

# Улучшая Наш Мир

Предлагается сжатая информация по улучшению Людей, правительства, и качество жизни.

## Люди

Чтобы улучшить общество, нужно улучшить людей. Этот процесс начинается с улучшения мыслей.

Ваши мысли, как в настоящий момент, так и те, что хранятся в вас, формируют большую часть вашей личности. Они также воздействуют на каждую вашу клетку, каждую эмоцию и каждое действие.

Вы контролируете мысли, которые ищете, принимаете, храните, помните, избегаете, блокируете и забываете.

Используйте мысли, чтобы улучшить себя.

- Ищите и принимайте здоровые мысли; например, будьте избирательны в том, какие шоу вы смотрите по телевизору и какую музыку слушаете. Избегайте такие, которые по характеру своему *нездоровые* – например, грустные, страшные, злые или выражают насилие. Также старайтесь ограничивать количество поступающих к вам отрицательных новостей, но оставайтесь при этом достаточно информированными. (На общество влияют главным образом повторяемые по телевидению мысли. На него также влияют радио, интернет, кинофильмы, музыкальные записи и видеоигры. Это нередко приводит к повышенному страху, что может быть наруку некоторым правительствам, религиям, индустриям и банкам).
- Стремитесь к тому, чтобы ваше здоровое отношение к вещам и явлениям, ваши здоровые эмоции и действия автоматически складывались через посредство мыслительных программ (команд), которые вы систематически закладываете в себя и на основе которых действуете.

Избегайте на какое-то время мысли других и культивируйте только свои собственные мысли.

Имейте смелость подвергать сомнению всё. Особенно это относится к явлениям, которые ограничивают свободу человека подвергать вещи сомнению.

Думайте сами. Исследуйте явления самостоятельно.

Мыслите широко. Умейте рассматривать вещи без обязательного их принятия.

Получайте знания из различных источников. Распознавайте в них возможные предубеждения.

Избегайте явления, которые ограничивают свободу в познании.

Пропагандируйте любовь к познанию. Узнавайте сами и учите других. Поддерживайте источники обучения и знания.

Смирись с тем, что очень многое остается неизвестным.

Пользуйтесь фактами и причинной логикой для достижения выводов.

Познайте себя и будьте хозяином самого себя. Отдавайте себе отчет в своих мыслях и действиях и отвечайте за них.

Ваши мысли и действия должны быть адекватными. Всегда есть время и место почти для всего.

Делайте доброе. Ваши мысли и действия должны быть хорошие.

Следуйте Золотому правилу: относитесь к другим так, как вы бы хотели, чтобы относились к вам.

Не грешите. Грешить – это без нужды приносить вред.

Повинуйтесь правительственным законам вашего местоположения.

# Правительство

Социально-политический уклад двух третей мирового населения строится на экспериментах в демократии – от республик до прямой демократий.

От начала экспериментов общества претерпели изменения, связанные со стремительным прогрессом в технологии, огромным ростом населения, ускоренной глобализацией и широким влиянием средств массовой информации.

Многие эксперименты выродились, потому что

- пропорционально небольшая часть общества, которая может позволить себе публичные избирательные кампании, уменьшается ввиду большого и продолжающего расти разрыва в уровне благосостояния;
- цена использования средств массовой информации в избирательных кампаниях высока и продолжает расти;
- большинство избирателей находятся под влиянием средств массовой информации, которые контролируются очень немногими.

Некоторые эксперименты в условиях растущих социальных проблем, многие из которых связаны с растущей нищетой в данной стране и за рубежом, ведут к образованию полицейских государств. Такие изменения обычно начинаются с возрастающей роли правительства в области надзора и правоохранения, а также с ущемления законных прав граждан.

Используйте законные права, чтобы улучшить правительство: подвергайте вещи сомнению, узнавайте новое, информируйте, участвуйте в собраниях, протестуйте, голосуйте, становитесь представителями правительства, проводите референдумы и бойкоты.

Улучшайте правительство путем проведения новых экспериментов. Поначалу проводите их на локальных уровнях и экспериментируйте на наиболее успешных высоких уровнях. Производите опросы общественности по результатам экспериментов и публикуйте результаты опроса.

