

Дзен-Картина: Слияние Дзен, Стоицизма и MGTOW

By Question

Copyright 2023 Question

Smashwords Edition

Publisher: Smashwords, Inc.

Smashwords Edition, License Notes

Thank you for downloading this ebook. You are welcome to share it with your friends.

This book may be reproduced, copied and distributed for non-commercial purposes, provided the book remains in its complete original form. If you enjoyed this book, please return to your favorite ebook retailer to discover other works by this author. Thank you for your support.

All rights reserved.

"Дзен-Картина: Слияние Дзен, Стоицизма и MGTOW" Question.

Книга написана исключительно для мужчин.

Разрешается копировать только с указанием псевдонима автора «Question».

Оглавление:

1. Предисловие.
2. Структура и оглавление.
3. Дзен.
4. Что такое привязанность.
5. Собственный путь.
6. Дзен. Подведение итогов.
7. Дзен. Концентрат для синтеза.
8. Стоицизм.
9. Стоицизм. Вещи в нашей власти.
10. Интерсекция. Совмещение Дзен и Стоицизма.
11. Продолжение.
12. MGTOW.

13. Продолжение.
14. Продолжение.
15. Вставка про стоицизм. Цитаты.
16. Продолжение.
17. Синтез.
18. Теперь про себя.

Chapter 1

Предисловие.

Всем привет, это Question. Представляю вниманию мужчин мою вторую книгу. Книга будет бесплатной. Почему бесплатной? Потому что деньги я могу заработать на обычной работе, а стоицизм называет деньги "презренной монеткой", с чем я полностью согласен. Книгу я пишу прежде всего для себя, чтобы привнести в мою жизнь больше порядка, об этом более подробно ниже. Ну и также эта книга для мужчин, ведь я постараюсь все пояснить и структурировать в легкой и полезной форме. Чтобы каждый смог извлечь какую-то пользу. И да, как вы могли догадаться из первой книги, мне пофигу на рекомендуемый стиль оформления книг. Так что считайте это хаотическими заметками и черновиками, но структура будет, скорее всего. Книга будет посвящена совмещению философий MGTOW, Дзен и Стоицизма.

Chapter 2

Структура и оглавление.

Оглавление наверное будет, но без указателей по страницам. И примерную структуру вы увидите в этом разделе.

Итак, как я вижу структуру этого произведения?

Для начала фундамент, потом синтез.

Сначала я опишу каждую философию, дам основополагающие цитаты, поделюсь своими личными заметками, тем, что я повторяю каждое утро. Принципы. Прочитав эти разделы, вы реально сможете практиковать эти философии. Возможно будут мои личные примеры.

После этого будет синтез, указание на общие моменты, разбор разных ситуаций с точек зрения каждой философии. Я на примерах покажу, что эти философии не противоречат друг другу, а наоборот лишь усиливают друг друга. В связке они реально сильны. Затем, наверное, мы рассмотрим множество ситуаций с точки зрения этой связки, которая уже цельная.

Это лишь мое видение на момент написания текущих строк, и я не обещаю, что книга будет именно в такой структуре, но структура будет примерно такова. Вперед.

Chapter 3

Дзен.

Начну с самого простого, ну самого простого для понимания. Дзен здесь рассматривается и используется отдельно. Чисто дзен, а не буддизм и не дзен-буддизм. Да, избирательность - наше все.

Итак, что из себя представляет дзен? Дзен - это образ жизни, философия, мировоззрение.

Ключевые принципы для успешной практики: полная абсолютная концентрация в настоящем - практикуется постоянно, отсутствие привязанностей - тренируется и развивается, собственный путь - самоопределение и ваш личный выбор. Да, конечно есть еще дзен философия, по типу того, что весь мир это одно целое и так далее, но для практики это не обязательно. Есть еще различные интересные цитаты и советы, написано несколько неплохих книг мастерами и учителями. Есть притчи и цитаты. По притчам проще научиться и понять. Также есть дзен медитации, очень мощная вещь.

Итак, теперь разберем каждый из трех принципов.

Абсолютная и полная концентрация в настоящем. Это, можно сказать, состояние потока. Вот только постоянное. Меняется лишь активность. На другую активность или отсутствие таковой или на дыхание, например. Тренируется уровень концентрации и фокусировки. Вы стремитесь максимально сосредоточиться на текущем моменте постоянно. Например, я пишу ручкой сочинение. В моем разуме есть лишь ручка, шарик и слова, что появляются на листке бумаги. Есть мои завитки мыслей. Всего остального не существует. Времени нету, как и всего окружающего мира. Сочинение написано. Я начинаю пить кофе. В моем разуме есть лишь кофе и я, и ничего кроме этого. Состояние потока, которое выучено до автоматизма. О пользе состояния потока почитайте в интернете.

Второй принцип, отсутствие привязанностей.

Chapter 4

Что такое привязанность.

Что такое привязанность? Здесь я заимствую объяснение у стоиков. "Ничего не приращивай к себе, что при отнятии будет ранить тебя". То есть нужно понимать, что все временно и большая часть этого внешняя. Да и даже мы сами часто подвержены изменениям, пусть даже по своей воле.

Приведу пример. Вот есть мужчина и у него в кошельке тысяча баксов. Из-за угла появляется грабитель и без труда грабит мужчину. Шансов вернуть кошелек нету, абсолютно. А теперь взглянем, как этот мужчина отреагирует. Если он привязан к деньгам, он схватится за голову, и упадет на колени, и будет максимально несчастлив такой потерей. Он привязан, и поэтому потеря денег затронула его состояние до глубины души, так сказать. А теперь представим, что он не привязан к деньгам. Да, он ими пользуется, и пользуется с умом, но он не привязан. Что в этом случае? Он просто отпускает эту ситуацию. Он принял, но он не страдает. Деньги для него это внешнее, он не имеет привязанность, он свободен от денег, и неважно, миллионер он или нищий.

