



Кризис среднего возраста

Миф или...

Нино Самсонадзе

Сонг Парк

ОПЫТ



МЕТОД



Миф или... о кризисе среднего возраста

Нино Самсонадзе

Сонг Парк

Что будет, если не видеть,
не признавать,
ничего не делать...



*Миф или... о кризисе среднего возраста
Нино Самсонадзе*

Сонг Парк

Средний возраст

Ожидаемая продолжительность жизни россиян – фактическая и гипотетическая, данные Центра демографии и экологии человека Института народнохозяйственного прогнозирования РАН за 2004 год

фактическая	Мужчины	58,8	Женщины	72,1
гипотетическая		72,5		81,8

Сегодня люди живут на 25 лет дольше, чем в начале века.
В 1776 г. ожидаемая продолжительность жизни была около 35 лет, медиальный возраст населения составлял 16 лет.
В 1886 г. ожидаемая продолжительность жизни - 40 лет, медиальный возраст - 21 год.
В 1920 г. типичная женщина могла бы прожить 54 года; ожидаемая продолжительность жизни для женщин, родившихся в 1988 г., - 78 лет; для женщин, родившихся в 2040 г., продолжительность жизни составит 91,5 лет.
Соответствующие показатели для мужчин:
1920 - 53 года,
1988 - 71 год и
2040 - 85,9 лет.

Миф или... о кризисе среднего возраста

Нино Самсонадзе

Сонг Парк

Человеку свойственно бояться бесконечности.

А если не бояться и сделать ее частью своей жизни?

Гипотетически 😊 и фактически 😞 Есть опыт и есть метод.

Мы же чаще всего живем, имея в кармане билет на отбытие с указанной датой. Ее не всегда можно разобрать, но нам это не мешает упорно держать в голове обратный отсчет.

Что дает, а что отнимает такое убеждение?



Согласно восточным учениям

к 60 годам человек только достигает полной зрелости –
физической - 20, умственной - 30, эмоциональной - 40,
психической - 50, духовной - 60.

Наступает время максимальной продуктивности – если не
следовать общепринятому мифу, что уже пора умирать...

Мы так торопимся жить, что перестаем это делать, а только
доживаем...

А жаль, ведь нужно как минимум 120 лет, чтобы пройти все 6
параметров универсальной личности:

ДУХ

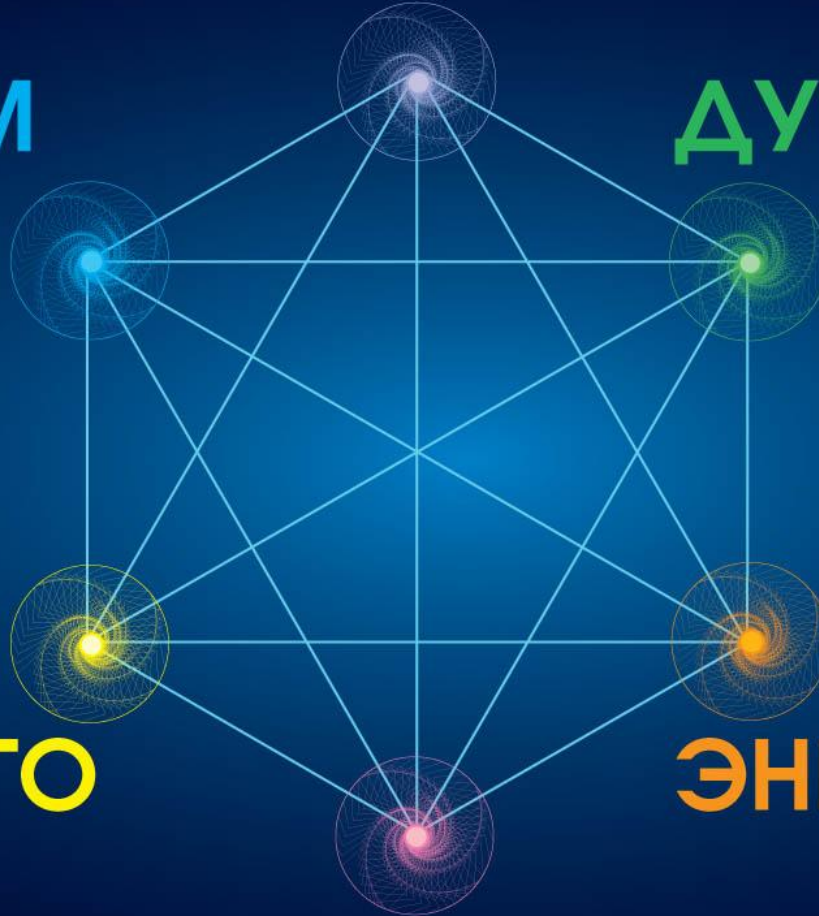
УМ

ДУША

ЭГО

ЭНЕРГИЯ

ТЕЛО



Что происходит с точки зрения МЕТОДА:


Что мы накапливаем за годы жизни?



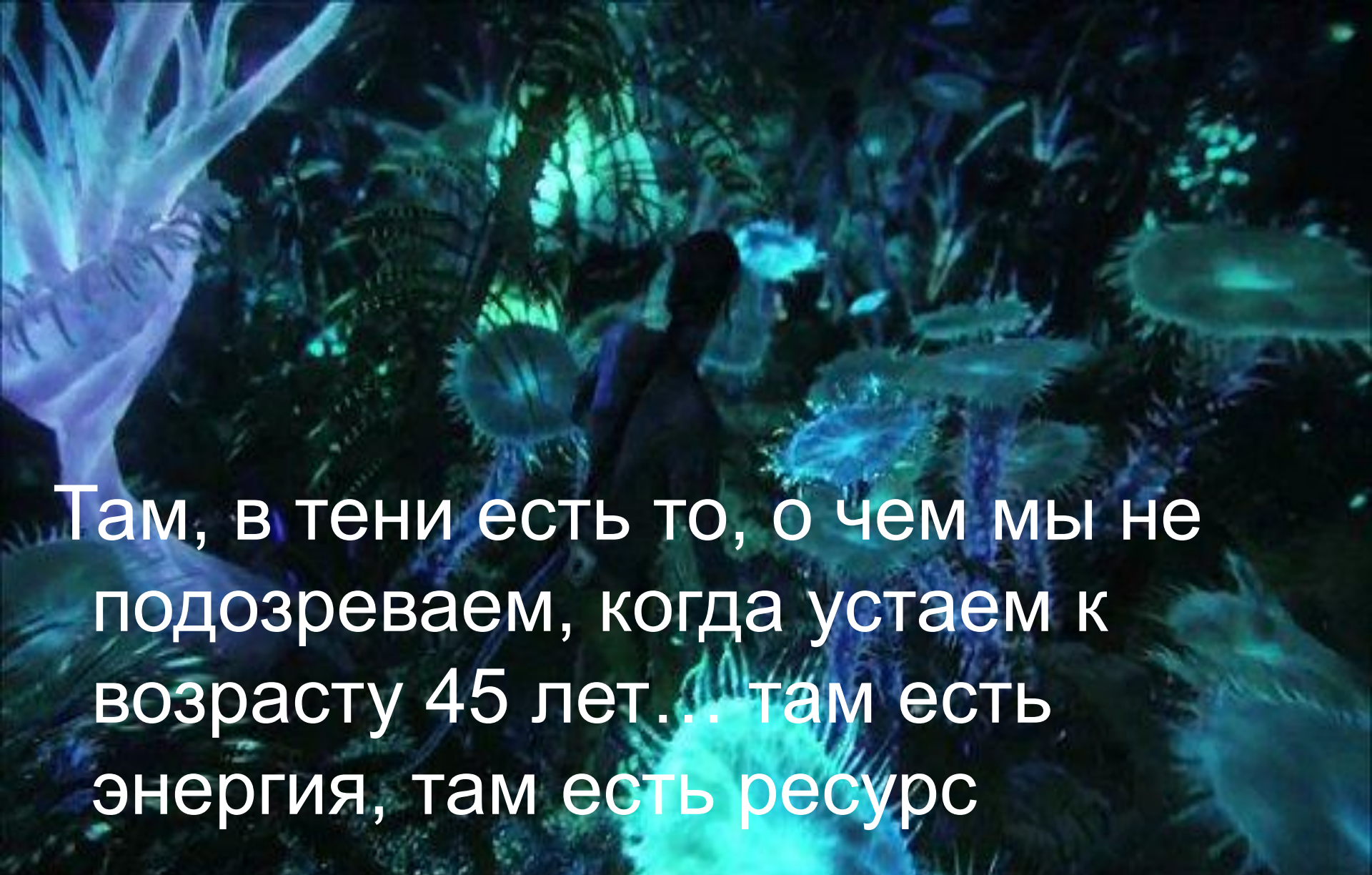
И...



