

Sergejs Sofjins



**Принадлежат ли мне
МОИ МЫСЛИ, или
для чего я здесь?**

Sergejs Sofjins

**Принадлежат ли мне мои
мысли, или Для чего я здесь?**

«Издательские решения»

Sofjins S.

Принадлежат ли мне мои мысли, или Для чего я здесь? /
S. Sofjins — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-514822-3

Ты практически никогда не задумываешься о том, откуда приходят твои мысли. Ты просто думаешь и говоришь о чем-то, совершенно не подозревая о том, что ты живешь далеко не в реальном мире. Ты думаешь, что живешь в мире, который сам себе придумал и создал. Надеюсь, что в этой этой книге ты обнаружишь для себя, что, оказывается, ты не сам придумал себе свой мир и мысли далеко не твои мысли, как ты думаешь сейчас.

ISBN 978-5-00-514822-3

© Sofjins S.
© Издательские решения

Содержание

Введение	6
Открытые вопросы	11
Классификация мыслей	14
1. Мысли прошлого	14
2. Мысли будущего	16
3. Мысли, исходящие из инстинкта	17
4. Индивидуальные и персональные мысли	18
5. Навязанные и привлеченные мысли	19
6. Мысли во сне	20
7. Продолжение следует	21
Конец ознакомительного фрагмента.	24

Принадлежат ли мне мои мысли, или Для чего я здесь?

Sergejs Sofjins

© Sergejs Sofjins, 2020

ISBN 978-5-0051-4822-3

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Введение

«Все, что я знаю о себе, это все лишь выдуманная мною история.

Все то, что обо мне знаете вы, это ваша выдуманная история обо мне.

И лишь совокупность взглядов обо мне других людей, окружающих меня, приближает к истинному представлению о том, кто я есть.

Кто же я есть на самом деле, не знает никто, включая меня самого».

Поток мыслей в нашей голове не останавливается. Не успеваем осознать или обдумать одну из них, а уже другая мысль с шумом влетает и вытесняет предыдущую, показывая тебе, что она самая главная и важная в данный момент времени.

Иногда ты ловишь себя на том, что мысли проносятся мимо тебя нескончаемым потоком, и ты не в состоянии зацепиться хотя бы за одну из них.

Иногда ты пытаешься остановить поток мыслей по собственной воле. Как только тебе удается на мгновение остановить этот поток мыслей и тебе кажется, что тебе удалось это, так сразу же очередная мысль захватывает твоё внимание, и нескончаемый поток продолжается.

Контролируешь ли ты свои мысли?

Контролируешь ли ты эти моменты и процессы, когда мысли появляются и исчезают в твоей голове?

Являются ли мысли частью тебя самого или они не принадлежат тебе?

Находятся ли мысли в сером веществе твоего мозга или находятся в другом месте?

Очевидный ответ, что мысли, безусловно, находятся в нашей голове, не так уж очевиден, как кажется на первый взгляд. Попробую разобраться в этих вопросах своими логическими и интуитивными рассуждениями.

Те, кто глубоко убежден в том, что мысли находятся у него в голове, могут не продолжать чтение и оставаться при своих убеждениях.

Те, кто сомневается или хочет услышать одну из возможных версий существования мыслей, могут последовать за ходом последующих рассуждений.

И в том, и другом случае мысли или рассуждения позволяют принять или не принять сказанное.

Самые главные вопросы, на которые хочется ответить:

- Принадлежать ли мне мои мысли?
- Если они мне не принадлежат, то где они находятся?
- Если мысли не мои, то кто ими управляет?
- Каким образом мысли появляются?

Итак.

Что такое мысль?

Когда слышишь подобные вопросы, руки тянутся к компьютеру и хочется сразу ЗАГУГЛИТЬ в поисках ответа. Ты привык это делать каждый день. Стоит только набрать этот вопрос в поиске браузера, и ты получишь более 44 миллионов вариантов ответов и статей на данную тему. На прочтение этих ответов не хватит всей твоей жизни. Даже если ты сможешь познакомиться с частью ответов, то все равно даже не приблизишься к разгадке этого вопроса. Больше всего, что не хочется сейчас, – это заглядывать в эти ответы и читать об этом.

Почему не хочется, станет очевидно позже, после некоторых рассуждений. Также не хочется опираться на ответы и рассуждения кого-либо по данному вопросу.

Откровенно говоря, в идеале так не получится, потому что наша голова уже полна всевозможных вариантов ответов и знаний. Мы где-то читали, кто-то нам говорил, нас этому учили, после чего, так или иначе, остались чужие отпечатки в нашей голове на любые вопросы.

Придется начать ответ с того, что есть у меня на данный момент и с учетом того, что уже известно мне сегодня, как мне кажется.

