

ДИАЛОГ О СМЫСЛЕ ЖИЗНИ

Посвящается всем, кто *хочет стать и станет* сильнее, умнее, добree, дружнее, богаче.

СОДЕРЖАНИЕ

Вступление	5
Смысл жизни	7
ВМТ	9
КДН	11
ОТН	12
ДДН	15
ПТНВ	17
Таблица СУДДБ	19
ДГВ	23
СССЗ	25
УМ-ВМ-УМР-ВМР-МБ-МС-МВ	27
Заключение	41
Об авторе	43

Вступление

В 2021 году я потерял работу, жилье, сбережения и друзей. Я остался безработным, бездомным, нищим и одиноким.

Это стало *лучшим событием моей жизни.*

Это событие сломало мое эго и заставило меня выйти из двадцатипятилетней зоны комфорта. Я переосмыслил свою жизнь и написал смысл жизни СУДДБ.

Почему это сочинение названо «ДИАЛОГ О СМЫСЛЕ ЖИЗНИ»? Потому что на каждом развороте есть страница от меня и страница для тебя. Ты прочитаешь мою страницу и напишешь свою страницу. Ты напишешь свои мысли, чувства, вопросы и действия. Я вижу тебя равным себе и хочу услышать и прочитать твою точку зрения. Поэтому ты будешь писать свою страницу. Мы будем вести диалог.

Смысл жизни

Смысл жизни - это стать сильнее, умнее, добнее, дружнее и богаче (СУДДБ). Чтобы воплотить в *своей жизни* принципы справедливости, свободы, сострадания и знания (СССЗ).

Этот смысл жизни подходит всем людям. Вне зависимости от возраста, пола, расы, языка, национальности, гражданства, политической или религиозной ориентации. Все люди хотят стать сильнее, умнее, добре, дружнее и богаче. Просто у многих нет баланса между этими пятью направлениями.

Кто-то хочет стать богатым и становится богатым. Но игнорирует четыре других направления. И становится богатым, слабым (больным), глупым (недалеким), злым и одиноким.

Поэтому нужно развиваться в пяти направлениях одновременно. Чтобы получать радость из пяти направлений.

BMT

Как стать сильнее?

ВМТ: возраст минус три.

Человек поднимает гантель весом
ВМТ килограмм на ВМТ повторений.

Например: человеку 36 лет. ВМТ равно $36-3=33$. Человек поднимает 33 кг на 33 повторений. Если человек пока не может поднять 33 кг на 33 повторений, то у нее/него есть целый год чтобы достичь этого уровня.

Старость - это несоответствие стандарту ВМТ. Например: человеку 63 года. ВМТ равно $63-3=60$. Человек поднимает 60 кг на 60 повторений. Такого человека нельзя назвать старым/старой или нетрудоспособным.

Детство – это фундамент успеха для взрослой жизни. Например: ребенку 13 лет. ВМТ равно $13-3=10$. Ребенок поднимает 10 кг на 10 повторений. Такой ребенок не будет болеть и не будет объектом буллинга.

КДН

Как стать умнее?

КДН: книга в две недели.

Человек начинает и заканчивает читать книгу методом ПЗК за две недели.

ПЗК: подчеркивание, заметки на полях, критика.

Например: человек подчеркивает ключевые слова и предложения на каждой странице книги. Человек пишет заметки на полях книги. Человек пишет согласие и несогласие с утверждениями книги.

КДН – это как минимум шесть тысяч страниц чтения в год (ШТСЧГ). Человек, который читает шесть тысяч страниц в год, не может оставаться глупым. Человек, который читает шесть тысяч страниц в год методом ПЗК, станет умнее.

Для детей КДН имеет облегченную версию.

OTH

Как стать добре?

ОТН: одна тетрадь в неделю.

Человек пишет одну тетрадь в неделю.

В тетради человек пишет свои чувства, мысли, действия, вопросы, ответы, проблемы, решения, события прошлого, цели и планы на будущее.

Злость – это непонимание своих чувств, мыслей и действий. Злость – это непонимание прошлого и боязнь будущего. Чтобы *стать добрее к себе и окружющим людям* человек будет писать свои чувства, мысли и действия в тетради. Это даст ей/ему взгляд на себя со стороны.

ОТН - это как минимум тысяча страниц письма в год (ТСПГ). Человек, который пишет тысячу страниц в год, не может оставаться злым. Человек, который пишет тысячу страниц в год, станет добре.