В доме у него был, как говорится, свинушник, так как наводить чистоту теперь было некому, а самому Спрутсу было лень работать щеткой и шваброй. К тому же он не любил мыть посуду. Позавтракав, пообедав или поужинав, он ставил грязную посуду куда-нибудь на пол в угол, а на следующий день брал из шкафа чистую посуду. Поскольку посуды у него было много, то все углы скоро были завалены грязными чашками, блюдцами и стаканами, ложками, вилками и ножами, тарелками, мисками, соусницами, чайниками, кофейниками, молочниками, салатницами, графинами, старыми консервными банками и бутылками разных форм и размеров. На столах, на подоконниках и даже на стульях громоздились покрытые сажой горшки, чугуны, кастрюли, судки, котелки, противни, сковородки с остатками испорченных блюд. На полу всюду валялись лимонные и апельсиновые корки, банановая кожура, яичная и ореховая скорлупа, обрывки бумаги, пустые пакеты, засохшие и покрытые зеленоватой плесенью хлебные корки, яблочные огрызки, куриные кости, селедочные хвосты и головки. Нужно сказать, что эти хвосты и головки и даже целые рыбы скелеты можно было увидеть не только на полу, но и на стульях, столах, шкафах, подоконниках, книжных полках, а также на спинках диванов и кресел.



Мы накапливаем ТЕНЬ: все наши негативные переживания или непережитые события, впечатления, то, что мы игнорируем, что не хотим слышать, чего боимся, чего не можем простить, себе и другим, желания, в которых себе отказали и многое другое, что было с нами, но осталось не осознанным, не признанным, не принятым, не прожитым, не выраженным...

A person is standing in a dark, glowing forest. The scene is illuminated by a blue and green light, highlighting various bioluminescent plants and trees. The person is in the center, looking towards the right. The overall atmosphere is mysterious and ethereal.

Там, в тени есть то, о чем мы не подозреваем, когда устаем к возрасту 45 лет... там есть энергия, там есть ресурс

Миф или... о кризисе среднего возраста

Нино Самсонадзе

Сонг Парк



Если ТЕНЬ не признать своей и не
работать с нею, она дичает и тогда с
тобой происходит то, что происходит.



Ты не хозяин своей ТЕНИ.



Когда ты становишься хозяином – она твой ресурс.



Негативность, которую так упорно пытаются в нас вытеснить, чтобы мы были удобными для общественного употребления, это энергия.



Энергия, которую ты можешь взять
сам, если не испугаешься усилий









если не испугаешься своей собственной силы и сможешь ею овладеть



«Поставь на смелость, Иван-царевич. И тебя вынесет из всех передряг Серый волк».



Там, в тени есть еще ...
желания, о которых мы забыли

**Когда-то тебе не
было трудно
узнавать свои
желания в лицо.**





**Твое Я начиналось со слова
ХОЧУ.**

**ХОЧУ сопровождалось топанием
ногой и угрозой истерики в
случае отказа.**

**Когда ты стал взрослым,
твое ХОЧУ обросло разными
уважительными причинами,**

**оправданиями, ограничениями,
условиями и условностями.**





Теперь твой доступ к ХОЧУ происходит под строгой цензурой ума.



**Постепенно ты перестаешь
общаться со своими
желаниями.**

**Ты их прячешь от себя и
от мира. Ты владеешь
собой. Не так ли?**

Но где-то в глубине
есть множество
тайных полочек, на
которых
стоят твои ЖЕЛАНИЯ.
Некоторым из них
очень много лет.





Почему бы не... перестать скрываться?

**Общение с желанием –
это так просто...
Давай поговорим.**



ЖЕЛАНИЕ, воля, хотение, ОХОТА, готовность, жажда, алчность, вожделение, НЕТЕРПЕНИЕ,



зуд, свербеж; СТРЕМЛЕНИЕ, влечение, порыв, позыв, аппетит, ПОГОНЯ, спрос, тенденция.

**ЖЕЛАТЬ, хотеть, жаждать, алкать, вожделеть,
стремиться к чему, домогаться чего, МЕЧТАТЬ,**



**бредить чем, зариться на что,
ОБЛИЗЫВАТЬСЯ; преследовать какую цель.**

В зоне ЖЕЛАНИЙ нет диктата. Даже эстетического.

ЖЕЛАНИЯ грубы и неразборчивы, рафинированы и тонки, спонтанны и вечны, настойчивы и мимолетны.

