

Любовь Петрова-  
Пилюгина

**Как я взяла свою  
жизнь под  
собственный  
контроль**

# Любовь Петрова-Пилюгина Как я взяла свою жизнь под собственный контроль

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=44826733](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=44826733)  
ISBN 9785005043467*

## Аннотация

До 45 лет меня преследовали сплошные неприятности. Моя жизнь была сплошным адом, и я не понимала, почему моя жизнь так плоха. Я довольно часто думала об этом и находила всякие разные объяснения этому: у нас правительство плохое, мои родители не дали мне хорошего образования, все люди идиоты, я идиотка и т. д. Но однажды моя жизнь изменилась на 180 градусов благодаря тому, что я узнала: в том, что со мной происходило много плохого, не виноват никто, и даже не я сама.

# Содержание

Введение	5
Глава 1	7
Конец ознакомительного фрагмента.	18

# **Как я взяла свою жизнь под собственный контроль**

**Любовь Петрова-Пилюгина**

© Любовь Петрова-Пилюгина, 2019

ISBN 978-5-0050-4346-7

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# Введение

До 45 лет меня преследовали сплошные неприятности. Моя жизнь была сплошным адом, и я не понимала, почему моя жизнь такая плохая, в то время как у других все хорошо. Я довольно часто думала об этом и находила разные объяснения этому: у нас правительство плохое, мои родители не дали мне хорошего образования, все люди идиоты, я идиотка и т. д. Но однажды моя жизнь изменилась на 180 градусов, благодаря тому, что я узнала: в том, что со мной происходило много плохого, не виноват никто, и даже не я сама. И то, что я узнала, помогает мне сегодня не только сознательно избегать, как минимум в 70—80% случаях плохого, но и выстраивать свою жизнь впредь так, как я этого хочу, а не так, как этого хотят другие.

Дорогой мой читатель, для того, чтобы вы смогли понять, каким образом я смогла взять свою жизнь под собственный контроль, и для того, чтобы вы смогли в случае желания воспользоваться этим же знанием, для взятия контроля над своей собственной жизнью мне придется вкратце познакомить вас с устройством психофизиологии человека, или точнее, с одной из ее частей, отвечающей за управление действиями человека. От этой части зависит как минимум на 80—90% все, что происходит с человеком. По этой причине

и важно познакомиться с этой частью устройства человека. И не пугайтесь, пожалуйста, выражения «устройство психофизиологии человека». Психофизиология человека устроена на самом деле достаточно просто, не так, как ее малюют ученые.

Итак, не буду тратить ни свое время, ни ваше на длинное введение и сразу же перейду к объяснению, кто же и что же управляет действиями человека.

# Глава 1

## Кто и что управляет действиями человека

*Смотри, куда идешь, а то придешь, куда смотришь.*

*Монах Симеон Афонский.*

Да будет вам известно с данного момента, и в чем вы НЕИЗБЕЖНО убедитесь в процессе чтения данной книги на своем личном опыте, что действиями человека и, в общем, всем тем, что происходит с ним, управляет не он сам, а:

**1. Животные потребности и инстинкты: это потребность в еде, продолжение рода, инстинкт самосохранения;**

**2. Информация, которую человек допускает до своего мозга, а также та, о которой позволяет себе мыслить.**

Сегодня я буду говорить в большей степени **О ТОМ**, каким образом действиями человека управляет информация, которую он допускает до своего мозга, до размышления, а не о том, каким образом действиями людей управляют животные потребности и инстинкты, ибо с этим люди хоть в ка-

кой-то степени знакомы. Захотел человек продолжения рода – он идет и ищет того, благодаря кому он может удовлетворить эту потребность. Или захотел человек кушать, появляется непреодолимое желание пойти найти еду и поесть. Далее он идет, находит еду и удовлетворяет потребность в еде. И так обстоит дело с удовлетворением всех животных потребностей.

Единственное, с чем у людей сегодня обстоят дела совсем плохо, – это с животным инстинктом самосохранения. Почему? Потому что люди давно не живут в природных условиях, где им приходилось постоянно защищаться от диких зверей, а живут в обществе цивилизованных людей. Из-за чего животный инстинкт самосохранения у них атрофировался. Но Бог с ним, с этим животным инстинктом самосохранения, он действительно сегодня не так уж и важен – и именно по причине, что люди не живут в диких природных условиях, где кишит зверье, от которого необходимо защищаться.

Однако оказывается, что и в человеческом факторе имеется много чего такого, от чего человеку тоже нужно защищаться во имя избегания отрицательных последствий для себя.

В то время как защищаться **СОЗНАТЕЛЬНО** от всего этого человек может только при условии знания о том, что его действиями и, в общем, всем тем, что происходит с ним, управляют не только животные инстинкты и потребности,

НО ЕЩЕ И информация, которую он допускает до своего мозга, до размышления.

Почему ТОЛЬКО благодаря знанию о данном факте человек может защищаться сознательно от всего, что может привести его к плохому?