Что же такое мысль?

Первое, что приходит в голову, мысль – это результат ответа на твой вопрос самому себе.

Часто бывает так, что как вопрос, так и ответ может быть осознанным или неосознанным. Попробуем разобраться в сказанном.

Внутри тебя постоянно идет какой-то диалог между кем-то. Один из собеседников спрашивает, другой отвечает.

Время от времени темы (мысли) меняются в логичном порядке или вовсе беспорядочно.

Будь то монолог или диалог, ты воспринимаешь это за свои мысли в своей голове.

Один из собеседников задает тебе вопрос, а другой отвечает на него. Так как ты уже привык к этой ситуации и диалогам внутри себя, ты не задаешь себе вопрос о том, кто эти собеседники. Это и неважно в данный момент рассуждения, возможно, коснемся этого позже.

Сейчас важно понимать, что эта дискуссия внутри тебя и есть то, что мы называем мыслями.

Мысль появляется как вопрос, или как ответ на этот вопрос, или как ответ, который находится внутри тебя уже долгое время. Все сказанное пока абстрактно, поэтому попытаюсь как-то приблизить это к реальным примерам в нашей жизни.

Таких примеров бесконечное множество, как и мыслей, поэтому остановлюсь на некоторых из них.

У тебя часто возникает вопрос, что делать.

Как результат некий внутренний голос, отвечает:

«Сегодня нужно сделать какие-то дела, сходить куда-то и т. п.».

А бывает так, что, не услышав первый вопрос, к тебе сразу приходят мысли:

«Я сегодня схожу на тренировку, потому что надо поддерживать спортивную форму».

Или:

«Я позвоню своему другу, потому что давно не общались или у меня есть, что ему рассказать».

Также у тебя может возникнуть вопрос,

нужно подумать над тем, как подготовиться к встрече кого-либо, друга, партнера, родственника и т. п.

После чего сразу появляются мысли,

как это сделать, что приготовить, о чем говорить.

Короче, некий набор мыслей, беспорядочно бродящих в твоей голове и сменяющих одна другую.

Часто в процессе сумбура у тебя возникает вопрос:

«Почему?»

В детстве этот вопрос появлялся по поводу и без повода и в огромном количестве. Когда ты взрослеешь, этот вопрос появляется все реже и реже. Ты же считаешь себя уже взрослым и многое якобы знаешь. Но если ты что-то не знаешь, то часто делаешь вид, что знаешь. Конечно, ведь не хочется казаться глупым в глазах кого-то. Но время от времени у тебя все равно появляются вопросы «почему».

Почему это так устроено?
Почему так происходит?
Почему я такой?
Почему у меня так, а у других по-другому?
Почему ко мне так относятся?
Почему кто-то сделал так, а не иначе?

А дальше второй собеседник или множество собеседников внутри тебя открывают свои монологи с ответами.

Очень часто ты вспоминаешь прошлое или думаешь о будущем. Твое воображение начинает как по неизвестному и не зависимому от тебя механизму воспроизводить картины произошедшего или придумывать возможные будущие сценарии.

А еще бывает, что ты спрашиваешь,
правильно или неправильно ты поступил в той или иной ситуации.

После этого вопроса в твоей голове возникает масса возможных вариантов в твоё оправдание или, наоборот, обвинения себя самого.

Список подобных примеров можно продолжать и продолжать, но все же хочу обратно вернуться к вопросу,
что же такое мысль.

МЫСЛЬ – ЭТО РЕЗУЛЬТАТ ОТВЕТА НА ВОПРОС САМОМУ СЕБЕ

Хочется опять открыть Интернет и собрать информацию о различных определениях и трактовках о том, что такое мысль. Осознанно не открываю, и мы продолжаем.

Мне кажется, что Интернет пытается управлять тем, о чем тебе читать, и тем, чтобы помочь тебе найти какой-то ответ. Не обязательно этот ответ тебе понравится, и часто ты будешь искать те ответы, которые как-то соответствуют твоему восприятию мира. Поэтому хочется напрячь свои серые извилины и ответить самому. Хотя ответить самому – понятие относительное, о чем мы поговорим чуть позже.

Возможно, кажется правильным действием изучить варианты ответов, опираясь на существующие знания и научные исследования различных людей. Следуя этой мысли, которая тоже появилась не просто так, я не хочу следовать ей по следующей причине.

Определение понятия, что такое мысль, опирается на различные ограничения, такие как религиозные, национальные, научные, теософские, психологические и многие другие.

Если мы коснемся научного ограничения, то в этом случае мнения и определения по поводу мыслей расходятся. Можно рассматривать на базе генетики, квантовой физики, нейрофизиологии, биохимии, и в каждом случае определения мысли и ее возникновения будут отличаться. Особенно сильные отличия будут, если окунуться в квантовые измерения.