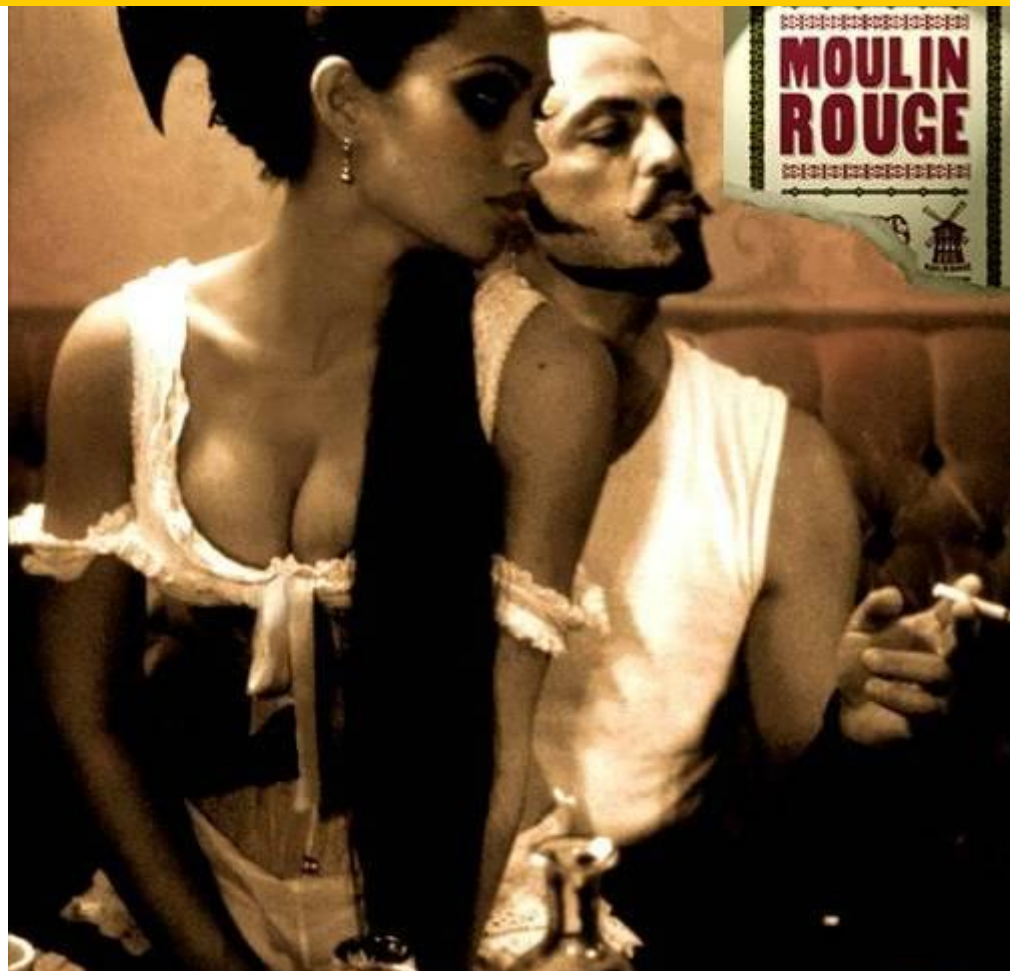


**Если ты минимизируешь свои желания – они угасают.
И в один прекрасный день оказывается,
что ты живешь по ИНЕРЦИИ.**



Ты просто НЕ чувствуешь, что живешь...

Желаю всей душой, от души, ПЛАМЕННО, имею желание, ГОРЮ желанием, порываюсь, меня подымает, порываает,



мне хочется, меня тянет, ВЛЕЧЕТ; взяла меня охота; у меня загорелось, мне приспичило, польстился на что.

ЖЕЛАНИЕ побуждает
тебя к **ДЕЙСТВИЮ**,
обостряет осознание
ЦЕЛИ будущего
действия.

ТЫ ОСОЗНАЕШЬ и
свое **СТРЕМЛЕНИЕ** и
пути его реализации.



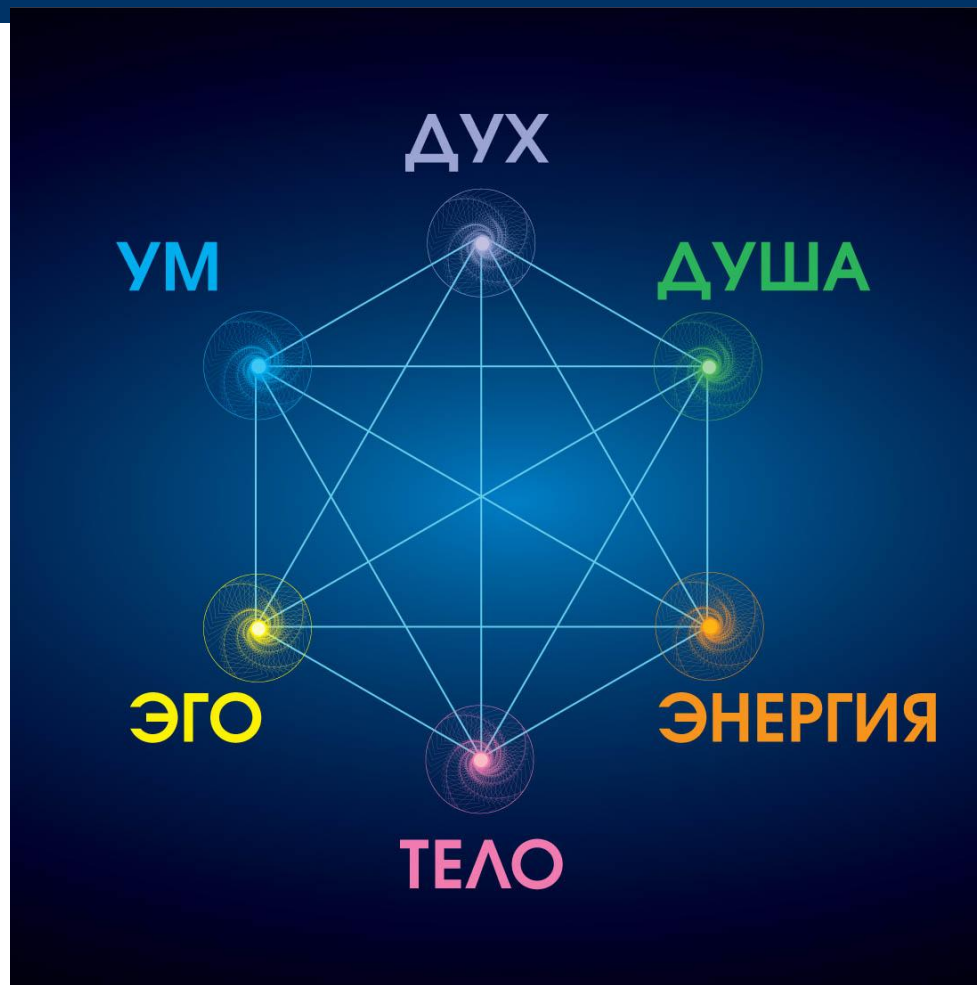


**Ты не найдешь
желаний в каталогах.**

**Ты не найдешь
желаний на улицах и в
магазинах.**

**Чтобы их увидеть,
чтобы их услышать,
чтобы их различить,**

Нужно немного другое зрение,
немного другой слух,



МНОГО СМЕЛОСТИ И МНОГО ВОЛИ,
НОВЫЙ РАКУРС И НОВЫЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ.