Остальное легко понимается цитатами, но все же приведу афоризм Лао Цзы: "Позволяй вещам течь в направлении, в котором им будет угодно. Не сопротивляйся потоку".

При длительной практике дзен и мастерстве исчезает привязанность к жизни. Это потрясающее ощущение. Довольно интересный момент, что в этом состоянии вы способны полностью себя выражать. Вы не привязаны к самой жизни, так на что или на кого вам оглядываться? И вы просто будете собой.

"Нет привязанностей - нет страданий. Сущность пути - в непривязанности."

Третий принцип дзена - собственный путь.

Chapter 5

Собственный путь.

Возможно, этот принцип, это что-то само собой разумеющееся, но все же.

Тема личного пути и личной дороги часто фигурирует в дзен книгах, в дзен притчах и описаниях мастеров. Даже не столько мастеров дзен, а вообще мастеров дзен. То есть, к примеру, возьмем мастера боевых искусств. Он предан своему пути. Это его жизненный путь и осознанное решение. Это стало его дорогой, и он идет ей до конца.

Притча о смеющемся странствующем будде. В притче он решил странствовать и собирать монетки, и дарить детям сладости. Он решил не присоединяться к храму дзен и не преподавать. Это был его путь.

Притча о "человеке, который никогда не вернулся". Он решил следовать за мастером до конца, и оставил свою семью. Те, кто видят в этом что-то негативное, приведу немного размышлений.

Внутреннее, а не внешнее. К чему относится семья? К чему относится душа и наш внутренний путь?

Также цитата одного мастера дзен "За пределами добра и зла есть область. Давай встретимся там."

Просветление имеет свою цену, и мы должны с радостью заплатить ее. Разве это не самая уникальная и бесценная покупка? Цена не может быть чрезмерно большой, ведь цена ограничена, а приобретение бесценно.

Chapter 6

Дзен. Подведение итогов.

В итоге что мы получаем при постоянной практике дзен и приходящем мастерстве?

Это можно назвать жизнью в состоянии потока. В любую деятельность ты погружаешься с головой и полностью, но при этом ты ни к чему не привязан, и, как следствие, максимально расслаблен. Максимальная производительность при нуле напряжения и стресса. Любая деятельность идет как по маслу. Мозг вовлечен и все дается легко. Описать это сложно, тут скорее важен личный опыт.

Насчет мультизадачности. В идеале нужен один вид деятельности, но бывает, что я совмещаю два-три вида деятельности. Музыка, одновременный просмотр нескольких списков, отвлеченный разговор, творческая деятельность с компьютером с задержками и одновременным чтением. В этом случае музыка это лишь фон, а состояние вовлеченности и концентрации позволяет без ошибок в темпе все успевать. Это скорее мой личный опыт.

В общем, дзен это полезное приобретение, которое каждому пригодится. Это словно бустер для мозга, он дает расслабление и концентрацию, думается проще, быстрее и эффективнее. А я еще с детства стремился прежде всего к скорости мышления. Я терпеть не могу, когда мой мозг работает медленно. (В состоянии влюбленности голова вообще не работает, но это к другому разделу).

Цитаты мне лень искать, да и дзен это практическая философия и образ жизни. Практикуйте и становитесь мастером, и вы не пожалеете вложенных усилий и времени.

Chapter 7

Дзен. Концентрат для синтеза.

Здесь просто три основных принципа: полная постоянная абсолютная концентрация, полное отсутствие привязанностей и собственный путь в жизни, лично выбранный. Ну и идея целого. Весь мир един, и все пронизано сущностью. Все есть единая цельная вселенная.

Это и будет ингредиентом из дзена.

Chapter 8

Стоицизм.

Дзен я практикую уже очень давно, много лет, а вот стоицизм около года. Но всю жизнь я был моралистом, поэтому это нивелируется. В любом случае, по строгим критериям я являюсь экспертом в стоицизме, поэтому я не переживаю, что не смогу написать достойно. Я уверен в своих силах.

Ладно, в стоицизме не так все просто, но есть всё-таки опорные пункты.

Первый опорный пункт, это разделение всего. Делится на: вещи в нашей власти, вещи вне нашей власти. Вещи в нашей власти делятся на добродетель и порок, а вещи вне нашей власти не делятся, так как включают в себя лишь безразличное.

А теперь подробнее.

Начнем с простого.

Вещи вне нашей власти.

Это жизнь, смерть, удовольствие, страдание, власти, репутация, времяпрепровождение, места, здоровье, вообще все, касающееся внешнего мира. "Нужно следовать за положением и движением вещей, а не направлять его". И нужна рациональность. Как и в дзене, мы позволяем вещам происходить. Мир это одно вечное изменение. И господин у этих вещей, это не мы. Пример дам только по здоровью. Если бы мы были господами своего здоровья, мы бы никогда не болели, никогда не умирали, и не испытывали никогда никакой боли. Логично, что тело находится вне нашей власти. Но нужно применять рациональность. Значит, нужно заботиться о нем, одевать, кормить, в общем подходить к этому с умом. Это лишь опорные примеры. Они абстрактные и по аналогии можно понять, как это применять к другим сферам жизни. В конце книги наверное сброшу все цитаты, которые я каждое утро перечитываю. По цитатам все яснее воспринимается.

Chapter 9

Стоицизм. Вещи в нашей власти.

Эти вещи по природе свободны и неограничены. Что это за вещи? Наша свободная воля. Наши выборы и в некотором смысле наши действия. Наши мнения, стремления, избегания, желания и нежелания. Наши убеждения. Наш разум. И все, на этом заканчиваются вещи в нашей власти.