Главное, не исключать все то, что уже изучено и известно на данный момент по теме возникновения мыслей, ибо все, что известно, является правдой с точки зрения конкретного учения или знания.

Порой мне кажется, что кто-то управляет нашими мыслями.

Информация, которая поступает к тебе отовсюду, далека от реальности. Человек воспринимает только ту информацию, которая соответствует его убеждениям. Информация не имеет свободы, потому что зависит от чьих-либо мнений и убеждений. Воспринимая какую-либо информацию, ты всегда попадаешь под убеждения кого-либо.

(Текст, выделенный далее, – это мысли, которые спустились на меня из неизведанного пространства.)

Мысли врываются в твоё серое вещество, называемое мозгом, совершенно без твоего согласия, по крайней мере, тебе так кажется на первый взгляд.

Они врываются без спроса и заставляют тебя думать о них, делать какие-то выводы и размышлять о чём-то.

Ты не задумывался о том, почему так происходит, что мысли приходят сами собой и без твоего спроса и ведома.

Приходят ли мысли по твоему собственному желанию?

Ты замечал, наверное, что иногда ты не можешь найти какое-то решение или найти ответ на какой-то вопрос долгое время. А иногда ответ появляется практически сразу.

Решение или ответ на вопрос тоже принадлежит мыслям.

Некоторые мысли приходят как результат работы химических и природных процессов внутри нашего организма.

Можно рассмотреть простые варианты.

Мысль: «Надо перекусить что-нибудь».

Откуда эта мысль-вопрос? Можно предположить, что потребность в калориях и определенных химических реакциях внутри нас порождает мысль о том, что нужно покушать и подкрепиться.

Мысль: «Надо перекурить».

Мысль возникает, как результат недостатка в организме никотина или как результат привычки, выработанной нами в течение длительного времени и работающей независимо от нас. Или работающей в результате психологической установки покурить за компанию или из-за нервных расстройств.

На базе твоего опыта изучения программ школы и института тебе кажется все очевидным. Все химические сигналы поступают в мозг, нейронные системы которого формируют мысли о необходимости поесть или покурить.

Замечательно и логично, как кажется на первый взгляд.

Но!!!

Затем возникает другая мысль, а может, ещё не время для еды, может, чуть позже? Теперь ты уже включаешь механизм своего психологического состояния, которое борется с появлением первой мысли.

Одна мысль говорит – надо! И ты немедленно бежишь к холодильнику. Но если ты немного подождешь, появляется вторая.

Вторая сомневается и предлагает отложить действия как альтернативный вариант.

И тут возникает третий собеседник, или мысль, как поступить в данный момент – поесть сейчас или позже – и обдумать выбор одного из сценариев для того, чтобы принять правильное решение.

На данном простом примере мы наблюдаем появление трех мыслей-собеседников и их мыслительных рассуждений. Если первая мысль, вызванная химическими реакциями организма, кажется вполне закономерной, то появление последующих заставляет задуматься об источнике их появления.

Могут предположить, что многие об этом не задумываются.

Итак, вопрос. Приходят ли мысли по твоему собственному желанию?

В большинстве случаев твои мысли приходят, исходя из инстинктивных проявлений, независимо от тебя. Ты практически редко задумываешься над тем, откуда появилась та или иная мысль.

Ты практически никогда не думаешь об этом, потому что принимаешь мысли за свои. Когда-то ты определился с тем, что мысль – это ты и производная твоих процессов, происходящих в твоей голове. Как только определился, что мысль это ты, то о другом и незачем думать.

Чем больше ты думаешь об источнике появления мыслей, тем больше начинаешь сомневаться в том, что этот источник находится внутри извилин твоего серого вещества, твоего мозга.

Заглянем чуть глубже твоих размышлений, задавая простые вопросы о том, что ты контролируешь в своем мире. Я пока не поднимаю тему о том, что контролируешь в нашем мире.

Задай себе вопросы для того, чтобы расшевелить свое серое вещество и заставить себя немного усомниться в том, что до этого было очевидным или о чем ты не задумывался.

Открытые вопросы

Можешь ли ты повлиять на процессы, происходящие внутри твоего организма?

Как переварить пищу, как поддерживать работу сердца, как нормализовать работу легких, как спланировать процесс выращивания волос или ногтей, как преобразовать световую информацию, полученную глазами, в образы и картинки, как преобразовать звуковые вибрации твоим слуховым аппаратом, как поддерживать внутреннюю температуру тела на уровне 36,6 градусов (не больше и не меньше!!!), как заставить свой организм бороться с вирусами и т. п.