В некоторых экспериментах выдвигайте требования по ограничению срока деятельности большего количества государственных учреждений, по увеличению роли совещательных органов и случайного выбора.

Во времена первой в истории демократии люди знали, что выборы представителей (в области социального и индивидуального правосудия) путем публичного голосования могут с легкостью манипулироваться. Поэтому их выбирали (из числа соответствующих кандидатов) для работы в совещательных органах и судебном жюри по принципу случайного выбора. В современных демократиях члены судебного жюри и поныне избираются случайно.

Люди знали также, что принятие решений лишь одним человеком (таким как президент) может с легкостью исказиться. Поэтому они использовали только совещательные органы. Каждый член такого органа выполнял роль председателя в течение равно отмеренных периодов времени на протяжении всего срока работы совещательного органа.

# Качество Жизни

На протяжении двух предыдущих столетий качество жизни улучшилось, чему способствовали новые открытия в технологии – в таких областях, как сельское хозяйство, промышленность, здравоохранение, транспорт, коммуникации и информационные системы. Эти открытия, в свою очередь, способствовали ускоренному росту населения и глобализации.

Повышенный рост населения в настоящее время грозит качеству жизни. Такой рост обусловлен преимущественно идеологиями против контроля рождаемости. Значительна в этом и роль родителей, которые стремятся к большому количеству детей с тем, чтобы при высокой детской смертности семья не осталась без помощи.

Рост населения в мире все больше и больше увеличивается: 1 миллиард в 1804 г., 2 млрд в 1927 г., 3 млрд в 1959 г., 4 млрд в 1974 г., 5 млрд в 1987 г., 6 млрд в 1999 г., 7 млрд в 2011 г.

Громадный рост населения способствует повышению нищеты, что может вести за собой повышение религиозной и расовой напряженности, рост преступлений, болезней, социальных волнений, миграции, терроризма и дает предпосылки к началу революции и войны.

С повышением глобализации увеличивается воздействие нищеты. Например, массовый перенос рабочих мест из индустриализированных стран в Китай и Индию (где 1+ млрд населения живет в нищете) понизил долгосрочные стандарты жизни в индустриализированных странах. Это также привело к повышению глобальных цен на определенные продукты потребления в связи с повышением процента личного потребления в Китае и Индии.

От значительного роста населения выигрывают

- правительства – с ростом числа налогоплательщиков;
- религии – с ростом числа контрибьюторов;
- бизнесы – с приобретением более дешевой рабочей силы и более обширных рынков;
- индустрии и банки, получающие выгоду от насильственных конфликтов.

Гуманно контролируйте рост населения с помощью

- повышения осознания вреда от перенаселения;
- повышения информированности, доступности и наличия средств для добровольного профилактического контроля рождаемости;
- уменьшения потребности родителей в большом количестве детей путем улучшения системы здравоохранения и повышения возможностей для образования и трудоустройства.

# Власть Мысли

Развитие личности начинается с улучшения мыслей.

Стремитесь к тому, чтобы ваше здоровое отношение к вещам и явлениям, ваши здоровые эмоции и действия автоматически складывались через посредство мыслительных программ (команд), которые вы систематически закладываете в себя и на основе которых действуете.

Чтобы сознательно наиболее эффективно закладывать в себя такие программы, будьте интеллектуально активны и пользуйтесь всеми возможностями, чтобы иметь полное представление об окружающем (с использованием всех органов чувств), сомневайтесь, анализируйте, постигайте, ощущайте свои эмоции, используйте разум, выражайте, действуйте – и систематически получайте, закладываете в себя программы и действуйте на их основе. Систематически слушайте программы, смотрите на них, читайте, пишите, произносите и помните их.

Чтобы подсознательно наиболее эффективно закладывать в себя такие программы, пассивно используйте лишь часть осознания себя (когда вы только видите и слышите, например, когда смотрите телевизор), и систематически получайте и закладываете в себя программы. Вы можете использовать программы чувственного или подсознательного уровня (чуть ниже сенсорного восприятия) – во сне или слушая аудиозаписи.