Пример? Был один миллионер, и вдруг банкротство, обвал рынка, все его предают. Он остается на улице без гроша. Но он не простой богач, он стоик. И что будет в его голове?

В его голове будет "Это вне моей власти, и мне безразлично. Свое ведущее начало я сохранил в порядке, и мне этого достаточно. Я ничего не потерял, так как вещи вне моей власти мне никогда и не принадлежали. Бог дал, Бог взял. Как будет угодно вселенной.". И нельзя сказать, что он не в норме. Казалось бы, по меркам обычного человека, пора было бы сводить счеты с жизнью, уже давно пора. Но стоицизм делает из нас камень, танк или бронепоезд. Все внешние "проблемы", "трудности" и "неприятности" остаются заботиться сами о себе. Потому что стоику на них наплевать. "Мне безразлично, и ко мне это отношения не имеет. Это ничто для меня. Как будет угодно вселенной и господину

над тем.". Фактически внешние проблемы исчезают, так как мы перестаем определять это как проблемы. А почему? Потому что мы позволяем вещам быть такими, какими они хотят быть. А в вещах в нашей власти мы цари и короли, поэтому походка стоика вполне может напоминать царскую. Ведь мы цари и боги в вещах в нашей власти.

Вещи в нашей власти делятся на благо это добродетель и все сопричастное. И на зло это порок и все сопричастное.

То есть моральные качества, их проявление, моральные действия, моральное настроение, доброжелательное и простое и уважительное. Вот в этом благо в стоицизме.

Порок, это самоочевидно, но пусть будет. Определю это как отсутствие морали и добродетели. А если ее нет, то есть порок. Это огромная тема, лучше дам пример.

К нам подходит наш заядлый враг. Он нас ненавидит. Мы разбираемся в психологии. И вот он нас спрашивает совета по психологической проблеме, и мы компетентны. Благо и добродетель это - не обижаться на него, помочь и забыть, не ища награды или признания за помощь. Зло и порок это - посоветовать ему наоборот, или сразу послать в известном направлении.

Стоики даже определяют счастье как: "стремление не терпящее неуспеха и избегание не терпящее неудачи". Если наши стремления и избегания внутри нашей свободной воли то мы будем вынуждены быть счастливыми, увы. А если внешние вещи, то мы сразу же становимся рабами тех, кто нам даст эти типа блага или защитит от типа зла.

Этого должно хватить, чтобы схватить основы стоицизма. А ингредиент? Здесь сложно.

Chapter 10

Интерсекция. Совмещение Дзен и Стоицизма.

Сразу соединять три очень тяжело, так что начнем с двух.

Сходства между философиями стоицизма и дзен:

1. Прошлое и будущее:

Как стоицизм, так и дзен подчеркивают важность проживания в настоящем моменте, отказываясь от беспокойства о прошлом или будущем.

В дзене скорее не существует концепции будущего и прошлого, есть лишь одно вечное настоящее, одно вечное изменение. В стоицизме же они есть, но рассматриваются с точки зрения настоящего. По типу, если мы проживаем текущий момент достойно, то нам не стоит волноваться ни о будущем, ни о настоящем, ни о прошлом.

2. Самообладание:

Обе философии ставят акцент на контроль над своими эмоциями и реакциями, стремясь к внутренней устойчивости и спокойствию.

Стоицизм контролирует эмоции таким образом, что все вне нашей свободы воли безразлично. И ко всему этому не применяется стремление или избегание. Это ультимативная устойчивость, и тогда мы сами себе господа.

Дзен же это вечная медитация и состояние потока. А в состоянии потока ты исчезаешь. Ты сливаешься со своей деятельностью, и твоё сознание словно ускользает. Это тоже довольно мощно. Самый сильный "эскапизм" в мире это жизнь в духе дзен. Или стоит назвать это максимальным внедрением и осознанностью?

3. Необходимость отпускания:

И стоицизм, и дзен учат о том, как отпустить свои стремления и апатии к материальному миру, чтобы достичь более глубокого внутреннего состояния.

Дзен здесь отпускает все абсолютно, по непривязанности дзен чемпион, ведь непривязанность это один из столпов дзена. Также дзен это вечное состояние потока и медитации, интроспекция, саморефлексия. Отпускаются даже концепции зла и добра. Дзен здесь будет помощнее стоицизма.

Стоицизм же делает так, что вещи вне нашего контроля становятся безразличными и не вызывают эмоционального отклика. Мы можем его испытывать, но можем и не испытывать, по желанию. Стоицизм заменяет мнения, и все зло и добро становится сосредоточенным в нашей свободной воле.

4. Саморазвитие:

Обе философии подчеркивают важность духовного развития, добросердечности и сострадания к себе и другим.

Без развития мы умираем, и это сказано в стоицизме. В стоицизме добродетель это единственное благо, и да, стоицизм это ультимативно культивация моральных качеств, освобожденная от грязной оболочки внешнего мира.

В дзене все сложнее, ведь концепции добра и зла также нужно отпустить. Но дзен говорит, что все едино. И в дзене все качества внутри. Дзен-медитация приносит понимание, а без понимания развитие невозможно.

5. Непостоянство: И стоицизм, и дзен обращают внимание на изменчивость мира и подчеркивают, что наше счастье и покой должны исходить из внутреннего понимания этой изменчивости.

Мир это одно вечное изменение, и надо позволить вещам быть такими, какими они хотят быть. Здесь одинаково.

Различия между философиями стоицизма и дзен:

1. Активность и пассивность:

Стоицизм акцентирует активное контролирование наших реакций на внешние события, в то время как дзен больше подчеркивает пассивное наблюдение за своими мыслями и эмоциями.