Можешь ли ты осознанно повлиять на процесс функционирования и деления клеток внутри себя?

Знаешь ли ты, как снабдить органы необходимыми веществами и создать благоприятные условия для деления клеток? Можешь ли ты управлять митохондриями, рибосомами или защитными механизмами клеточной мембраны. Если не можешь, то кто этим процессом управляет?

Можешь ли ты управлять действиями миллиардов бактерий, находящихся внутри и снаружи тебя?

Самое удивительное даже не сам вопрос управления, а то, что это происходит одновременно с миллиардами бактерий в твоём организме.

Ответ на эти вопросы, я думаю, вполне очевиден для тебя.

Ты не управляешь процессами внутри себя же самого. Научные исследования приближаются к расшифровке знаний об устройстве человеческого организма, работе его отдельных органов, устройстве ДНК, обмене веществ, клеточных процессах и т. п.

Но практически нет знаний о том, кто этими процессами управляет и кто их контролирует. Если ты не управляешь, то кто тогда?

Вопрос не вполне логичен, но все же.

Если бы мысли принадлежали тебе, то почему они не удерживаются в «твоей памяти»?

Твоя память в кавычках, потому что память тебе также не принадлежит.

Вспомните, о чем ты думал или какие твои мысли были пять лет назад. Ты даже не помнишь, о чем мыслил или думал месяц назад, не правда ли?

Безусловно, не вся информация недоступна, возможно, ты можешь вспомнить некоторые фрагменты.

Если бы данный процесс воспоминания был управляем с твоей стороны, то наверняка бы ты многое помнил и многое вспоминал.

Когда ты обращаешься в прошлое, ты словно пытаешься настроиться на эти моменты, пытаешься вспомнить мысли, пережитые чувства того времени. Ты пытаешься вспомнить свои ощущения, отдельные запахи, эмоции и многое другое. Такое ощущение, что, вспоминая, ты пытаешься настроить что-то внутри себя, не понимая, что именно.

Я приготовил еще немного вопросов для тебя.

Кто ведет диалоги внутри тебя?

Размышляя о чем-то, кто-то разговаривает внутри тебя. Сколько этих собеседников? Кому и от чьего имени ты задаешь вопросы? Почему время от времени совершенно спонтанно тебя посещают мысли на различные темы, включая воспоминания.

Даже не задавая вопросы, мысли порой появляются сами собой, и ты не задумываешься, откуда они появляются. Ты просто продолжаешь размышления на эту тему.

Мне кажется, тяжело после вышесказанного утверждать, что ты чем-то управляешь сам. Если у тебя еще есть какие-то сомнения, то продолжим.

Попробуй ответить,

из какого места ты получаешь вопросы.

Если из головы, то из какого именно места. Если из глубины организма, сердца, например, то можешь ли ты точно указать на это место.

Из какого места появляются твои мысли?

Я не буду гадать, и если ты считаешь, что управляешь своими мыслями, то ответишь на этот простой вопрос.

Например, на вопрос,

в каком месте у тебя болит.

Ты можешь ответить на него почти точно, если только это касается каких-то частей тела. Но весьма предположительно ты можешь ответить, если это касается внутренних органов: тонкий или толстый кишечник или что-то еще.

Итак, первое предположение.

Кто тебе задает вопросы и откуда появляется этот вопрос-мысль?

Кто отвечает на вопрос и откуда появляется этот ответ-мысль?

Если ты не можешь ответить на эти вопросы, то весьма очевидно, что ты не контролируешь свои мысли.

Время от времени мне нравится играть с собеседниками и их диалогами-мыслями.

Как только возникает какая-то мысль в виде вопроса, или утверждения, или размышления, я пытаюсь сконцентрироваться, неоднократно спрашивая, кто в настоящий момент говорит. После чего возможны два сценария:

– собеседник пропадает вместе со своими мыслями,

– собеседник остается и продолжает диалог или монолог.

И меня увлекают данное общение и попытки достучаться до источника происхождения этого собеседника, который остался со мной. Порой этот собеседник утихает, и на смену ему приходит еще один, как будто скрывает его. Увлекательная игра затягивает, и в один прекрасный момент все останавливается, и ты ощущаешь тишину в твоём воображении.

Если у тебя получилась данная игра, то есть ли у тебя объяснение данного события?

Первая мысль, которая приходит после этого рассуждения:

МЫСЛИ ИМЕЮТ УСТОЙЧИВОЕ И НЕУСТОЙЧИВОЕ СОСТОЯНИЕ.

Внутренние механизмы твоей сущности следуют неким скрытым правилам и способностям удерживать мысли или отпускать их. И здесь появляется предположение, что ты настраиваешь свое сознание, удерживая или отпуская мысли, которые врываются в тебя бескончаемым потоком.