**Возьми энергию своего желания,
подними**



паруса намерения

Кризис



конфликт – противоречие – согласие



МИФ

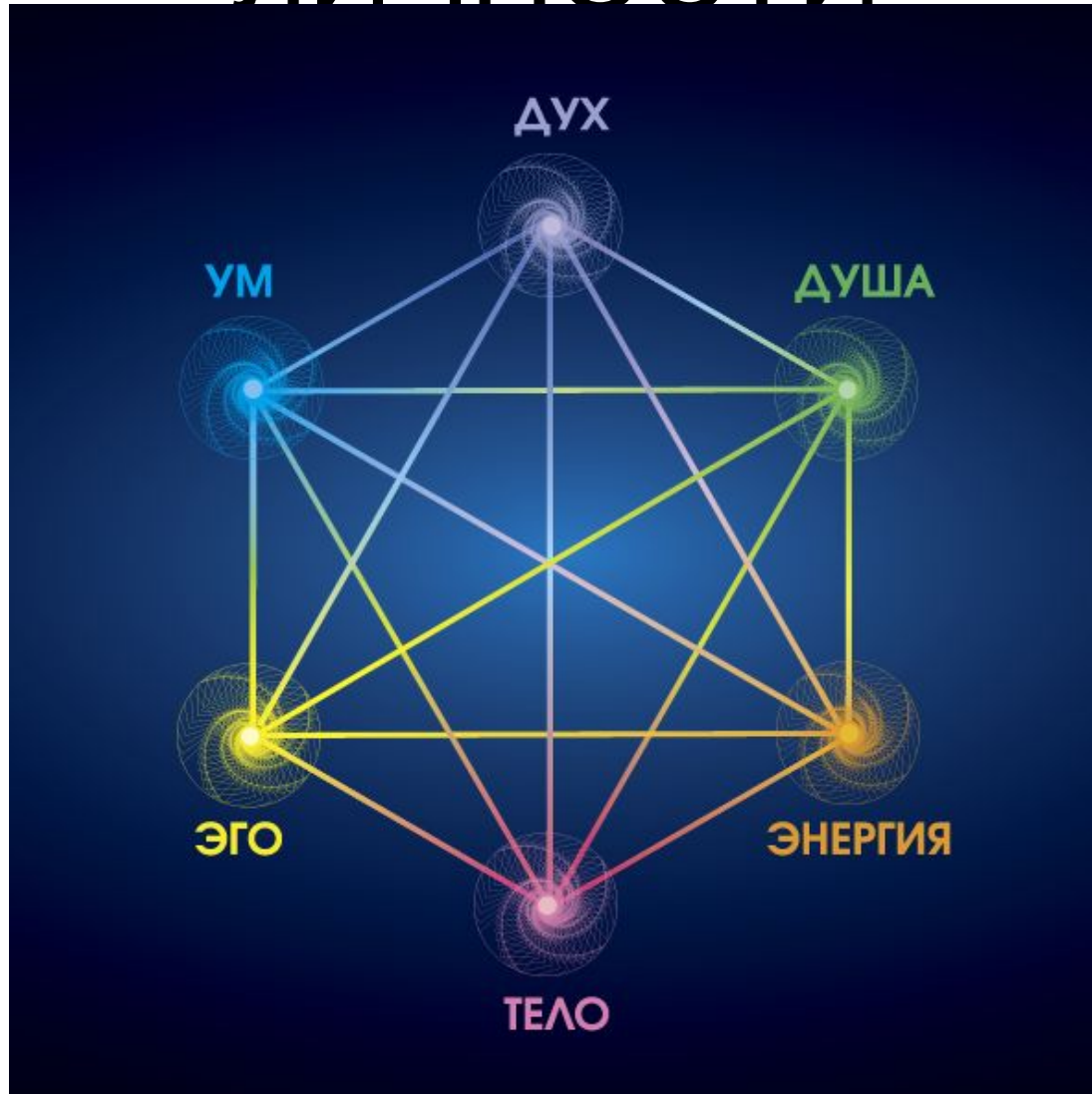


Закончилась эпоха коллективных мифов.
Началась эпоха персональных мифов.
Миф – способ общаться и жить с бесконечностью.



Карта в невидимое...

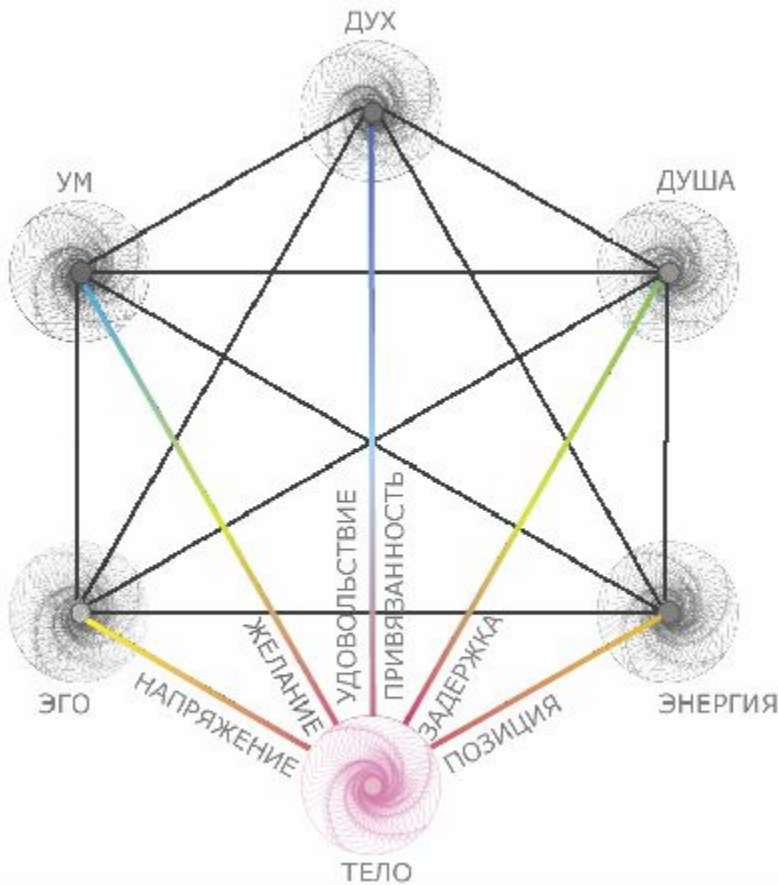
ШЕСТЬ УРОВНЕЙ ЛИЧНОСТИ



Матрица Тела



Матрица Тела

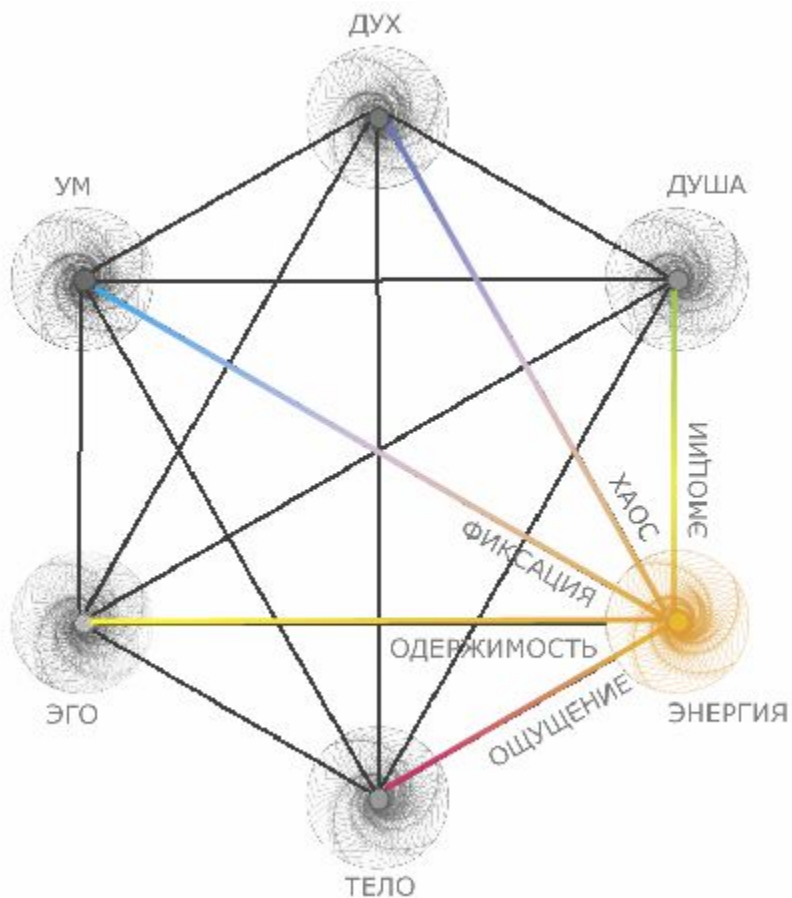


- Тело – это форма
- Тело – это физическая (пищевая) оболочка
- Тело – это материальность
- Тело – это пространство
- Тело – это воплощение
- Тело – это конкретика