Да, дзен позволяет мыслям течь и утекать. Потом, по мере понимания сущности мира, меняются наши мнения о нем, и меняются наши мнения о нем. Прогресс постепенный, возможно поэтому дзену учатся 5-10 лет.

Стоицизм же это скорее тяжелая артиллерия. Стоицизм заявляет, что вещи вне нашей власти это "ничто". А если что-то для тебя безразлично, то какая эмоция может подняться от этого? Никакая, если мнение полностью усвоено и внедрено.

2. Философия жизни:

Стоицизм склонен к логическому анализу и разумной философии жизни, тогда как дзен часто использует парадоксы и противоречия для вызова более глубокого понимания.

Стоицизм это полная философия, в то время как дзен, хоть и является философией, он ближе к расширенной технике медитации в реальном времени.

Стоицизм докапывается до сути вещей, а дзен докапывается до сути нашего разума. Дзен это свобода разума, а стоицизм это свобода воли.

Chapter 11

Продолжение.

3. Центральные понятия:

Стоицизм основан на понятиях долга, внешних действий и логической дисциплины, тогда как дзен фокусируется на моментальности, интуиции и медитации.

Стоицизм можно назвать боевой философией жизни. Как только он усвоен, реальный мир вам не страшен. Наш путь это наш долг. Могу значит должен. Мораль это наш долг.

Да, в дзене подсознание и бессознательное часто задействованы, ведь разум это и есть объект дзена.

4. Отношение к эмоциям:

Стоики стремятся контролировать и управлять эмоциями, тогда как дзен учит принимать и наблюдать эмоции без суда.

Про это уже писал выше.

5. Этика:

Стоицизм пропагандирует обязательства по отношению к обществу и долгу, в то время как дзен больше уделяет внимание освобождению от связей и иллюзий.

Стоицизм это мораль, а дзен это непривязанность к морали.

Совмещение философий стоицизма и дзен:

Объединяя стоицизм и дзен, можно создать мощный путь к внутреннему покою и духовному развитию:

1. Самоанализ и принятие:

Используйте стоический анализ для осознания своих эмоций и реакций, а дзеновский подход для их принятия без суждений.

Это едва ли полезно, ведь очень скоро мнения, усвоенные из стоицизма, изменят наши реакции, и это будет не нужно.

2. Медитация и самообладание:

Применяйте дзеновские практики медитации для развития внутренней устойчивости, а стоические методы для управления реакциями на внешние события.

Здесь то же самое.

3. Минимализм и непостоянство:

Применяйте принципы дзен в понимании непостоянства мира и отпустите свои материальные привязанности, вдохновляясь стоической простотой.

Дзен мастера жили в бедности и в бедных хижинах, ведь если ты выбираешь внутреннее, зачем тебе внешнее. Стоики так же. Стоики жили в бедности, зато в свободе. Это все культивация внутреннего мира и качеств. Внешнее отбрасывается за ненужностью. А зачем тратить энергию на то, что тебе не нужно?

Эту идею отлично подчеркнул Сенека в своем финальном письме: "то, за что другие готовы глотки рвать и убивать, нам не нужно даром" и "для стоиков ничтожен быт".

А теперь начнем про MGTOW.

Chapter 12

MGTOW.

Будет вкратце и только моменты, что я посчитаю нужными.

Сначала две кипипасты. Одна из сборника мигтау статей, вторая из моей первой книги.

1

Базовые принципы MGTOW не содержит строгих правил и догм, которые характерны для многих других движений.

Идейной основой MGTOW является отказ мужчин от социальных установок и обязательств, которые пагубно влияют на мужское благополучие.

Это полностью индивидуалистское движение, которое противоречит массовой культуре и потому вызывает множество кривотолков и недопониманий.

Поэтому во избежание искаженного понимания основ MGTOW и лишних домыслов здесь опубликованы его базовые принципы.

Итак:

1. MGTOW является децентрализованным и аполитичным движением.

2. MGTOW не выступает в защиту семьи и категорически отвергает идею брака. Женатый мужчина не может быть участником MGTOW.

3. MGTOW никоим образом не стремится к патриархату.

Патриархат - такой же инструмент эксплуатации мужчин, как и матриархат.

4. MGTOW не ставит цели научить вас быть успешным у женщин. Если вы здесь за этим, то ошиблись адресом.

5. MGTOW отрицательно относится к этологическим теориям. Мало того, что теории эти трещат по швам при подробном разборе, принимать деление мужчин на “альфа-бета-омега” крайне вредоносно само по себе.

Это лишь вносит раздор среди мужчин и подпитывает культуру гиноцентризма.

6. MGTOW не приемлет насилия. Насилие в любой форме ни в коей мере не решит проблем мужчин, а только усугубит их.

7. MGTOW не приемлет гиноцентризма. Бабоабам, традиционалистам и убежденным, что "не все женщины такие" здесь не место.

8. MGTOW не ждёт помощи от женщин в решении мужских проблем. Женская помощь лицемерна и является попыткой приспособиться, чтобы продолжить паразитирование на мужчинах. Участие женщин в движении полностью исключено.

9. MGTOW не вступает в споры и переговоры с женщинами. Вам интересно мнение женщин, оно вас волнует? Значит, вы еще не готовы к MGTOW.

10. MGTOW является движением гетеросексуальных мужчин. Мы нейтрально относимся к любой другой ориентации - это личное дело каждого. При этом мы не защищаем прав каких-либо сексуальных меньшинств.

2

Принципы MGTOW.

Это лишь мое видение всеобщих правил MGTOW. По количеству 42 правила.

1 Никогда не жениться, никогда не сожительствовать с женщиной.