Осознавая это, мне очень не хочется, чтобы кто-то другой управлял мыслями, которые появляются в моей голове. Хотя как я уже понял, есть тонкая грань этого индивидуального осознания.

Пока же твоими мыслями управляет Интернет, общественное мнение, какие-то люди, среда, в которой ты живешь, религиозные убеждения, социальное окружение, технологии и многое другое.

Порой ты не можешь отличить, что твое, а что навязанное извне, не можешь осознать, где твое, а где чужое.

Перед тем как приступить к основной части размышлений, хочу классифицировать мысли по определенным симптомам проявления.

Все, что ты знаешь, на самом деле говорит о том, что ты ничего не знаешь. Все, что ты видишь, – это всего лишь твое воображение об увиденном. Все, что ты слышишь, на самом деле не слышишь. Все, что ты чувствуешь, – это лишь крохотный мир, который мешает тебе почувствовать реальность. На самом деле ты ничего не слышишь, ничего не видишь, ничего не чувствуешь, ничего не знаешь и даже не задумываешься об этом. Порою кажется, что мир не хочет, чтобы ты что-то знал или понимал, так как ему бесполезны твои знания. Природе спокойнее и безопаснее, когда ты ничего не знаешь. Все, что ты знаешь и умеешь, не принадлежит тебе.

Классификация мыслей

1. Мысли прошлого

Прошлое является к тебе и днем, и во сне. Моменты прошлого являются к тебе, как и все мысли, спонтанно. Стоит тебе настроиться на какое-то событие из прошлого, как мысли одна за одной охватывают твоё воображение, и рождается диалог внутри тебя. Слово «настроиться» здесь ключевое.

- Помнишь, как я пошел в школу...
- Помнишь, как я встретился с кем-то и замечательно провел время...
- Помнишь, как я устроился на работу...
- Помнишь, как я запустил какой-то проект...

Мысли о том, что было бы, если бы ты тогда поступил по-другому...

Вспоминания о ком-то... или о чем-то...

Вспоминания о том, как жил раньше...

Вспоминания о пережитых чувствах и эмоциях...

Мысли прошлого настолько сильны, что многие из нас живут в прошлом, самым прошлым и его воспоминаниями.

Прошлое уже нет, но мы по-прежнему упорно и бездумно цепляемся за него, пытаемся найти причины произошедшего, либо искать оправдания, утопая в них, либо таить злость и обиду или просто рассказывать другим о своем прошлом. Возможно, что интересно вспоминать прошлое для чего-то или ради кого-то, но гораздо важнее другое.

Важно вспоминать прошлое ради того, чтобы найти и учесть СВОИ ошибки, и не сомневайтесь, они есть. И еще важнее пытаться изучать себя сегодня, находя и объясняя причины своего поведения в той или иной ситуации. Это даст нам шанс не оставаться на месте и обрести осмысленность своих действий.

Все прошлое – это уже история, которая кроме тебя никому не интересна. Гораздо важнее истории о прошлом то, что происходит сегодня, и то, чем ты обладаешь сейчас. Чем старше ты становишься, тем чаще вспоминаешь о прошлом. Почему так? У каждого, думаю, есть собственный ответ.

Постоянные размышления о прошлом приводят к тому, что ты настраиваешь свои приемные механизмы на получение данной информации. Эта информация приходит к тебе либо днем во время воспоминаний, либо ночью во время сна.

Чем больше ты думаешь о прошлом, тем яснее становятся картинки воспоминаний. Причиной этого служит запрос, направленный в прошлое, и настроенный канал продолжает получать информацию. Так как ты подсоединился к каналу и продолжаешь неосознанно настраивать его, часто происходит, что прошлое приходит спонтанно и независимо от твоего желания. Ты часто не можешь ответить себе, почему вдруг начал думать об этом моменте из прошлого.

Вспоминания – мысли из прошлого – сопровождают тебя не только тогда, когда ты один, но и во время твоих встреч с друзьями и знакомыми. Часто бывает так, что один вспоминает (вытаскивает из пространства) одни события, другой другие, и в результате немного восста-

навливаются хронология событий из прошлого. Чем больше собеседников, каждый из которых помнит свое, тем точнее воспроизводится событие, произошедшее в прошлом.

Самое любопытное, ввиду того, что скорость приема информации значительно выше скорости твоего мышления, запросы (антенны) цепляют не только твои события из прошлого, но и прошлое других людей, находящихся на похожей с тобой вибрации. Эти люди не обязательно родные или знакомые тебе.

