

# Как идти к совершенству? Сделайте 1001 шаг

Почему иногда главные герои, оказавшись в ужасных ситуациях (например, в плену или тюрьме строгого режима), сохраняют верность идеалам и жизненным устоям, а их друзья (тоже в общем-то хорошие люди) - становятся взяточниками, преступниками, предателями?

Потому что в ситуации выбора между чёрным и белым человеку легче выбрать белое (ну или чёрное, если он ближе к нему) и далее держаться за выбранное руками и зубами, не видя иной альтернативы. И сложнее в обыденной жизни каждый день удерживаться от малюсенького шага от белого к чёрному, который ничего не значит, ничего не решает, который никто не заметит и который так легко сделать...

То же, как мне кажется, касается и попыток «начать новую жизнь в понедельник». Кто-то может, с кем-то это случается. Большинство людей держатся в новой жизни несколько дней или недель, а затем возвращаются к тому, с чего начали. Некоторые начинают новую жизнь по несколько раз в год. И каждый раз возвращаются к тому, с чего начали.

Может быть, стоит попробовать двигаться мелкими простыми шажками. Делать каждый шаг осознанно и настолько долго, чтобы каждый этот маленький шаг, каждое незначительное изменение к лучшему стало по-настоящему Вашей частью? Ведь даже если сделать пять маленьких шажков к улучшению за год, это принесёт больше пользы, чем пять безуспешных попыток одним махом полностью изменить себя и свою жизнь, закончившихся полным возвращением к изначальному состоянию.

Представьте себя совершенного. На 1001 мелочь отличающегося от Вас в лучшую сторону. 1001. Это не то что изменить - представить невозможно. И сделайте всего лишь один шаг. Хотя бы один небольшой шажок. Но сделайте его так, чтобы потом не сделать шаг обратно.

А через две недели сделайте ещё один шаг. Один шаг в две недели - не так уж много для человека, который готов попытаться в очередной раз начать новую жизнь в понедельник.

Если делать по одному шагу в две недели, весь путь займёт у Вас 40 лет. Много? А разве это много, если в награду Вы получите совершенство, которое сейчас и представить не можете?

Но это ещё не всё. Есть ещё маленький фокус. Целью пути будет не последний шаг. Целью пути будет каждый шаг. И плоды свои будет приносить каждый шаг.

И в заключение я хочу рассказать Вам историю об одном юноше. Когда-то этот юноша учился в институте. Во время одной из сессий, когда времени на подготовку к экзамену

## Как идти к совершенству

Автор: admin

25.08.2011 15:58 - Обновлено 29.10.2014 10:45

---

не хватало, юноша подумал: «О, как было бы хорошо, если бы на сон требовалось меньше времени». Тогда ему на глаза попало описание одной йогической асаны, которая позволяла при двухлетней практике заменять двухчасовым выполнением этой асаны восьмичасовой сон.

«Как здорово», - подумал юноша. «Но для меня уже слишком поздно, мне нужно сейчас. Эх, если бы я начал практику два года назад...»

Прошло пять лет. Юноша окончил институт и пошёл работать. И ему всё так же не хватает времени на сон. Практиковать он так и не начал.

Учитесь на ошибках этого юноши. Начинайте долгий путь, даже если Вам кажется, что его поздно начинать. Успешного пути.

Автор - Фёдор Спирин

[Источник](#)