2 Не участвовать в репродукции: используйте контрацепцию или, что еще лучше, сделайте вазэктомию.

3 Не платить на первых свиданиях.

4 Лучше не использовать Tinder, Facebook, Twitter, Instagram или любые другие социальные сети.

5 Игнорировать женщин, если они не дали вам что-то заранее.

6 Вести запись свиданий и снимайте все на скрытую камеру, сохранять квитанции и чеки, это может спасти вас в случае ложных обвинений в суде.

7 Никогда не встречаться с одинокими матерями.

8 Заменить газеты на книги, аудиокниги, подкасты.

9 Не отдавать деньги Голливуду и его повестке дня, заниматься пира тством, сколько сможете.

10 То же самое для новостей, использовать adblock и избегайте больших конгломератов.

11 Быть здоровым или нездоровым, но не проповедовать другим о своем выборе, за исключением, когда вас спрашивают.

12 Минимизировать свой налоговый вклад.

13 Не быть корпоративным дроном, если у вас нет огромной зарплаты и карьеры, и быть готовым уйти из этого в любой момент.

14 Быть готовым к экономическому краху (личному, национальному или глобальному), иметь план Б.

15 Быть готовым сделать все, что вам нужно, в любой момент.

16 Никому не рассказывать о своих планах, даже самым "близким" людям.

17 Никому не рассказывать о своих сбережениях, особенно женщинам в родственных связях.

18 Не быть центром внимания.

19 Тщательно подбирать слова, использовать их экономно.

20 Постараться держать себя под контролем, в частности ваши реакции.

21 Подобрать избранных качественных друзей в виде мужчин, которые отличаются от вас по возрасту, образованию, социально-экономическому уровню.

22 Никому не открывать дверь в свой дом (кроме мужчин-друзей).

23 Быть благодарным и помогать в ответ, когда тебе помогают мужчины.

24 Судить всех, включая себя, но никогда не говорить об этом публично.

Chapter 13

Продолжение.

25 Несмотря на то, что общество несправедливо по отношению к мужчинам, мы по-прежнему мужчины, поэтому будем радоваться этому.

26 Научиться хорошо одеваться и ухаживать за собой только в том случае, если вы что-то от этого получаете.

27 Не быть лицемерным, не искать оправданий тому, что ты негативный ненавидящий человек, теперь ты свободен, наслаждайся жизнью.

28 Если времена становятся плохими, не волноваться слишком сильно, все обернется к лучшему и опять повторится, это всегда так, так что извлекайте выгоду из этого.

29 Если вам что-то не нравится, просто уйти, не тратить время на споры с эгоистичными людьми.

- 30 Поддерживать мужчин, которые не на стороне гиноцентризма.
- 31 Обособиться от общества хоть немного.
- 32 Не поддерживать стереотипы о мужчинах как супергероях, снабженцах и воинах.
- 33 Не помогать женщинам, не обращать на них внимания.
- 34 Выступать против гиноцентризма и дискриминации мужчин.
- 35 Меньше разговаривать с женщинами, лучше вообще не разговаривать.
- 36 Распространять MGTOW в любой форме.
- 37 Сосредоточиться на свободе и независимости.
- 38 Избегать импульсивных и самодовольных людей.
- 39 Не поддерживать и не снабжать женщин.
- 40 Думать логически и рационально, а не эмоционально.
- 41 Быть эгоистичным, но не забывать о морали и помощи другим мужчинам, это важно.
- 42 Сфокусироваться на заработке и накоплении денег.

-

Итак, вот вы прочли правила. Сначала базовые правила, а потом мое мнение. Чтобы описать, что такое MGTOW потребуется не одна книга, да и то это будет лишь мнением. Лично для меня есть несколько столпов мигтау:

Нет браку

Нет сожительству

Поддержка братства

Не поддерживать гиноцентризм

Самоопределенная маскулинность

Есть еще парочка цитат, может пригодится для понимания.

MGTOW - Men Going Their Own Way - no marriage, no cohabitation, brotherhood, no gynocentrism, self-defined masculinity, no kids as my own decision, own way.

Love yourself, do what makes you happy and go on your own fucking journey.

It is the best road you can follow, because you decide how fast you walk, you decide what direction you go and you decide the pace.

Freewill, choice, freedom, self-improvement, my own way, my own road, my own journey. Happiness. Resources. Time.

PREVENTION of future problems, and awareness of risks of women and society and matrix(system of false and imposed beliefs, opinions, values).

How to avoid the problems and risks. As example risks of divorces, false rape accusations, baby traps aka bad condom, alimony, losses of resources-property, jail time.

No wife, happy life.

Own standarts of manhood(morals, willpower, no gynocentrism).

The Winning Move Is Not To Play.

Single = freedom.

Never give up!

Stay strong!

MGTOW4LIFE!

A man can be himself only so long as he is alone; and if he does not love solitude, he will not love freedom; for it is only when he is alone that he is really free.

The best way to play the game is not to play at all.

The only way to win, is not to play. - I'm not interested - Not my problem - The juice just isn't worth the squeeze - Mgtow doesn't recruit

Not my circus, not my monkeys.

As much as I may want to feel sorry for him. I don't. Get married, get burned. No wife, happy life. - Men age like wine, women age like milk.

Dating leads to either marriage or breakup.

Marriage leads to either divorce or living with someone you hate until you die.

I've got better things to do.

All Women Are Like That.

She Is Not Yours It Is Just Your Turn.

The Winning Move Is Not To Play.

She Doesn't Like You, She Likes Your Money.

You Are The Prize, Not Her.

You still don't get it. It's not that they will, is that THEY CAN, and once they do, you're fucked.