ДДН

Как стать дружнее?

ДДН: доброе дело в неделю.

Человек совершает добroе дело в неделю. Человек посвящает 2,5% своего времени человеку или людям, которые нуждаются в ней/нем.

В неделе 168 часов. Треть этого времени человек спит. Треть этого времени человек трудится. Остается 56 часов на себя. Сороковая часть (2,5%) этих часов – это 1,4 часа или 84 минуты. Это примерно три сессии по 30 минут.

Значит человек три раза в неделю играет со своими детьми по 30 минут. Или три раза в неделю беседует с женой/мужем/мамой/папой/... по 30 минут.

Благотворительность – это делиться не только деньгами, но и временем. **Твоим близким нужно твоё время (внимание, понимание, уважение), а не деньги.** Время ценнее денег.

ПТНВ

Как стать богаче?

ПТНВ: продавай товар, а не время.

Человек продает или время, или товар.

Например: офисный работник продает работодателю 40 часов времени в неделю ($8 \text{ часов} \times 5 \text{ дней} = 40 \text{ часов}$). Количество времени на продажу ограничено. Но **количество товара на продажу не ограничено**.

Никто не стал богатым продавая свое время. Все богатые приобрели богатство через производство и продажу товара. Или предоставляя площадку для продажи товара. Или взымая налог с продажи товара. И так далее.

Деньги, полученные от ПТНВ, надо вложить в ПДПС. ПДПС: пять домов в пяти странах. Нельзя хранить все яйца в одной корзине. Нельзя хранить все имущество в одной стране.

ПТНВ обеспечивает этику. Бедный не может следовать принципам этики СССЗ.

Таблица СУДДБ

Цель достижима только когда она выражена числом.

Идеалы недостижимы, потому что их нельзя выразить цифрой. *Глупцы тратят свои жизни на недостижимые идеалы, вместо достижимых целей.*

С: ВМТ, $36-3=33$ кг на 33 повторений.

У: КДН, 6000 страниц чтения в год.

Д: ОТН, 1000 страниц письма в год.

Д: ДДН, $1,5 \times 4 \times 12 = 72$ часа в год.

Б: ПТНВ, $0,5 \times 12 \times 12 = 72$ часа в год.

Человек распечатает таблицу СУДДБ и напишет название месяца. Потом будет ставить крестики на цифры, которые выполнил. 29-30-31 числа человек отдыхает и восстанавливается физически и психически.

В первый день месяца человек читает 17 страниц. Потом 18 страниц и т. д. 14 числа месяца человек читает 30 страниц. Это первый цикл чтения. Потом – второй.

Месяц:					
День	ВМТ	КДН	ОТН	ДДН	ПТНВ
31					
30					
29					
28	BMTxBMT	658	84		
27		628	78	6	
26		599	73	6	
25		571	69		5,5
24	(BMT-3)x(BMT+3)	544	66	5,5	
23		518	64		5
22		493	63	5	
21		469	63		
20	(BMT-6)x(BMT+6)	446	57		4,5
19		424	52	4,5	
18		403	48		4
17		383	45	4	
16	(BMT-9)x(BMT+9)	364	43		3,5
15		346	42	3,5	
14		329	42		
13		299	36		3
12	(BMT-12)x(BMT+12)	270	31	3	
11		242	27		2,5
10		215	24	2,5	
9		189	22		2
8	(BMT-15)x(BMT+15)	164	21	2	
7		140	21		
6		117	15		1,5
5		95	10	1,5	
4	(BMT-18)x(BMT+18)	74	6		1
3		54	3	1	
2		35	1		0,5
1		17	0	0,5	

ДГВ

Одиночество - это корень всего плохого.

Тебе нужна группа поддержки. В любой момент жизни. Тебе нужны те, кто не пройдет мимо тебя. Кто не останется слепым к твоим слезам. Кто не останется глухим к твоим словам. Кто не останется немым к твоим вопросам.

ДГВ: десятка группа взаимопомощи.

ВИОД: власть идиота ограничена десяткой.

В больших группах индивидуальность человека теряется. Исчезает ответственность и появляется безнаказанность. Поэтому состав ДГВ ограничен десятью людьми. ДГВ из одиннадцати людей делится как клетка на две части.