Для создания эффективных программ

- Пользуйтесь простыми, короткими предложениями во избежание путаницы.
- Пользуйтесь фразами о вещах, происходящих сейчас, например, *у меня есть, я делаю* или *я чувствую*. Избегайте фразы о вещах в будущем времени, например, *у меня будет, я сделаю, я почувствую*.
- Упоминайте здоровые вещи, которые вы хотите. Избегайте упоминаний о нездоровых вещах, которые вы не хотите, и таких слов о них, как, например, *избегать, свободен (от), отклонять, остановить*.
- Избегайте неуверенные фразы, такие как *я бы мог* или *возможно, я это сделаю*.
- Избегайте отрицательные слова, такие как *не* или *нет*, и префиксы типа *бес-* (*без-*) и *не-*. Если вы пользуетесь ими, выделяйте их, так как мелкие вещи легко пропустить, и это может изменить значение крупных вещей.

Пользуйтесь программированием мыслей адекватно. При необходимости прибегайте к медицинской помощи.

## Примеры

### Я Улучшаюсь

Я улучшаюсь, пользуясь своими возможностями быть осведомленным, понимать, ощущать свои эмоции, использовать разум и самоанализ, выражать себя, воображать, вдохновляться, применять свою волю и действовать.

Я осведомлен. Я понимаю. Я ощущаю свои эмоции. Я использую разум. Я пользуюсь самоанализом.

Я выражаю себя в здоровых формах. Я пользуюсь своим воображением. Я получаю вдохновение.

Я применяю свою волю. Я действую здоровым образом.

Я улучшаюсь, пользуясь своими возможностями искать, получать, закладывать в себя, помнить, избегать, блокировать, забывать и действовать на основе мыслей.

Я ищу, получаю, закладываю в себя, помню и действую на основе здоровых мыслей.

Я избегаю, блокирую и забываю нездоровые мысли.

Я улучшаю себя и наш мир, улучшая свои мысли и действия.

Меня привлекают здоровые мысли.

Здоровые мысли наполняют мою жизнь.  
Пока я улучшаю себя, я принимаю безвредные недостатки в себе и других.  
Я улучшаю себя.  
Я улучшаю свои возможности узнавать новое и делать умозаключения.  
Я улучшаю свои возможности управлять собой.  
Я улучшаю свои возможности.  
Мои возможности улучшаются.  
Я живу и расту, используя свои возможности.  
Я делаю здоровые вещи, используя свои возможности.  
Я наилучшим образом использую свое настоящее время и место.  
Я улучшаю свои мысли.  
Мои мысли улучшаются.  
Я улучшаю свое отношение к вещам и явлениям.  
Мое отношение к вещам и явлениям улучшается.  
Я улучшаю свои действия.  
Мои действия улучшаются.  
Я улучшаю свою жизнь.  
Моя жизнь улучшается.  
Я улучшаю себя и вещи вокруг себя, используя здоровые мысли и действуя здоровым образом.

## Я Выбираю Свои Мысли

Я выбираю каждую свою мысль.  
Я выбираю свое отношение к вещам и явлениям.  
Я выбираю каждую грань своего отношения к вещам и явлениям.  
Я выбираю свои действия.  
Я выбираю каждое свое действие.  
Я выбираю свои мысли, свое отношение к вещам и явлениям и свои действия.  
Я выбираю здоровые мысли, здоровое отношение к вещам и явлениям и здоровые действия.

## Я Реагирую Здоровым Образом

Я реагирую только законным образом.  
Я выбираю, сколько мыслей и энергии мне необходимо для решения тех или иных задач.  
Я затрачиваю здоровое количество мыслей и усилий для решения тех или иных задач.  
Я выбираю свои мысли, свое отношение к вещам и явлениям и свои действия.  
Я выбираю как мне реагировать.  
Я реагирую в манере, здоровой для меня и других.  
Я реагирую соответствующим образом.  
Когда это соответствует ситуации, я быстро реагирую, пользуясь своими здоровыми инстинктами.  
Когда это соответствует ситуации, я откладываю свою реакцию.  
Когда это соответствует ситуации, я тщательно планирую свою реакцию, делая следующее:

- Я спокоен и собран.
- Я делаю оценку своих задач.
- Я определяю, какие вещи я могу изменить.
- Я определяю, какие вещи я *не* могу изменить.
- Я определяю законные, здоровые реакции.
- Я получаю и собираю факты.
- Я познаю сам и через других.