Single life is about choices, adventure and growth, and marriage is about routine, complacency and stagnation.

Never give up!

Stay strong!

Chapter 14

Продолжение.

MGTOW FOREVER!

Monk mode.

Stay away from women.

Ignore and avoid women.

Never stressed - always relaxed.

Treat women like they are invisible and don't exist, ignore them.

Word "No".

She's never yours - it's just your turn.

Single = freedom.

Never marry, never cohabitate, never have kids.

No wife, no strife, happy life. Never help women.

Never marry, never date, never go for coffee, never share a stairwell/elevator/room, never look at them - no interaction.

AWALT (instincts, solipsism, irrationality, hypergamy, dual mating strategy-Alpha fucks, beta bucks, search for attention and validation, double standards-hypocrisy,

more-more,

no personal responsibility - blaming everyone except themselves, perpetual children so cannot bear adult responsibilities).

Personal safety and no risks.

Solitude for life.

Self-discipline.

Low-profile, under radar.

Best spend your time and money on yourself, and live a life YOU want to live.

Silence is man's best friend, dog is 2nd.

Think of yourself as dead. You have lived your life. Now take what's left and live it properly.

I want to be left alone so I can find my own happiness

Do it once and do it right.

Practice makes perfect.

First things first.

Perseverance is a sign of willpower.

The root of suffering is in attachment.

The essence of the way is detachment.

Data is king.

One thing at a time.

Work hard, be smart, always pay attention, think laterally.

Solve problems directly.

No marriage, no children, no cohabitation. no wife, no kids, no stress, no problems.

no wife, no cohabitation, no kids, no stress, no problems.

-

Да, знаю, что на английском. Но я и читаю их на этом языке. В переводчик забросьте в крайнем случае.

В целом мигтау это холостяк, занимающийся своим делом. Свои хобби и увлечения, своя миссия. Свобода и независимость, которые делают нас, мужчин, более живыми. Мы расцветаем при свободе и независимости.

Также есть режим монаха.

На моем канале есть про это видео, но ниже описание. Переводить мне лень, честно. Да и не пустая ли это трата времени с современными программами-переводчиками?

Monk mode is simply the avoidance of all romantic relationships with women, whether short or long term. Apparently, it also implies that one devotes all of his time and energy to a single goal, whether it is career advancement, personal development, or simply living for one's own fulfillment.

Introspection, isolation, improvement.

Время деньги энергия эмоции

They KEPT their resources

They KEPT their time

То есть полный игнор ожп и все. Вообще для пути философа отказ от женщин это необходимость. Для чистоты разума и мысли.

Чем заполнять свою жизнь и пустое место от места ожп? Всем, чем захочется. Самое ценное это иметь великую миссию, которую вы сами себе назначили. Великую должность, долг или роль. Это интересно и будет давать смысл каждый день. Например, я автор. Авторство это мой путь, и пройду я по нему до конца. Когда ты начинаешь путь, ты уже умер, ты уже пожертвовал собой. И тебя ничего не остановит. Ведь ты уже слился с путем и стал с ним одним целым. Прекратишься ты или путь, - не важно. Ведь это одно и то же.

Есть много отличных статей, книг и видео, поясняющих, что такое MGTOW. Я лишь ещё определяю, что мы отсюда возьмем как ингредиент. А возьмем мы свободу, независимость, свой путь, знание женской и мужской природы, понимание общества и мира, обособленность и индивидуальность, самостоятельность, и огромное количество свободного времени и ресурсов.

Chapter 15

Вставка про стоицизм. Цитаты.

Мудрый человек неодолим. Ведь он и не борется там, где он не сильнее. «Если ты хочешь мою землю, возьми. Возьми моих рабов, возьми мою должность, возьми мое брненное тело. Но мое стремление ты не сделаешь терпящим неуспех и мое избегание не сделаешь терпящим неудачу». Он вступает только в эту борьбу - борьбу за то, что зависит от свободы воли. Так как же ему не быть неодолимым?

мое дело это добродетель и порок, а остальное ничто, вне моей власти, как пожелают боги, как пожелает вселенная.

«Мне только до того, что мое, что неподвластно помехам, что по природе свободно. Вот в этом для меня сущность блага. А все остальное пусть будет так, как будет дано, - мне безразлично».

Кто я такой, что хочу иметь его вот так или вот этак? Да разве мне дан выбор в том? Да разве меня кто-то сделал управителем того? Мне достаточно того, над чем я имею власть. Вот это я должен устроить наилучшим образом, а что касается всего остального, - как будет угодно господину над тем?»

"Что потерял?" - спросил Деметрий гордо. "Моё - со мной, себе - я господин." Вот человек решительный и смелый! Нет блага в том, что могут отобрать.

А я все думал когда же ты появишься

независящее от свободы воли безразличное Ты уцелел, это не против тебя., зависящее зло порок, зависящее благо добродетель Ведь следует руководствоваться двумя этими мнениями: что вне свободы воли ничто не есть ни благо, ни зло и что не направлять нужно положение вещей, а следовать ему.

без стремления и избегания по отношению ко всему тому, что относится к внешнему миру, ни в своем стремлении не терпеть неуспеха, ни в своем избегании не терпеть неудачи.

Заявляю ли я всему независящему от свободы воли, что оно нисколько не касается меня?

«С тех пор, как Антисфен освободил меня, я уже никогда не был рабом». Как это освободил? Слушай, что он говорит: «Он научил меня знать, что мое и что не мое. Имущество - это не мое. Родные, домашние, друзья, добрая слава, привычные места, времяпрепровождение - все это чужое». Так твое - что? «Пользование представлениями. Он показал мне, что это у меня неподвластно помехам, неподвластно принуждениям. Никто не может воспрепятствовать, никто не может заставить пользоваться ими не так, как я хочу. Так кто же еще имеет надо мной власть? Филипп, или Александр, или Пердикка, или великий царь откуда да им? Ведь кому одолеваться человеком, тот прежде всего должен одолеваться вещами».