Матрица Энергии



Матрица Энергии



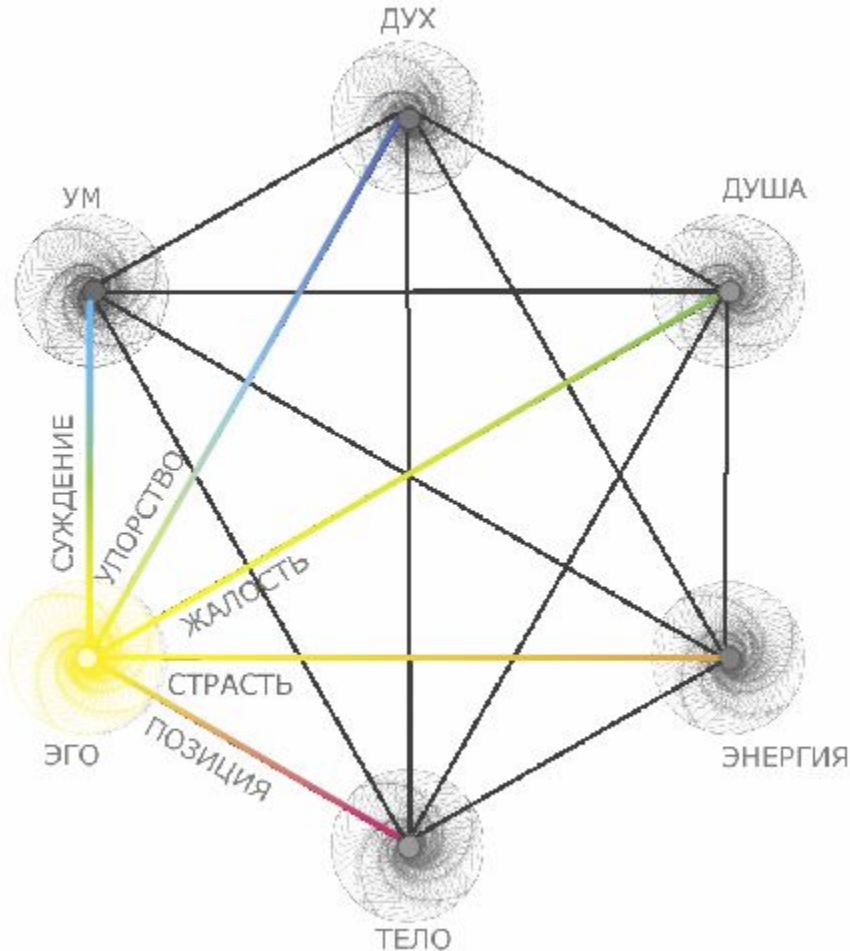
- Энергия – это Сила
- Энергия – это Прана, Ци
- Энергия – это метаболизм
- Энергия – это ощущение
- Энергия – это здоровье
- Энергия – это жизнь

Матрица Эго



Отличайс**Я**!

Матрица Эго

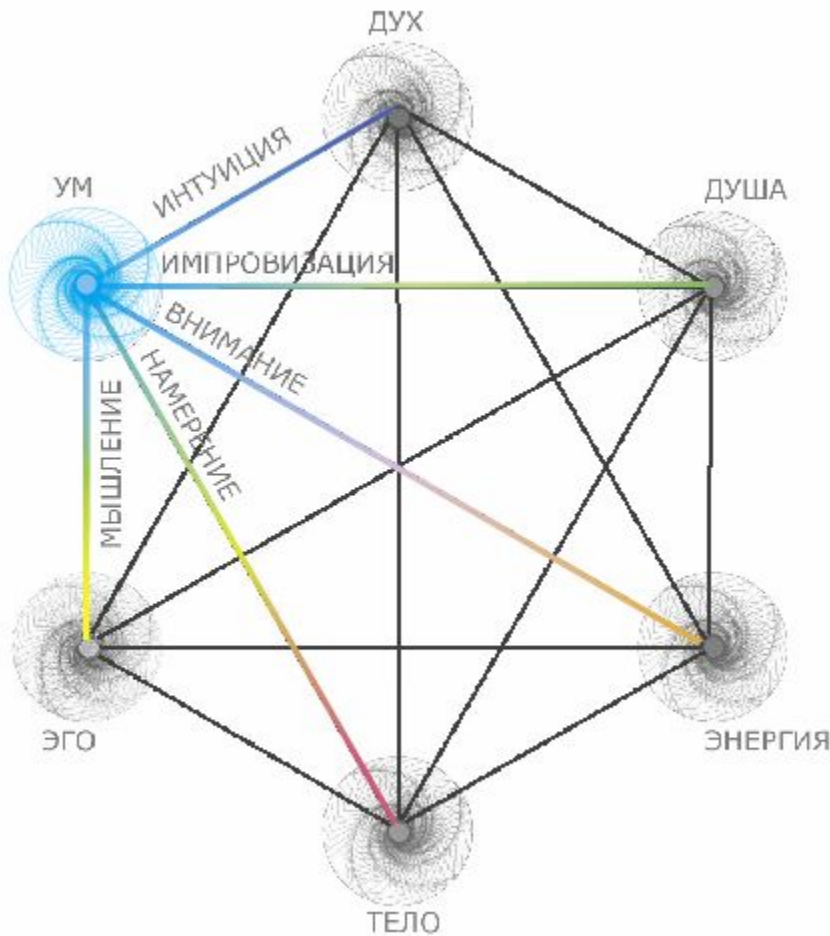


- Эго – это индивидуальность
- Эго – это границы личности, территория
- Эго – это уникальность
- Эго – это ментальное тело
- Эго – это характер
- Эго – это позиция

Матрица Ума



Матрица Ума

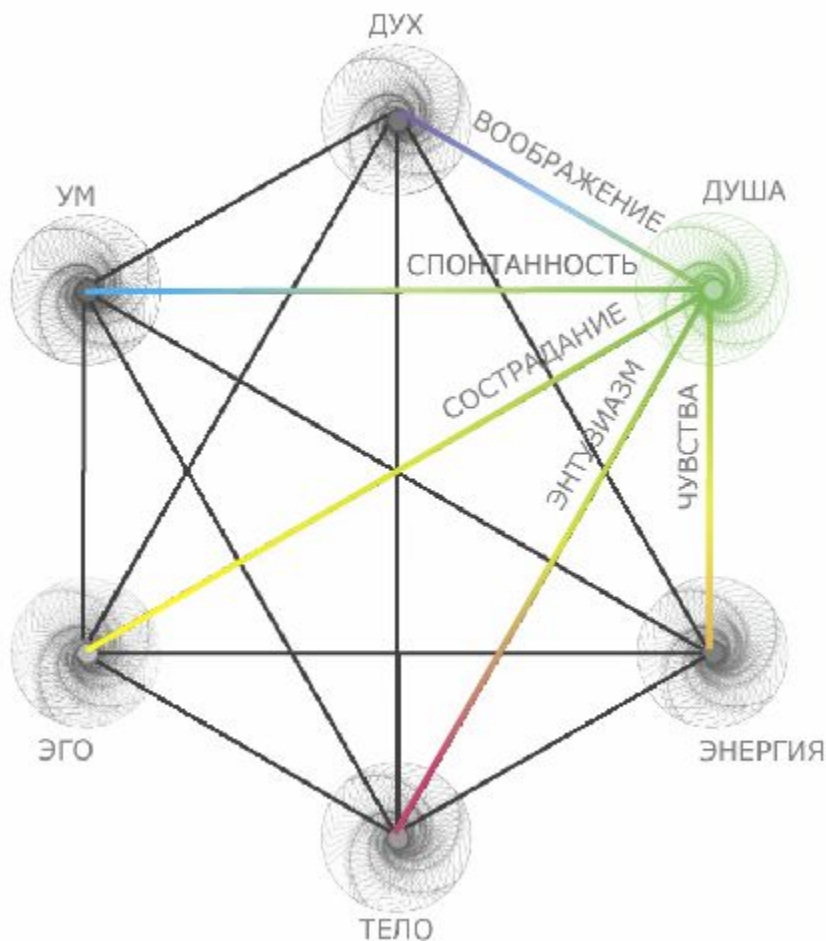


- Ум – это знание
- Ум – это мудрость
- Ум – это интеллект
- Ум – это мышление
- Ум – это разумность
- Ум – это значение и СМЫСЛ
- Ум – это восприятие времени