2. Мысли будущего

В грезах о будущем твои мысли настраиваются:

- на то, что тебя может ожидать и что с тобой будет,
- на планирование того, как должно все произойти,
- на мечты о том, чего тебе хочется достичь,
- на мысли о том, кем хочется стать в этом мире,
- на то, как ты будешь жить с кем-то или делать что-то.

Долго находиться с мыслями о будущем тяжело, потому что мысли о текущем и ситуации в настоящем возвращают тебя назад. Настоящее здесь и сейчас не дает тебе расслабиться в твоих грезах и размышлениях о будущем, словно какой-то якорь дергает тебя назад в настоящее или в прошлое.

Ожидание приносит нам внутреннее волнение будущего. Волнения окрашивают наши эмоции в состояние радости, неопределенности или страха. Спустя некоторое время мы смотрим на это другими глазами и часто не понимаем причину наших эмоций, послуживших результатом этих волнений. Все это иллюзии нашего ума и воображения, и время лишь доказывает это. В связи с этим возникает вопрос о нашем чувстве ожидания: следует ли вообще ожидать что-либо в нашей жизни.

Ожидая, мы настраиваем свой организм на эмоциональное волнение. Когда наши ожидания не оправдываются, мы получаем еще и порцию стрессов, которые влияют на наш организм и вселяют состояние неопределенности нашего будущего. Мы тратим свое время на пустое обдумывание нашего ожидания, придумывая ему те или иные варианты и сценарии развития. Это может произойти или нет, и часто независимо от наших желаний...

Все произойдет так, как должно произойти.

Несмотря на сложность восприятия фразы, нет смысла ожидать чего-либо и волноваться по этому поводу. Если упрощенно смотреть на процессы и события, происходящие с нами, то они разделяются на те, на которые мы можем повлиять, и на те, которые находятся вне зоны нашего влияния. Влияем ли мы на эти события и ожидания, которые им предшествовали, или нет, нет смысла волноваться тому, что может произойти или не произойти.

Невозможно полностью избавиться от чувства ожидания, это заложено в нашей человеческой натуре. Несмотря на это, я считаю, что можно позволить себе жить, не ожидая чего-либо, а воспринимать мир таким, какой он есть...

Как всегда, у нас есть выбор:

- ожидать что-либо и испытывать стресс или страх от того, что может произойти что-либо или не произойти;
- принимать все то, что произошло и происходит с нами, как естественный процесс, заложенный нашей природой...

Чувство ожидания – это иллюзия нашего воображения...

3. Мысли, исходящие из инстинкта

Эти мысли похожи на реакцию на происходящее или наши потребности текущего. Мысли как реакция на действие: почему он так поступил и почему я так среагировал. Мысли о том, как устранить текущую проблему, бытовую, или социальную, или связанную со здоровьем.

Мысль, как удовлетворить свою внезапно возникшую потребность.

Как реагировать на те или иные события.

Конечно, в отличие от предыдущих мыслей о прошлом и будущем, после мыслительного процесса ты практически сразу приступаешь к действиям. Это похоже на процесс одергивания руки при ожоге. Ты не задумываешься, и сразу происходит действие на какую-либо ситуацию. Ты используешь эту способность для реализации потребностей, или проблем, или реакций, для того чтобы восполнить какой-либо пробел или промах.

Это канал, открытый твоим интуитивным опытом – настройкой. Твое сознание уже протоптало дорожку к области реакций. Как только происходит знакомое событие, ты ничего не настраиваешь, а сразу реагируешь и предпринимаешь действия.

Как только происходит что-то новое, ранее не встречавшееся на твоём пути, ты зависаешь, и этот механизм уже не работает. Тебе нужно очень постараться настроиться, чтобы найти новое решение и протоптать канал инстинкта.

Животным этого не требуется, они практически готовы к любой реакции на уровне инстинкта – бей или беги.

Нам же нужно запустить еще мыслительный процесс.

Иногда кажется, что все крутится в безумном водовороте событий и эмоций, и ты не можешь вырваться из заколдованного круга своей неосознанной вовлеченности.

Иногда такое ощущение, что мир остановился, вокруг ничего не происходит, и ты впадаешь в состояние, как будто мир и ты существуете отдельно.

На самом деле все вокруг едино и происходит только внутри тебя, в иллюзиях твоего сознания.

4. Индивидуальные и персональные мысли

Это мысли, которыми ты окружаешь себя, размышляя о себе. Ты думаешь о том, что ты хочешь сказать кому-либо или себе самому.

Ты думаешь о том, что делать в настоящий момент, что почитать, что посмотреть и т. п.

Персональные мысли тесно связаны со сравнением. Ты сравниваешь себя с другими, ты сравниваешь свое положение и душевное состояние с другими.