пришептывать: «Завтра ты умрешь», так же другу: «Завтра или ты уедешь или я, и мы больше не свидимся»

Делай каждое дело, как будто оно последнее в твоей жизни, здесь облегчение страданий. Есть вещи в твоей власти, мнение стремление желание нежелание, воля, выбор, разум, мои действия, а есть вне моей власти. Вне моей власти тело, собственность, репутация, командование, в общем все то, что не является моим действием. Не париться насчет вещей вне моей власти. Что для тебя вещи вне твоей власти? Они ничто для меня. at least im not married. как минимум я не женат, это облегчение. Среди всего существующего то-то — благо, то-то — зло, а то-то — безразличное. Благо — это, конечно, добродетели и все причастное им, зло — это пороки и все причастное пороку, а безразличное — это все, что между ними: богатство, здоровье, жизнь, смерть, удовольствие, страдание. Если положишь себе за благо или зло что-нибудь, что не в твоей воле, то, как только будешь ввергнут в такую беду или не дается тебе такое вот благо, неизбежно станешь бранить богов, а людей ненавидеть за то, что стали или, как ты подозреваешь, могут стать причиной того, что ты ввергнут или не далось. И много же мы творим зла из-за такого различия. Если же будем заниматься только тем благом и злом, что зависят от нас, то нет никакой причины ни бога винить, ни на человека восстать как на врага.

Бог всякое ведущее видит помимо вещественного сосуда, кожи, нечистоты. Ведь своим единственным умом он касается того, что туда единственно из него истекло и изведено. Так вот, если и ты приучишься это делать, избавишься от немалого напряжения.

Chapter 16

Продолжение.

Ибо кто не смотрит на облакающие нас телеса, неужели станет терять время, рассматривая одежду, дом, славу, всю эту обстановку и театр?

Вообще простой и добротный должен быть вроде смердящего, так, чтобы стоящий рядом, приблизившись к нему, хочет или не хочет, тут же это почувствовал. А старательность — простоте нож. Ничего нет постыднее волчьей дружбы. Этого избегай всего более. Добротный, простой, благожелательный по глазам видны — не укроются.

Chapter 17

Синтез.

Сначала напишу каково это в теории, а потом на практике, так как я сам живой пример усвоенных трех философий.

Теория

Ну внешний мир не представляет никаких проблем и опасностей для такого человека. Стоицизм гарантирует привязанность лишь к внутренним ценностям и мораль, а дзен гарантирует непривязанность к внешнему миру. Мигтау добавляет штрих обособленности и самостоятельности. Строгое рациональное философское мышление. Дзен гарантирует высокую продуктивность, ведь с каждым делом и предметом ты сливаешься по пути абсолютного фокуса и непривязанности. Постоянные медитации. Релакс. Нервы расслаблены. Негативные влияния мигтау убирает из нашей жизни, токсичные отношения также. Все философии имеют общую тему: собственный путь.

Дзен в свою очередь говорит, что наша жизнь должна быть подобна выпущенной стреле, без сомнения летящей по своей траектории-пути. Абсолютная направленность и цельность. Так и наши действия могут иметь цель-направленность в виде наших принципов, например. Траектория стрелы это и есть наш путь. Также интересный момент слияния со своей стезей. Мечник не существует, ведь меч стал продолжением руки, он слился с мечом. Он меч, самого его уже нет. Мастер боевых искусств, ветеран, он лишь воплощение образа искусства, он просто реализация его внутренней воли, согласованной с боевыми искусствами. Он растворен в своем деле, в своем пути. Вот настолько мы

должны сливаться со своим путем и миссией. Тогда мы достигнем максимальной концентрации и реализации. В стоицизме это называется долгом и должностью. Великая должность до последнего дня жизни. На которую ты сам себя поставил.

Обособленность, интроспекция, медитации, самостоятельность, индивидуальность, непривязанности к внешним вещам, внутренние ценности. Сострадание к мужчинам, помощь.

Дзен пишет, что постигший эту философию, он до конца своих дней обречен предлагать помощь, предлагать себя другим для оказания помощи, любой. Постигший дзен получает сострадательный взгляд на мир, и с этим я соглашусь.

Сострадательный почему? Наверное потому, что люди заблуждаются и поэтому страдают. Они ставят деньги во главу угла, а потом плачут, когда у них нет миллионов. Они сами кузнецы своего несчастья. Их мнения заставляют их страдать, и мы за это их искренне жалеем. И в мигтау похожая история. Многие мужчины заблуждаются насчет женской природы. Они наивны и несерьезны. Их мнения лишены рациональности. Поэтому у них нет знаний. Нет знаний = неразумные выборы = страдания. "Я мог бы пожалеть женатого мужчину, но я не буду. Женись и сгни".

Просто мужчины не изучают такие серьезные темы, как брак, развод и законодательство, очень несерьезно подходу к этому. А потом удивляются, когда становятся нищими бомжами после развода. А кто вас тянул-то? Под дулом пистолета в брак? Разве у вас не было возможности изучить все это? "Что посеешь, то и пожнешь". Посеешь несерьезный и наивный подход, и пожнешь нежелательный результат. Феминизм не достиг бы ничего без миллионов мужских дронов-беспилотников-рабов. Все в отсутствии воли, знаний и разумности.

Разумность, рациональность, прагматический подход также общие для этих философий. Также созерцательный подход к жизни, но не полностью, так как дзен дает состояние потока, а оно лишает нас того, чем созерцать.