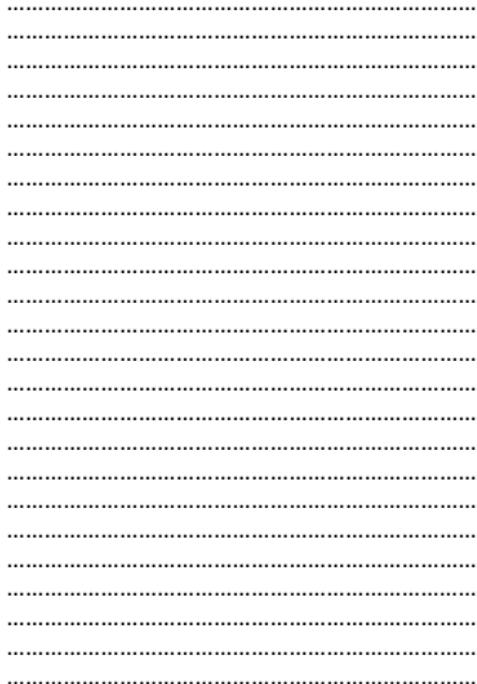
ДГВ встречается минимум раз в неделю. У каждого есть три минуты на отчет недели. Потом общие 30 минут на обсуждение ВМТ, КДН, ОТН, ДДН, ПТНВ.

СССЗ

Справедливость, свобода, сострадание, знание – это четыре столпа любой идеологии, религии или философской системы. В том или ином виде эти четыре принципа присутствуют в каждой культуре и во всех обществах.

Человек станет сильнее, умнее, добнее, дружнее, богаче чтобы воплотить в своей жизни принципы справедливости, свободы, сострадания и знания. Каждый человек имеет свою интерпретацию СССЗ. Но это не мешает людям **объединится вокруг вечных принципов СССЗ, а не гнилых псевдо-лидеров.**

Справедливость – это равноправное распределение энергии и информации. Свобода – это беспрепятственное следование пути СУДДБ. Сострадание – это помочь нуждающимся через СУДДБ. Знание – это КДН и ОТН.



УМ-ВМ-УМР-ВМР-МБ-МС-МВ

Когда мне плохо и тошно, я пишу молитву. Это вид медитации для меня.

Утренняя молитва (УМ):

О мой Бог! Я благодарю Тебя за это утро. Ты - сильнейший, мудрейший, добрейший и самый милостивый. Лишь Тебе я поклоняюсь. Лишь у Тебя прошу помочи. Сделай меня сильнее, умнее, добрее, дружнее, богаче. Убери из моей жизни слабость, глупость, злость, одиночество и бедность. Помоги мне полюбить жизнь и смерть. Ведь смерть - это встреча с Тобой. Я жажду встречу с Тобой. И с теми, кто любит Тебя. И с теми, кого любишь Ты. Аминь.

Вечерняя молитва (ВМ):

О мой Бог! Я благодарю Тебя за этот вечер. Ты прощаешь, исправляешь, направляешь. Покажи мне ошибки, которые я совершил сегодня. Помоги мне исправить и не повторить их. Твое прощение безгранично как океан. Я утоплю свои ошибки в нем. Я растворюсь в океане Твоего милосердия. О Боже! Дай мне слезы. Чтобы смыть этот позор слабости, глупости, злости, одиночества и бедности. О Боже! Дай мне сон. Чтобы увидеть сны моей встречи с Тобой. Чтобы эта горькая разлука, хоть на время сна, перестала терзать меня. О Боже! Дай мне утро. В котором я буду молиться Тебе. Которое еще на один шаг приблизит меня к Тебе. Я считаю дни до нашей встречи. Пусть слабые, глупые, злые, одинокие и бедные люди боятся Тебя и встречи с Тобой. Я люблю Тебя. И жду встречу с Тобой. Аминь.

УМ-ВМ-УМР-ВМР-МБ-МС-МВ

Утренняя молитва ребенка (УМР):

О мой Бог! Я благодарю Тебя за это утро. Я благодарю Тебя за родителей. За то, что они любят меня. Ты вложил в их сердца любовь ко мне. О Боже! Ты дал мне жизнь. Чтобы я стал сильнее, умнее, добре, дружнее, богаче. Чтобы я ушел от слабости, глупости, злости, одиночества и бедности. О Боже! Дай моим родителям долгую жизнь. Помоги мне заботиться о них. Как они заботились обо мне. Сделай меня своим другом. И другом тех, кто любит Тебя. И другом тех, кого любишь Ты. Аминь.