В голове постоянно идут сравнительные процессы, Интернет не дает тебе скучать и делает все, чтобы ты почувствовал себя ущемленным и растерянным. Интернет забит историями успеха и красивой жизни. Ты постоянно наталкиваешься на счастливые лица, показывающие тебе, как им хорошо и как им прекрасно живется. Ты смотришь на все это, сравнивая себя и свою жизнь, и получаешь дозу стресса из-за сравнения себя и этих якобы счастливых людей. Мысли сравнения спускаются на тебя каждый день, каждый раз, когда ты читаешь или слышишь различные истории. Непринужденно и независимо от твоих желаний идет процесс сравнения.

Персональные мысли или мысли о себе грустят о прожитых или пережитых событиях, скорбят об утратах и потерях близких, сожалеют о том, что не произошло, но могло бы произойти, мысли о счастливых моментах и о чувствах любви.

Персональные мысли иногда ласково, иногда назойливо, но постоянно что-то шепчут тебе.

Ты постоянно что-то анализируешь или сравниваешь что-то в себе. Ковыряешься в себе, оценивая себя, то обвиняя, то вознося свои возможности.

Мы знаем и понимаем то, что говорят и советуют нам другие, мы знаем то, что должны делать другие, и даем им советы, но упорно продолжаем жить не так, как знаем и понимаем, а по своему непонятному самим себе и вымышленному нами сценарию жизни.

5. Навязанные и привлеченные мысли

Данная категория мыслей тесно переплетается с предыдущими четырьмя.

Эти мысли наполняют прошлое, будущее или реакции настоящего определенным мировоззрением и неким смыслом извне.

Самое главное в том, что, как ты мыслишь, таким ты и представляешь все вокруг.

То, как ты мыслишь, ты и есть на самом деле.

Все твои мысли связаны с твоими воспитанием, окружением, обучением, религиозностью, социальным положением и статусом.

Также твои мысли зависят от окружающих тебя людей, или твоих кумиров, или мнений людей, авторитетных для тебя.

Ты повторяешь чьи-то мысли, выдавая их за свои. Ты рассуждаешь чужими мыслями, хотя ты думаешь, что это ты сам. Лишь изредка ты можешь отличить что-то свое индивидуальное, а не приобретенное или повторенное.

Данная категория мыслей как бы намазывает тонким или толстым слоем ограничений и убеждений поверх предыдущих категорий мыслей.

6. Мысли во сне

Мысли и все происходящее во сне сравнимо с фантастическим и непознанным для тебя миром. Хотя ты знаешь о множестве исследований сновидений и осознанных путешествиях во сне, происходящее там по-прежнему остается неразгаданной загадкой.

Загадкой, находящейся на границе двух миров. Оба мира являются твоей реальностью и иллюзией одновременно.

Скорость восприятия мыслей во сне настолько велика для твоего воображения, что ты часто забываешь сны или не успеваешь за сюжетами, сменяющимися один за другим, или вообще не понимаешь того, что происходит с тобой во сне.

Ты не понимаешь, мыслишь ли ты или кто-то другой за тебя во время твоего сна. Во сне все для тебя запутано.

Мир живет в ожидании наших действий, наших чувств и открытий самих себя... Не дожидаясь этого, мир оставляет нас наедине с нашими мыслями и забывает о нашем существовании...

7. Продолжение следует

Я думаю, что это далеко не полная классификация. Более того, каждый в зависимости от его представления реальности может составить свою классификацию, которая кажется ему более подходящей для осознания.

Сознание и мысли

Появление мыслей является совместным результатом работы твоего сознания и подсознания.

С самого твоего рождения начинает формироваться твое сознание. Начальное воспитание – первый шаг появления различных ограничений и формирования понятия о хорошем и плохом. На этом первом этапе жизни при появлении мыслей включается фильтр: что-то можно, а что-то нельзя. В раннем детстве в подсознании закладывается фундамент ограничительных процессов нашего мышления.

Вначале идет осознанный выбор мыслей по принципу, что хорошо и что плохо, что можно и что нельзя. Затем данный процесс передается в руки подсознания или инстинкта, которое старается сразу исключить какие-то наборы мыслей.

Ты родился в определенной стране, в определенное время и определенной семье. Это стечение обстоятельств накладывает на твое сознание культуру, принадлежность к религии и нормы поведения. Данный факт продолжает формирование ограничительных механизмов с учетом среды, в которой ты живешь.

Несмотря на то, что понимания хорошего или плохого, что можно и что нельзя, в разных странах различаются, ты принимаешь условия той среды социума, в котором ты живешь.

Теперь твои навязанные и привлеченные мысли начинают теснее переплетаться с твоими индивидуальными мыслями.