Матрица Души

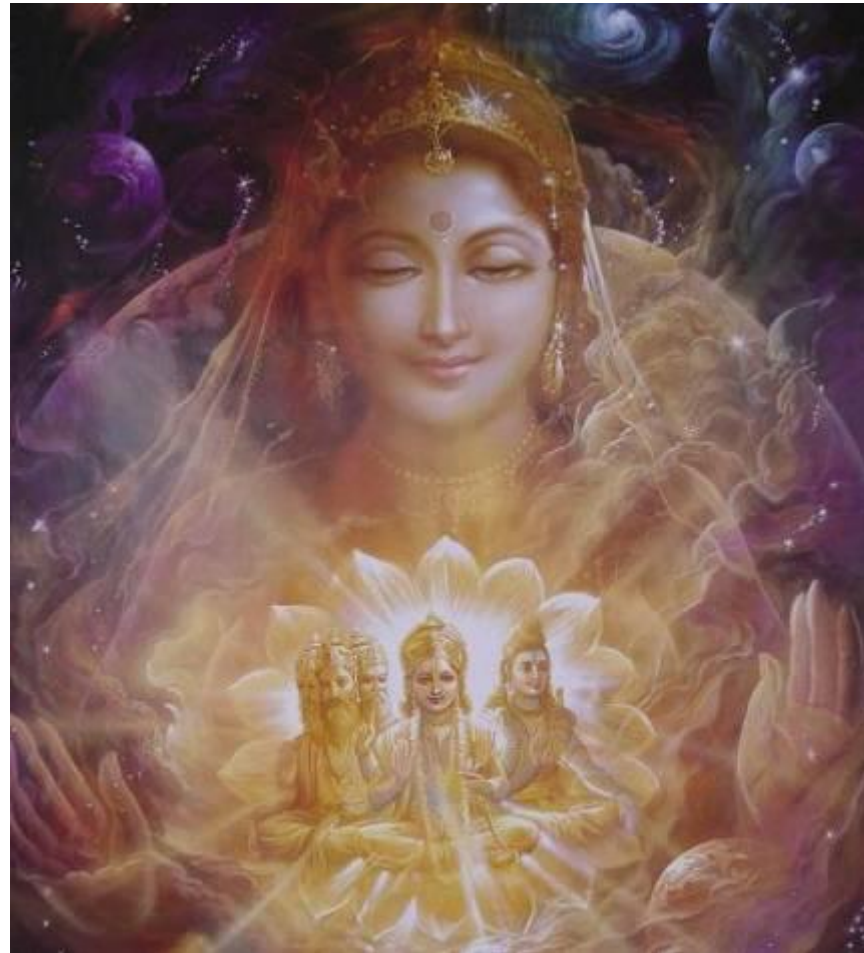


Матрица Души

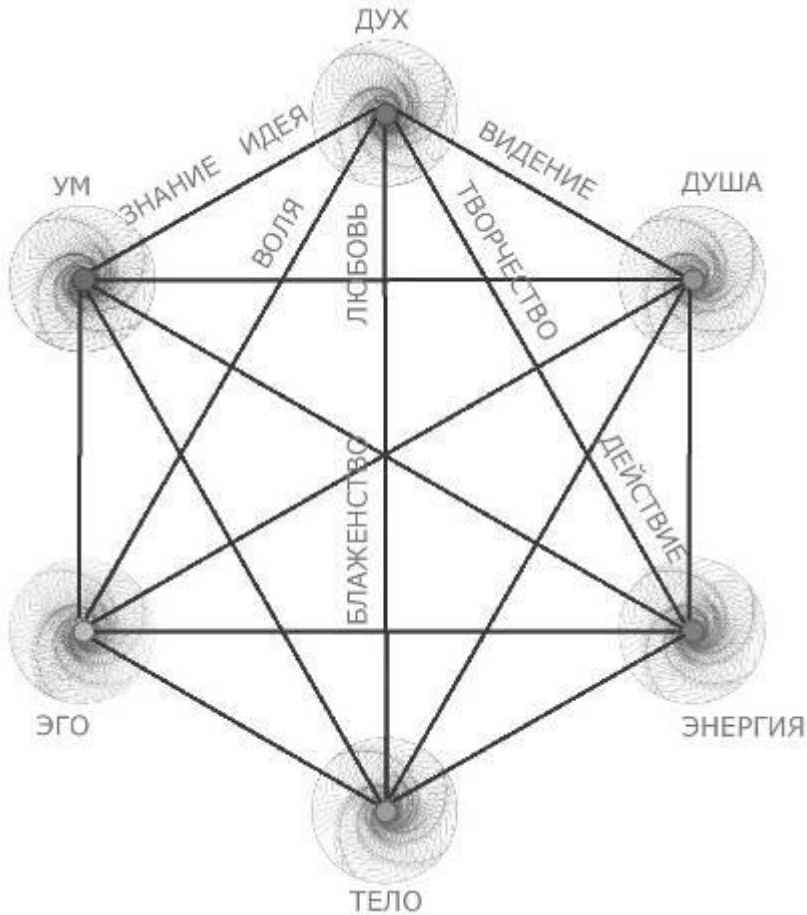


- Душа – это гармония
- Душа – это тело блаженства
- Душа – это чувства
- Душа – это энтузиазм
- Душа – это впечатления
- Душа – это бессмертие и

Матрица Духа



Матрица Духа

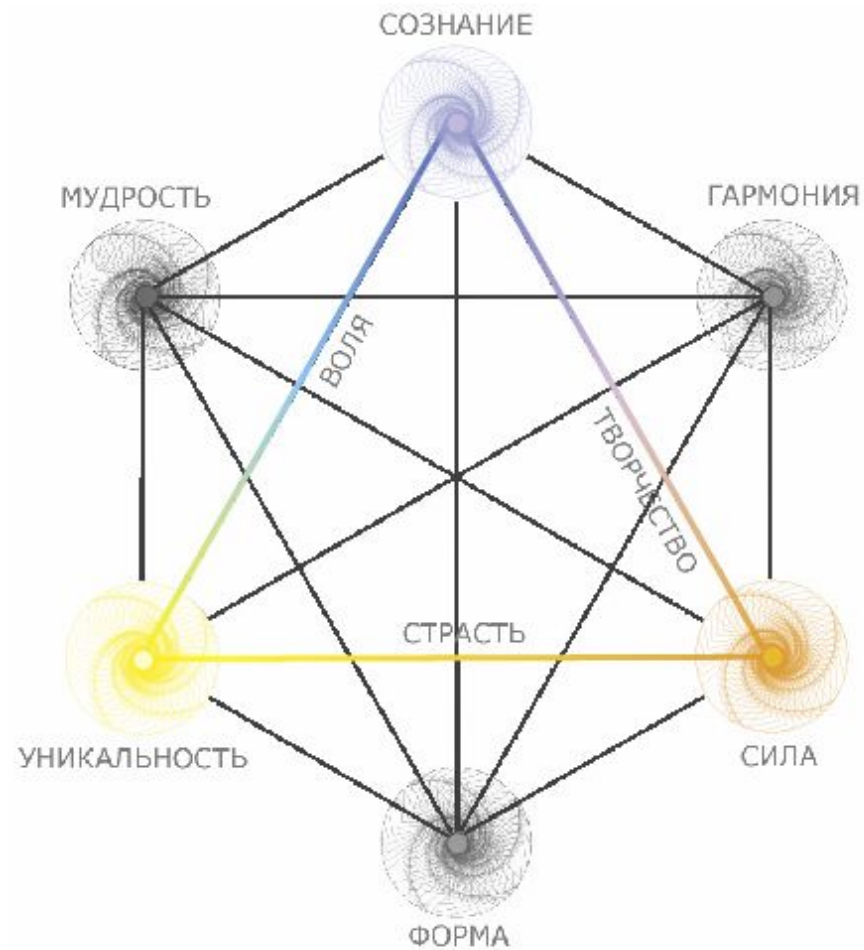
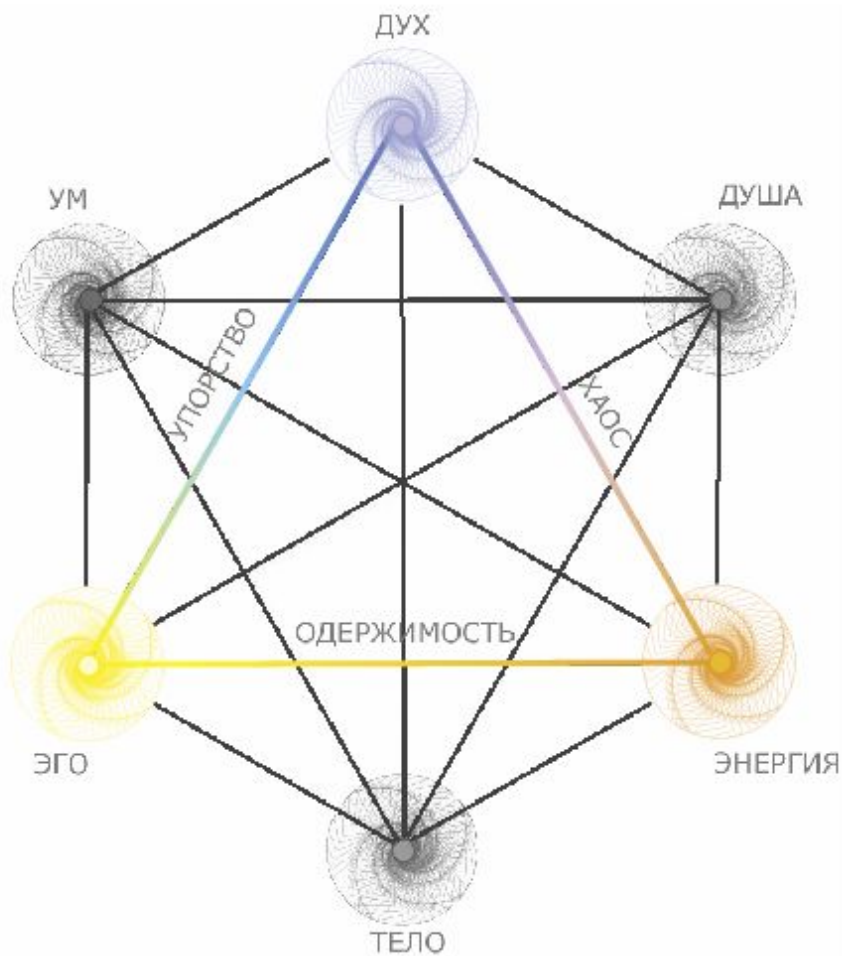


