Небесного Града. Божья цель состоит в том, чтобы данное познание имели все, облекшиеся во Христа».

Примечательно, что один из переводов слова «Бог» – «цель», а слова «грех» – «попасть мимо цели».

« Да, смысл жизни в Боге. И только познание Бога может дать настоящую жизнь, вечную жизнь. Мы же в своей жизни сколь много порой ставим себе целей, но упускаем при этом главную цель. Греша, мы не достигаем цели».

Другими словами, формула жизни (вечной) – познать Бога, принять Его и следовать за ним.

Формула жизни от отца Олега Моленко

Ответ на важнейший для нас и самый мучительный вопрос о смысле нашей жизни заключается в словах самой главной заповеди Иисуса Христа, заповеди о любви: «возлюби Господа Бога твоего всем сердцем твоим и всею душою твоею и всем разумением твоим: сия есть первая и наибольшая заповедь; вторая же подобная ей: возлюби ближнего твоего, как самого себя» (Мф. 22,37-39).

Кроме того, автор приводит другие цитаты из Библии, которые призывают к любви.

«Любите врагов ваших» (Мф. 5,44).

И еще: «Нет больше той любви, как если кто положит душу свою за друзей своих» (Ин. 15,13) , «Любите друг друга» (Ин. 13,34).

Анализируя слова «друг», «дру-жить», «другому жить», делается вывод о любви к другу, как любви в высшей степени, то есть любовь не расчетливая, не ищущая своего, самоотверженная, жертвенная, самозабвенная, являемая с полной самоотдачей. Это есть высшее и большее из возможных для нас проявлений ЛЮБВИ!

В результате автор предлагает такую формулу истинной жизни:

ЖИТЬ ИСТИННО – ЭТО ЗНАЧИТ СВОЕЙ ЛЮБОВЬЮ К СВОЕМУ ДРУГУ (ДРУЗЬЯМ) ПРЕОДОЛЕВАТЬ СВОЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ ТАК, ЧТОБЫ ПОЛНОСТЬЮ ИСТОЩАТЬ СЕБЯ РАДИ ДРУГА И ЖИТЬ РАДИ НЕГО, ПОЛУЧАЯ ВЗАМЕН ЕГО ЛЮБОВЬ И ВСЕ, ЧТО ОНА НЕСЕТ!

И прежде всего, речь идет о любви к Высшему Предмету нашей любви – Господу Богу. То есть надо сперва содружиться с Ним так, чтобы стать Ему искренним другом и Его иметь Своим Высшим Другом!

В заключение автор призывает:

«Очистимся же тщательно покаянным трудом и соделаемся искренними друзьями нашему Спасителю Христу Богу! Возлюбим же Его высшей и самой большой из всех возможных – дружеской любовью – не щадя положить за Него свою душу, и тем войдем в Его неизреченную

любовь, в Его дивную дружбу и в Его истинную и блаженную для нас жизнь!»

Поиск своей формулы жизни

**Эй, товарищ! Больше жизни!
В. Лебедев-Кумач.**

В поисках своей формулы жизни я интуитивно стремился к простоте, чувствуя, что все, прочитанное ранее, достаточно сложно для понимания и использования. Только недавно я узнал, что уже давно в науке существует принцип «бритвы Оккама». Формулировка этого принципа звучит примерно так: «Не следует множить сущности без необходимости». То есть принцип предлагает отсечь всё лишнее – отсюда и слово «бритва» в названии. Хотя это скорее рекомендация, но польза определенная есть. Поэтому я пытался найти такое слово, желательно одно, для формулы жизни, которое бы отражало все многообразие действий и чувств человека, его стремления, искания, разочарования и жажду жизни.

С другой стороны, мое внимание всегда притягивало такое понятия, как возрастание энтропии, то есть увеличение беспорядка, нарастание хаоса (второе начало термодинамики). Мне казалось, что в нем скрыто то основополагающее, что определяет нашу жизнь. Суть этого закона в том, что любой естественный самопроизвольный процесс в природе протекает в определенном, ему присущем, направлении, и не может быть проведен в противоположном направлении без затраты энергии. Что важно в этой формулировке – это «без затраты энергии».

Размышляя над формулой жизни, я, наконец, понял, что жизнь в нашем мире продолжается только благодаря принесению человеком некой «отрицательной энтропии», которая борется против возрастания энтропии, в целом ее понижая. Пожалуй, наиболее подходящим процессом и словом, характеризующим этот процесс, оказалось слово «борьба». Борьба во всех ее проявлениях. Именно она несет ту энергию, которая подпитывает жизнь, которая неуклонно стремится к увеличению энтропии, то есть к хаосу. Достижение максимума энтропии – это смерть.

Если цель – жизнь (выживание, продолжение рода), то содержание жизни – борьба. Вот почему:

Формула жизни – борьба. Отказ от борьбы – это смерть.

Для математической интерпретации формулы жизни я бы предложил использовать показательную функцию, хотя это и не меняет ее сути. Это можно сделать благодаря тому, что борьба человека в жизни – очень многогранна и обладает неким мультипликативным свойством.

$$\text{Жизнь} = \text{Борьба}^Z,$$

где Z – целое число.

В данном случае Z – определяет разнообразие и интенсивность Борьбы (Личная энергия). Необходимо заметить, что по правилам математики при $Z=0$ Жизнь превращается в обычную, ничего не значащую единицу. Жизнь = 1 .

Помните, у В. Маяковского не по этому поводу, но красиво:

«Единица – вздор,
единица – ноль».

Вот так вкратце я постарался изложить результаты поисков своей формулы жизни.

В заключение хочу пожелать читателям искать и найти свою формулу жизни. И не относиться к такого рода книгам очень серьезно. Читать нужно, но не забывайте, что те, кто много читают, отвыкают самостоятельно мыслить (Даниил Гранин). А это уж никуда не годится. Так что, плодотворных вам размышлений.

При написании книги были использованы материалы авторских блогов, ранее опубликованных в Интернете.