Дальнейшее развитие твоего сознания зависит от окружения, друзей, знакомых, партнеров, кумиров и авторитетов. Все твое окружение продолжает формировать твои предпочтения, твои принципы и твои убеждения.

Ты начинаешь принимать точки зрения одних людей и спорить с другими мировоззрениями. Ты принимаешь одни мысли и не принимаешь другие, не понимая источников их происхождения. Не понимая причины появления мыслей у других людей. Не понимая, почему они мыслят именно так, а не иначе.

Таким образом формируется:

- твой защитный механизм от мыслей других людей,
- твои ограничения восприятия,
- твое собственное поле мыслительных процессов.

Твои сознательные мысли превращаются в подсознательные, и ты перестаешь понимать свои реакции на те или иные действия, на те или иные мысли.

Я даже не говорю пока о причине происхождения мыслей.

Несмотря на то, что появление твоих мыслей стало результатом твоего выбора, что принимать, а что нет, ты теряешь независимую оценку и восприятие событий, происходящих с тобой.

Так как мысли определяют твое сознание и подсознание, ты всю свою жизнь постоянно ограничиваешь получение разнообразия своих мыслей и их появление в твоей голове. Сформированное тобою подсознание определяет появление твоих мыслей и влияет на них.

Иными словами, ты не в состоянии определить сейчас, какие мысли действительно являются твоими, а какие нет.

Возможно предположить, что понятие собственных мыслей довольно иллюзорно.

Основываясь на вышесказанном, я не могу достоверно утверждать того, что мысли являются действительно моими мыслями.

Отчасти ты можешь предположить, что это твои мысли. Но когда ты рассмотришь историю их происхождения и причину их появления, то все выглядит не так однозначно. Хотя, откровенно говоря, не многие об этом задумываются. А зачем все усложнять и без того сложное, не правда ли?

В настоящий момент мы рассматриваем вполне очевидные рассуждения и не затрагиваем вопросы, находящиеся за пределами нашего сознания.

ЧТО ЖЕ ТАКОЕ МЫСЛИ?

Могу лишь с уверенностью говорить о том, что у каждого из нас есть свое определение. И еще более уверенно могу сказать, что ты практически об этом ничего не знаешь, как и я.

Ты слышал неоднократно:

- Мысли появляются ниоткуда.
- Мысли летают.
- Мысли материальны.
- Мысли как ты сам.
- Мысли – это энергия.
- Мысли – это действие нашего ума.

Но вряд ли кто-то может уверенно ответить на вопрос, где находятся мысли. Как правило, можно услышать ответы:

- В твоей голове или сердце.
- Где-то внутри тебя.
- Где-то наверху, там, где нами кто-то управляет.

И т. п.

Где находятся мысли?

Думаю, сложно поспорить с научными знаниями и исследованиями, которые утверждают, что все вокруг нас вибрации. Человек также представляет собой вибрацию – собственную, индивидуальную и уникальную.

Смею предположить, что твои мысли – это тоже вибрации, каждая из которых имеет свою частоту, амплитуду, электромагнитную составляющую и другие известные и неизвестные компоненты, относящиеся к вибрационным характеристикам поля.

Другими словами, все пространство, окружающее нас, наполнено мыслями.

В настоящий момент не столь важно, находятся они вверху, сбоку или внутри нас.

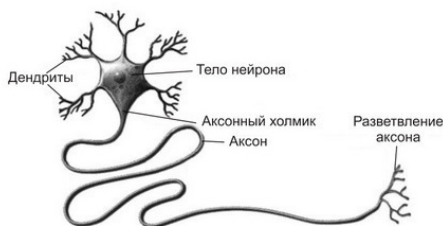
Тот факт, что окружающее пространство наполнено мыслями, многое может объяснить в моих рассуждениях на эту тему.

Все существующие утверждения или знания – всего лишь предположения, исходя из тех данных и знаний, которыми мы обладаем в настоящий момент. Часто случается, что при открытии новых знаний, прошлые утверждения теряют свою силу, попадая в разряд возможных вариантов и предположений. Но об этом поговорим чуть позже.

Как возникают мысли?

Человека можно представить как некую электромагнитную систему, в которой присутствует источник энергии и приемопередатчик. Деятельность мозга связана с генерацией большого количества электромагнитных импульсов, которые возникают в миллиардах различных нейронов.

Стоит только взглянуть на структуру нейрона, как сразу станет видно, что его строение напоминает приемопередатчик.



Ни у кого не вызывает сомнений, что человек излучает вибрации и энергию. Ты чувствуешь свое тепло и тепло другого человека. Ты чувствуешь вибрации как собственные, так и другие. Можно почувствовать сразу или после простых упражнений или тренировок восприятие своих энергий и вибраций.

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.