- Дух – это высшее сознание
- Дух – это не двойственность
- Дух – это идеальность
- Дух – это неразрушимое
- Дух – это божественная сущность личности

Матрицы Управления

- Матрицы Управления являются центральным звеном коллективной личности и индивидуальной самореализации
- Матрица Авторитарного управления
- Матрица Демократического управления
- Идеал управления: Сочетание Авторитарного и Демократического управления

Авторитарное Управление Правитель



Авторитарное Управление Правитель

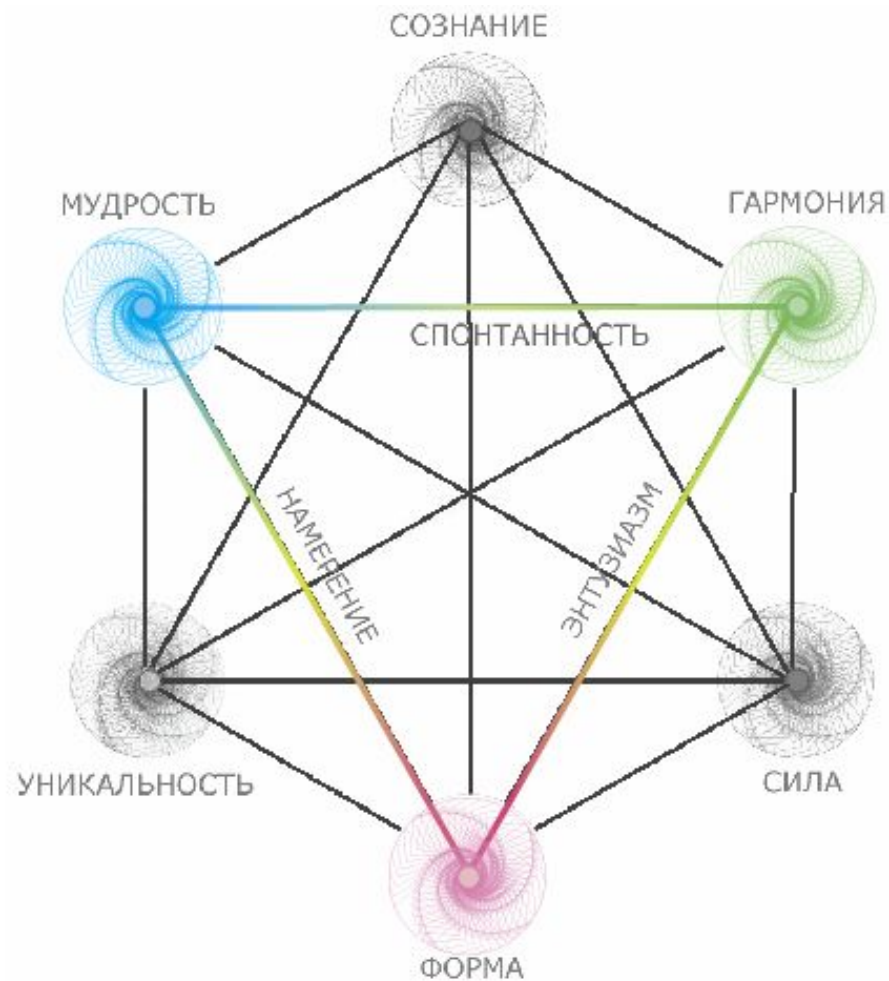
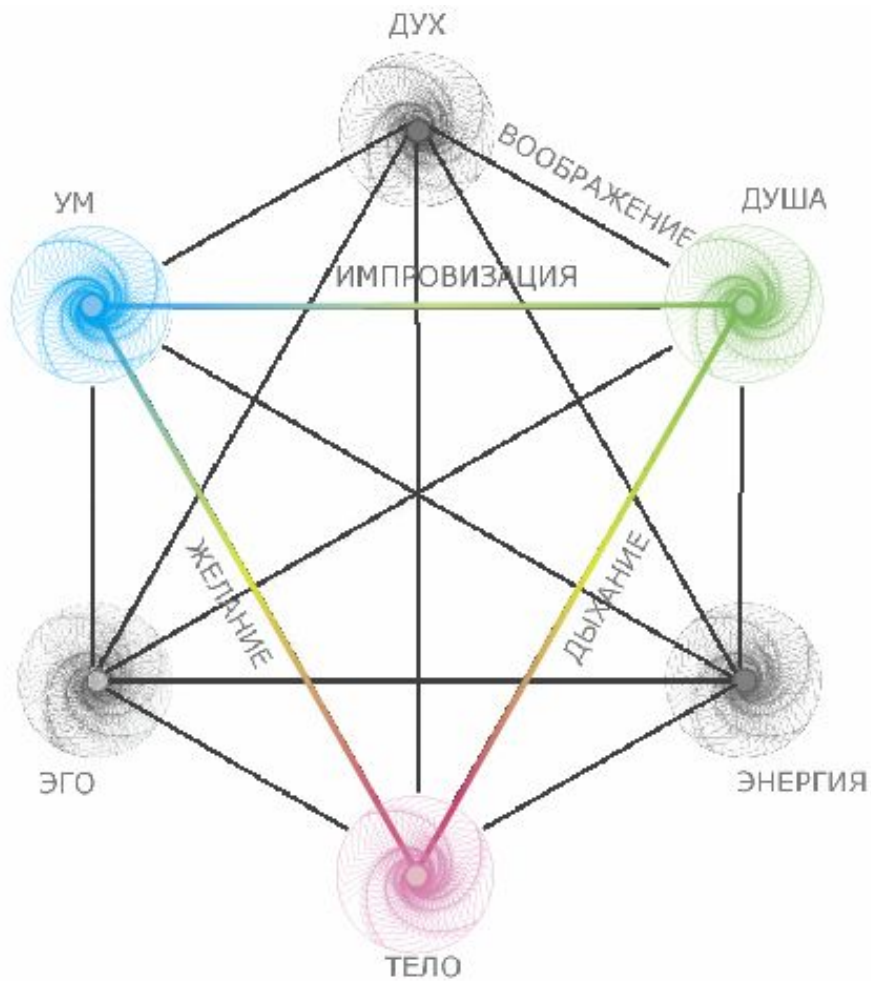
- Правитель – это личность, обладающая властью и силой
- Это личность, отличающаяся патриотизмом и заботой об обществе
- Правитель хорошо осознаёт позицию, территорию и границы своего влияния
- Кшатрии в Индии, удельные князья в России, сёгун и даймё в Японии
примеры матрицы подобного типа

