

## **Я и мои мысли**

Древние мудрецы утверждали: "Все, чем мы являемся, есть результат того, что мы думали. Наша жизнь основывается на наших мыслях и создается нашими мыслями. Мы видим вещи не такими, какие они есть, а такими, какие мы есть ". Отсюда величайший секрет, который знали мудрые люди всех столетий: если хочешь изменить свою жизнь - измени себя. Или, точнее, - измени свои мысли. Только наше сознание превращает окружающие вещи, события и людей в добро или зло, а нас самих - либо в счастливчиков, либо горемык. Либо в неудачников, либо в победителей.

Как ученые объясняют удивительную силу мысли? Дело в том, что для разума мысль реальна. Более реальна, чем вещь. Этот закон души объяснил еще немецкий философ Иммануил Кант: "Чтобы видеть, надо знать. Как мы мыслим, так мы и видим, так и чувствуем". Наш ум, выбирая слова, мысли, тем самым, оказывается, формирует чувства. Каждая мысль порождает чувство. Каждое слово - это капелька бальзама или отравы для души. Ум больной, негативный выбирает злые и грустные мысли и тем самым формирует злость и обиду. Ум здоровый, позитивный выбирает спокойные и добрые мысли и формирует душевный покой и радость.

Неограниченная, почти божественная сила мысли имеет еще и другую, более глубокую причину: "Мысли обладают информационной энергией, которая и формирует человека, и даже определяет события его жизни, - говорит московский ученый Петр Гаряев. - Наши мысли, благодаря вездесущей энергии торсионного поля, создают резонанс в высшем Духовном мире, а тот соответственно организует события нашей жизни, события физического мира! "Что вы думаете о людях, то и будет вам, то растет и в вас".

Давайте же попробуем - постараемся! - усвоить этот нехитрый, но мудрый урок: мы есть то, что мы думаем. Любая мысль оставляет свой след. И если мы не хотим болеть и страдать, но желаем радоваться жизни, нам следует говорить обо всем только хорошее: о себе, о людях, о мире. И,

главное, так же думать. И тогда все в вашей жизни будет складываться как нельзя лучше!

Ответив на предлагаемые **вопросы**, вы сможете лучше понять себя, свои мысли и желания; наметить новые цели и способы их достижения.

1. Чему вы посвящаете больше времени: мыслям об успехе или о неудаче?
2. Чего вы больше всего хотите? Почему?
3. Есть у вас конкретная, определенная цель? Если да, то какая? Какие меры вы принимаете, чтобы достичь этой цели?
4. Формируете ли вы сами свое мнение или позволяете окружающим давить на вас? В каких случаях?
5. Ваши друзья, помощники умнее или глупее вас?
6. Какие привычки людей вас больше всего раздражают?
7. С возрастом вы становитесь более уверены в себе или менее?
8. Часто ли вы жалуетесь на плохое самочувствие? Если да, то какова причина?