Потому что благодаря знанию о данном факте человек обретает возможность, уже только взглянув на ту или иную информацию, имеющуюся во внешнем мире или всплывшую в его сознании из глубин памяти, ВИДЕТЬ ВПЕРЕД, на совершение каких действий она может толкнуть его, если он позволит себе сосредоточить на ней свое внимание. И что с ним произойдет в будущем в связи с действиями, которые он совершит под воздействием этой информации.

Это, в свою очередь, позволяет ему делать ОСОЗНАННЫЙ выбор, на какой информации стоит сосредоточивать свое внимание, а на какой не стоит. Или по-другому, делать ОСОЗНАННЫЙ выбор, какой информации стоит давать управлять собой, а какой не стоит.

И чего люди, не знающие о том, как устроен человек, не могут делать, а именно ни видеть вперед, на СОВЕРШЕНИЕ каких действий их может толкнуть та или иная информация, если они позволят себе сосредоточить на ней свое внимание, ни сознательно защищаться от такой информации, которая может толкнуть их на совершение таких действий, из-за которых с ними может произойти плохое.

Из-за чего они и совершают много таких (неосознанных)

действий не сами, а под воздействием всякой разной информации поступающей в их мозг из внешнего мира, а также той, о которой позволяют мыслить, которые не приводят их во многих случаях ни к чему хорошему.

И только люди, знающие о том, как они устроены, способны сознавать не только по каким причинам с ними происходят плохие события, но и как их можно избежать.

Ну а теперь пришло время вам, мои дорогие друзья, убедиться в том, что действиями человека управляет не он сам, а информация, входящая в его мозг из внешнего мира, а также та, о которой он позволяет себе мыслить, **НА СВОЕМ ЛИЧНОМ ОПЫТЕ** и прямо сейчас.

Почему важно убедиться в данном факте на своем личном опыте? Потому что когда человек в чем-то убеждается на своем личном опыте, допустим, прикасаясь к огню и обжигаясь, то его уже НИКТО и НИКОГДА не убедит в обратном, или точнее, ложном, что при соприкосновении с огнем он не обожжется.

То же самое с вами будет происходить и после **ПОЛУЧЕННОГО ВАМИ** личного опыта в том, что вашими действиями управляете не вы сами, а информация, входящая в ваш мозг из внешнего мира. После получения данного опыта вас уже никто и никогда не сможет убедить в обратном, или точнее, ложном, что это не так. И это, несомненно, пойдет вам на пользу. Потому что именно благодаря это-

му опыту вы научитесь не только сознательно защищаться от такой информации и таких людей, которые могут толкнуть вас на совершение таких действий, о которых вы можете пожалеть впоследствии, но и выстраивать свою жизнь впредь не так, как она выстраивалась у вас до сих пор, а более ОСОЗНАННО.

Ну а сейчас переходим к получению вами опыта в том, что действиями человека управляют не только животные потребности и инстинкты, но и информация, на которой он позволяет себе сосредоточивать свое внимание или размышлять о ней.

Для этого мы сейчас займемся выявлением причин, или точнее, информации, которая толкнула вас в прошлом на совершение таких действий, о которых вы впоследствии пожалели. Для этого вам нужно будет вспомнить происшедшее с вами в прошлом то или иное событие (случай). А затем сосредоточить свое внимание не на самом происшедшем событии (случае), а на вопросе: какая именно информация толкнула вас на совершение таких действий, которые привели вас к этим событиям?

Допустим. Вы начали курить (если не курите, то просто пропустите данный вопрос). Под воздействием какой информации вы начали курить? Или этот вопрос может звучать и так: кто или что толкнули вас впервые закурить? Са-

ми по себе вы этого сделать не могли, вас что-то или кто-то толкнул на совершение данного действия. Кто это был или что это было и когда это произошло? Вспоминайте. Вы можете и не помнить о том, когда кто или что конкретно толкнули вас на совершение тех или иных действий, но в вашем мозге записана вся информация, которая вошла в ваш мозг за жизнь. Поэтому мозг может выдать вам любую запрашиваемую вами информацию о вашем прошлом. Так что вспоминайте, кто или что толкнули вас впервые закурить и когда.

Если не курите, пропустите этот вопрос. Те же, кто курит или когда-то курил, не переходите к следующему вопросу, как бы вам этого ни хотелось, пока не вспомните, кто или что толкнули вас впервые закурить.

Продолжаем.

Вы впервые употребили спиртное. Когда, кто или что толкнули вас на совершение данного действия впервые? Сами по себе вы этого сделать не могли, вас что-то или кто-то толкнули на совершение данного действия. Кто или что и когда? После того как вспомните об этом, подумайте над тем, кто или что толкает вас на совершение данного действия сегодня. Сами по себе вы этого делать не можете, вас что-то или кто-то толкает на совершение данного действия. Кто или что? Включая сюда само спиртное, ведь если бы его не существовало, вы бы не смогли его употреблять. А также празд-

ники, придуманные людьми, друзей, жен, мужей, всякого рода ситуации и т. д.

Итак, вспомните, кто или что толкнули вас употребить спиртное впервые и под воздействием чего вы употребляете его сегодня.