- Я использую свое воображение.
- Я получаю вдохновение.
- Я рассматриваю различные точки зрения на вещи, подлежащие решению, и возможные реакции.
- Я использую разум для оценки вещей, подлежащих решению, делаю оценку возможных реакций и определяю самую здоровую реакцию.
- Я консультируюсь с хорошими, умными людьми, и мы используем разум для оценки вещей, подлежащих решению, оцениваем возможные реакции и определяем самую здоровую реакцию.

## Я Сообщаюсь Здоровым Образом

Я делаю здоровые вещи для других.

Я даю другим возможность для благополучного, размеренного роста.

Я даю другим возможность для безопасного совершения незначительных ошибок.

Я встречаюсь с хорошими людьми. Хорошие люди наполняют мою жизнь.

Я честен с собой, и я честен с другими.

Благодаря своей честности, я знаю себя, я узнаю новое, и я расту.

Благодаря моей честности, другие знают меня, помогают мне узнавать новое, и помогают мне расти.

Я помогаю другим, когда это представляет здоровое начало для меня и других.

Иногда я добровольно рискую своим благополучием, чтобы помочь другим в опасности.

Я чувствую себя хорошо, когда помогаю другим.

Я получаю помощь, когда это представляет здоровое начало для меня и других.

Я благодарен за помощь других.

## Я Здоров

У меня здоровые мысли, здоровое отношение к вещам и явлениям, здоровые чувства и действия.

Мое здоровье улучшается благодаря моим здоровым мыслям, здоровому отношению к вещам и явлениям, здоровым чувствам и действиям.

Я забочусь о себе.

Я слежу за своим здоровьем.

Меня привлекают здоровые вещи.

Я успешно усваиваю здоровые вещи.

Я принимаю здоровые вещи.

Я ем и пью то, что полезно для здоровья.

Я вдыхаю в себя здоровое.

Я делаю здоровые упражнения.

Я нахожусь в балансе.

Мое тело сохраняет в себе только здоровое количество энергии.

Мое тело в здоровой форме.

Я уважаю себя, люблю себя и забочусь о себе.

Я получаю уважение, любовь и заботу.

Уважение, любовь и забота наполняют мою жизнь.

Я наполняю свое настоящее время и место здоровыми вещами.

Моя жизнь наполнена здоровыми вещами.

## Я Учусь и Расту

Я получаю удовольствие от того, что учусь и расту.  
Меня привлекают люди, которые растут.  
Люди, которые растут, наполняют мою жизнь.  
У меня разнообразные и надежные источники познания.  
Я познаю сам и через других.  
Я рассматриваю ошибки как путь к познанию и росту.  
Я учусь и расту на ошибках.  
Я *избегаю* делать ошибки.  
Я *избегаю* повторять ошибки.  
Я учусь и расту, используя свои возможности.  
Я люблю учиться.  
Учение помогает мне расти.  
Я учусь и расту всю свою жизнь.  
Я смиряюсь с тем, что очень многое неизвестно.  
Я получаю знания и мудрость.  
Я живу и расту в своем настоящем времени и месте.

## Я Защищен

Я защищаю себя с помощью здоровых средств.  
Я защищаю себя.  
Защищая себя, я делаю это с чувством своего настоящего времени и места.  
Защищая себя, я прощаю других за их ошибки.  
Я *избегаю* вредных людей и вредные вещи.  
Я защищаю себя от вредных людей и вещей.  
Я защищен от вредных людей и вещей.

## Я Спокоен

Я знаю о своих мыслях, чувствах и действиях.  
У меня есть представление о своем настоящем времени и месте.  
Я – часть своего настоящего времени и места.  
Я знаю свое настоящее время и место.  
У меня здоровое количество забот о вещах.  
Я *свободен* от чрезмерного страха.  
Я *свободен* от чрезмерных предположений.  
Я *свободен* от чрезмерных волнений.  
Я *свободен* от чрезмерных сожалений.  
Я *свободен* от чрезмерных обид.  
Я *свободен* от чрезмерных болей.  
Я нахожусь в согласии с самим собой.  
Я спокоен в своем настоящем времени и месте.  
У меня в душе покой.