Авторитарное Управление

Правитель: Арагорн



Демократичное Управление Менеджер



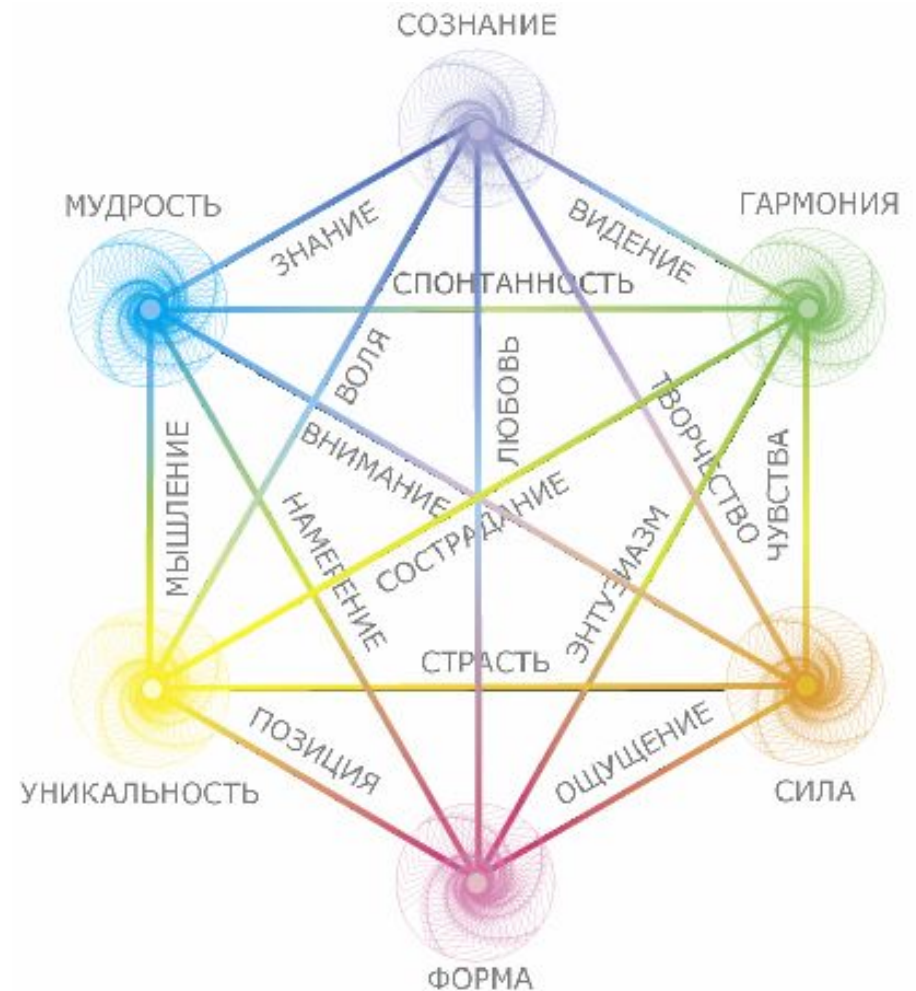
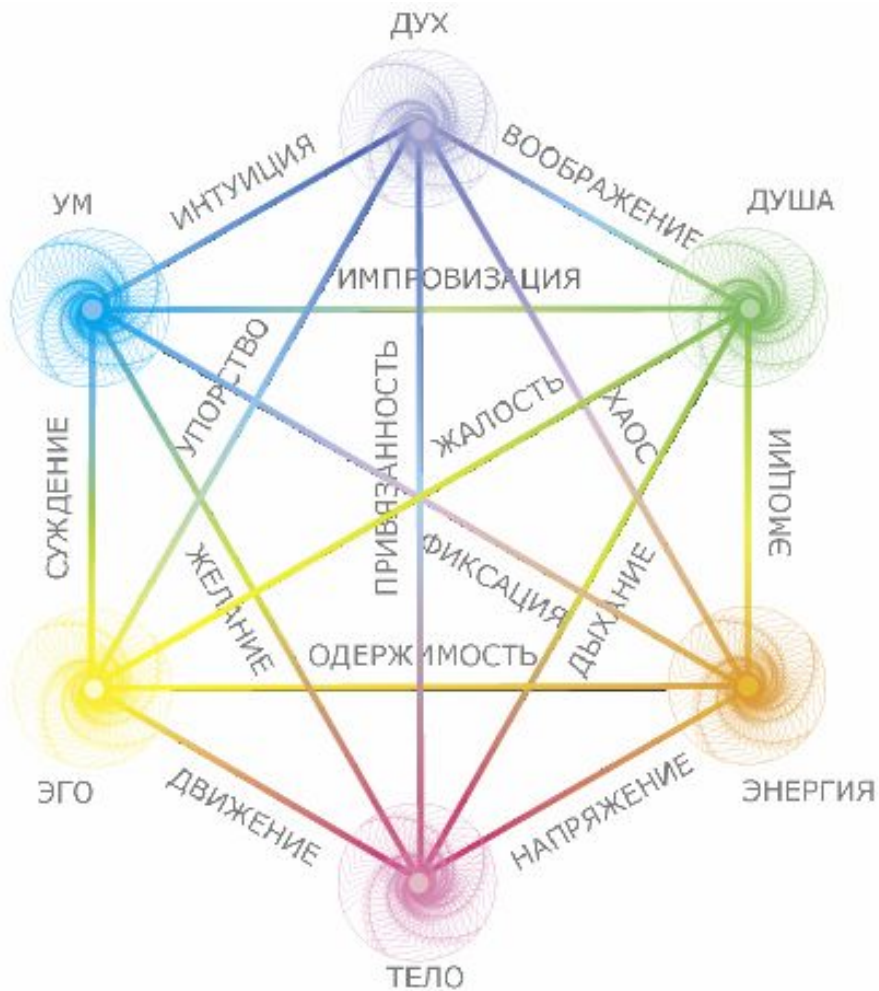
Демократичное Управление Менеджер

- Менеджер –это личность, сочетающая в себе живость ума, понимание людей и конкретность действия
- Это личность, обладающая умением организовать работу коллектива
- Менеджер отличается способностью понимать и транслировать стратегию
- Менеджер координирует материальные и человеческие ресурсы и ставит задачи исполнителям всех уровней

Демократичное Управление Менеджер



Универсальная Личность: Полная Интеграция







Что можно сделать прямо сейчас:

Специальные тренинги

Крылья творчества

Паруса счастья

Штурвал перемен