Продолжаем.

Вы с кем-то когда-то поругались или ругаетесь. Вы сами это делаете ни с того ни с сего или же на это вас постоянно кто-то или что-то толкает? Подумайте хорошенько над этим вопросом.

Продолжаем.

Вы кого-то убили, может, человека, может, животное. Под воздействием чего вы это сделали? Просто так вы не могли никого убить, вас что-то или кто-то толкнули на совершение данного действия. Кто или что?

Если никого не убивали, и даже комара, пропустите этот вопрос.

Продолжаем.

Вы изменили супруге, супругу. Что или кто толкнули вас на совершение данного действия? Сами по себе вы не мог-

ли совершить это действие. Вас что-то или кто-то толкнули на совершение его. Кто или что? Вспоминаем. Это мог быть и сам ваш супруг, супруга, друг, подруга, или кто-то другой, или что-то другое.

Просто вспомните, кто или что толкнули вас на совершение данного действия, и все.

Просьба: не переходите к следующему вопросу, пока не получите ответ на данный вопрос.

Если не изменяли супругу, супруге или кому-то еще, то пропустите этот вопрос.

Продолжаем.

Вы не раз подумывали о самоубийстве или сожалели о том, что родились на этом свете. Под воздействием чего вы об этом начинали думать? Или этот вопрос может звучать и так: кто или что толкали или толкают вас думать об этом? Сами по себе вы об этом думать не могли и не можете, ибо в человека изначально заложена любовь к жизни и желание долго жить и здравствовать. И потому сами по себе вы не могли и не можете желать себе смерти. Вас кто-то или что толкнули на это в прошлом или толкают на это сегодня.

Вспомните, пожалуйста, такие моменты, когда у вас появлялось желание покончить с собой ИЛИ ПОЯВЛЯЛОСЬ НЕДОВОЛЬСТВО ЖИЗНЬЮ, а потом отследите, кто или что толкнули вас об этом думать. И в конечном итоге вы обя-

зательно сможете отследить тот факт, что причиной того, что вы решили покончить с собой или пожалели о том, что родились на этом свете, являлись не вы сами, а кто-то или что-то другое.

Кто это был или что это было или есть?

Причем при отслеживании того и тех, кто или что заставляют вас думать о самоубийстве, учитывайте тот факт, что толкать вас на это могут не только

ваши родственники, учителя, знакомые и т. д. – в общем, окружающие вас люди, но и неинтересная для вас деятельность, всякого рода гадалки и пророки, а также СМИ, где подается много такой информации, наслушавшись и посмотревшись которой тоже иногда перестает хотеться жить. А также всякого рода фильмы, книги, игры, песни, в некоторых из которых вложена такая информация, под воздействием которой у человека также может возникнуть неосознанное желание совершить убийство или самоубийство.

**В еженедельнике «Тайны XX века» под №42 за октябрь 2014 г. издана статья под названием: «ПАГОДА ВОЛН».**

Вот эта статья:

*«...Но еще больше славится Аокигахара тем, что тут то и дело происходят самоубийства. Популярным у само-*

убийц лес стал после выхода в свет в 1960 году детективного романа известного писателя Сэйте Мацумото «Пагода волн». В нем рассказывалось о женщине, покончившей с собой у подножия Фудзи. Позднее по мотивам романа сняли телесериал, который побил все рекорды популярности. А в лесу Аокигахара стали находить первые тела...

В 1993 году вышла книга Ватару Цуруми «Полное руководство по самоубийству», где лес Аокигахара описывался как «идеальное место» для совершения суицида. Эта книга стала сразу же бестселлером: только в Японии разошлась тиражом более миллиона экземпляров. После ее публикации в лесу были обнаружены тела двух самоубийц, при которых оказались зачитанные до дыр экземпляры книг.

За последние 50 лет более 500 человек свели здесь счеты с жизнью. В 1970 году даже были созданы специальные бригады из полицейских, пожарных и волонтеров, специализирующиеся на поиске мертвых тел. Ежегодно в лесу находится от 30 до 80 трупов, то есть практически каждую неделю кто-то отправляется туда (под воздействием прочитанного в книге), чтобы покончить с собой.

Власти пытаются предупредить самоубийства... (разными способами) ... .. Правда, это не помогает: число суицидов растет с каждым годом...»

Так что, дорогие мои, повторяю еще раз: отслеживая причины, из-за которых вам становилось в прошлом или ста-

новится плохо сегодня, обязательно учитывайте тот факт, что к нежеланию жить **И В ОБЩЕМ НА СОВЕРШЕНИЕ ТАКИХ ДЕЙСТВИЙ, КОТОРЫЕ ПРИВЕЛИ ВАС К ПЛОХОМУ ИЛИ МОГУТ ПРИВЕСТИ К ПЛОХОМУ**, вас могут толкать не только люди, с которыми вы непосредственно общаетесь, такие как родители, братья, сестры, подруги, учителя, мужа, жены, дети и т. д., но и любая другая негативная информация, имеющаяся во внешнем мире или уже находящаяся в вашей голове.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.