Вот такой вот получается человек. Довольно крепкий стабильный мужчина, рациональный, для него не существует понятия трудность или проблема. Он знает, чего хочет. Он имеет хобби и увлечения. Он медитирует, созерцает и размышляет. Он саморазвивается. Сильный дух и внутренняя сила. Он понимает общество, себя и других. Он спокоен и невозмутим. Его невозможно смутить, расстроить или вывести из себя. Он абсолютно эмоционально и морально устойчив. Он неподвержен влияниям. Он разумно тратит время и ресурсы и не прокрастинирует. Он заботится о себе и об окружающих в меру. Его главный фокус - его внутренний мир и его путь, а также помощь другим мужчинам в осознании истины и понимании вещей и мира.

Примерно так.

Chapter 18

Теперь про себя.

Всю теоретическую часть я в себе воплощаю. Я практикую режим монаха, и уже долгое время. Я почти постоянно практикую дзен. Цитаты помогают освежать мысли и принципы философий в памяти. Цитаты каждое утро. Но цитаты это лишь ментальное закрепление. С другой стороны принципы нужно регулярно повторять. Просто мне это уже не обязательно. Но мне это скорее нравится, поэтому я это делаю. Я ни к чему не привязан, даже к жизни. Ощущение свободы потрясающее. До стоицизма у меня был момент насчет отношения к деньгам. Мораль в любом случае на первом месте, но положение денег и имущества было скорее невыясненным. И было много нервозности из-за этого. А после стоицизма я его выяснил.

Мораль в чем? Нужно сразу решать, для вас важно, внутреннее или внешнее. И выбирать нужно только одно. И исходя из этого жить. Тогда никаких приколов и головной боли не будет.

Я никогда никого не слушаю. Я сам себе господин. Я помогаю, общаюсь, обмениваюсь мнениями и идеями. Но эффективно я как «стена с проводом» из «террарии». Обычно я стена, но полезные вещи я могу пропустить в себя. Гарантированно проходят сквозь стену восприятия контент философий. Остальное фильтруется. Часто я внедряю механизмы оптимизации деятельности. Система Дэвида Аллена очень сильно упростила мне жизнь. Ведь моя жизнь это зачистка списка дел. Этот список длинный и каждый день он вычищается и заново ставится из шаблона, есть еще календарь и сторонние списки. Жить по стратегии, по оптимизации деятельности. Очень удобно и эффективно. Экономится время и ресурсы. Для чего? Эти время и ресурсы идут на мой путь и мои хобби и дела и развлечения. Нужно чувствовать, когда вы уставшие и когда нет. Баланс. Нужно быть всегда в норме и более-менее отдохнувшим. Чтобы работоспособность была на пике постоянно.

Жизнь налегке, без нервов и хлопот. Все и правда упростилось. Как стоики разочаровывались, "и к этому мы так серьезно готовились? Ведь это ничто". Появился долгожданный взгляд со стороны вечности. Я могу "видеть" сквозь время и пространство. Стены, дома, природа, все пронизывается и простреливается моим взглядом. Зарождение и гибель цивилизаций. Бесценный опыт с полезными эффектами. Эффекты таковы, что вы видите реальную ценность вещей сразу же. Ваш взгляд становится понимающим. Всегда оценка. Оценка человека или вещи. Где реальная ценность? Благо или зло? Правда или неправда? Человек или животное? Реальность или иллюзия? Иллюзия или заблуждение? Обман или пропаганда? Хамелеон или актер? Ловушка или приманка? Мышеловка или морковка на удочке? Фальшивая блестящая монетка или стеклянное ожерелье, что выдается за настоящее? И, наконец, истина или ложь?

Сомневаюсь даже, что без мигтау мне хватило бы времени и ресурсов на собственно освоение и постепенное развитие в этих философиях. Мигтау дало мне возможности и благоприятные обстоятельства. Брачная жизнь очень нескладно сочетается с философской жизнью в принципе.

Путь философа это путь одиночки, и это неизбежно. А путь мужчины разве нет? Стоики рассуждали, а какая польза мудрецу от мудреца. Ведь мудрецу ничто не может помочь или навредить. А ответ вот был каков: в хорошей компании дорога лучше, проще и интереснее. К дзену и мигтау это тоже относится, просто практикующих это или стоицизм крайне мало. Крайне имеется в виду КРАЙНЕ. Но есть интернет. Кому интересна легкость пути или общение с единомышленниками, вперед. Мне же это не нужно. Я слишком самодостаточен и я сам себе товарищ по странствиям. Но порой можно увидеть интересные и полезные идеи.

Эпилог.

Эпилог был выше, так как я имею привычку растекаться мыслью и позволяю ей двигаться, как она пожелает. Всем спасибо за внимание. Если вам понравился контент, распространите и подпишитесь.

Ниже два моих никнейма и соответствующие каналы-сообщества мужского просвещения, где я автор.

Джон (Канал Свободных/Грешные Угодья) (второй автор это Siner aka Грешник)

Question (MGTOW вне баборабства) (соло)

Всем спасибо за внимание. Если вам понравилась книга, то оцените, распространите, подпишитесь. Удачи.

Discover other titles by Question:

Gender 'Balance' and MGTOW

Гендерный "Баланс" и MGTOW

Connect with Me:

Follow me on Youtube: <https://youtube.com/@mgtow2957>

Follow me on Youtube: <https://www.youtube.com/channel/UCam-lIX7ZHIJh2pHL-QdaBg/>

Subscribe to my blog: <https://discord.gg/WJ7nTbpjRR>

Subscribe to my blog: <https://t.me/sinerland>

Favorite me at Smashwords: <https://www.smashwords.com/profile/view/Question1347>