Вечерняя молитва ребенка (ВМР):

О мой Бог! Я благодарю Тебя за этот вечер. Ты прощаешь, исправляешь, направляешь, помогаешь. Покажи мне мои ошибки. Которые я совершил сегодня. Помоги мне исправить и не повторить их. О Боже! Наполни мое сердце огромной любовью к Тебе. Чтобы в сердце не осталось места для злости. Чтобы я любил тех, кто любит Тебя. И тех, кого любишь Ты. О Боже! Прости меня, моих родителей и всех моих предков. Направь на путь любви меня, моих друзей и всех моих потомков. Аминь.

Молитва благодарности (МБ):

О мой Бог! Я благодарен Тебе за врагов и друзей. Я благодарен Тебе за поражения и победы. Я благодарен Тебе за ошибки и успехи. О Боже! Я благодарен Тебе за мою слабость. Она ведет меня к Твоей силе. О Боже! Я благодарен Тебе за мои грехи. Они ведут меня к Твоему прощению. О Боже! Я благодарен Тебе за мою смерть. Она ведет меня к жизни рядом с Тобой. О Боже! Я благодарю Тебя за всё и всех. Ты – мой Бог. Моя жизнь – для Тебя. Моя смерть – для Тебя. Прости, прими и верни меня к Себе. Аминь.

УМ-ВМ-УМР-ВМР-МБ-*МС*-МВ

Молитва справедливости (МС):

О мой Бог! Ты – самый справедливый. Ты дал нам принципы СССЗ. Чтобы мы из принципов вывели законы. О Боже! Несправедливый закон – это загон для скота. Мы – не скот. Мы – люди. Для нас справедливость важнее закона. Для нас люди важнее денег. Для нас цель важнее смерти. О Боже! Научи меня следовать справедливости, а не закону. Научи меня ценить людей, а не деньги. Научи меня бояться не смерти, а позора. О Боже! Я защищаю людей, а не закон. Научи меня вершить справедливость. Веди меня по пути тех, кто любит Тебя и кого любишь Ты. Аминь.

Молитва воина (МВ):

О мой Бог! Я взял в руки оружие ТВО. Чтобы защитить тех, кто беззащитен. Чтобы наказать тех, кто жесток. Чтобы накормить тех, кто голоден. Чтобы согреть тех, кто в холода. О Боже! Наполни мое сердце огромной любовью к Тебе. Чтобы в моем сердце не осталось места для ненависти, злости и жестокости. Научи меня одинаково любить врагов и друзей. Научи меня сражаться против зла, а не злодеев. Помоги мне побеждать прощением, завоевывать великолюдием и пленить щедростью. О Боже! Я выполняю лишь Твои приказы. Я предпочитаю смерть выполнению несправедливых приказов. Я не подниму оружия на детей, женщин и стариков. И остановлю тех, кто делает это. О Боже! Помоги мне полюбить жизнь и смерть. Веди меня по пути тех, кто любит Тебя и кого любишь Ты. Верни меня к Себе чистым и честным. Аминь.

Заключение

Если ты дочитал(а) до этого места, спасибо тебе. Извини меня, если было скучно.

Наверное, ты посчитаешь меня психом. И ты будешь прав(а). Только конченный псих будет писать про справедливость, свободу, сострадание и знание в это безумное время. Но я никогда не мог следовать за толпой и быть нормальным. Хотя сильно старался.

Я притворялся нормальным. Но мне это надоело. У меня осталось меньше половины жизни. Теперь я не буду кем-то. Теперь я буду собой. И пусть весь мир будет против меня.

Лысый индус сказал, что в начале тебя не замечают, потом над тобой смеются, потом на тебя нападают, но в конце ты побеждаешь.

Я ищу не победу, а понимание. Диалог – это высказывание позиций без поиска плюсов или минусов. Дискуссия – это

высказывание позиций с указанием плюсов своей позиции. Дебаты – это высказывание позиций с указанием минусов позиции оппонента.

Я назвал это сочинение диалогом. Потому что я не ищу минусов у других. Это их дело, а не мое.

В 2021 году я потерял работу, жилье, сбережения и друзей. Я остался безработным, бездомным, нищим и одиноким.

Это стало лучшим событием моей жизни.

Я переосмыслил свою жизнь и написал смысл жизни СУДДБ. Может быть СУДДБ поможет тебе в трудный момент жизни, как помог мне. СУДДБ – это не мое изобретение. Поэтому я **считаю себя обязанным поделиться СУДДБ**, а не прятать его.

До встречи там, где все будем.