

## ОСОБЕННОСТИ СИЛЫ МЫСЛИ ЧЕЛОВЕКА

Айдарханова Б.К., к.п.н., доцент КазУМОиМЯ имени Абылай хана,  
Алматы, Казахстан  
e-mail: [aidikrock@mail.ru](mailto:aidikrock@mail.ru)

**Аннотация.** Пока наши мысли под надежной защитой, но сотни успешных экспериментов призывают не забывать о невероятной силе мысли. Следите за тем, что и как вы думаете сегодня, потому что завтра это, возможно, изменит вашу жизнь.

**Ключевые слова:** Мотивация, способ тренировки, поле вокруг головы, мысль – это кодирование образа.

Сотни мыслей проносятся в голове каждого из нас ежеминутно. Но что такое мысль?

Мы не можем представить, как она выглядит, не ощущаем ее ни одним из органов чувств. Но некоторые исследователи наделяют ее невероятной властью. Столетиями люди слагали мифы о тех, кто способен был перемещать предметы силой мысли или угадывать намерения других людей. Долгое время эти идеи не признавались наукой, принимались за что-то мистическое. Сегодня мысль - объект пристального внимания ученых.

Как рассказал доктор медицинских наук, член-корреспондент РАН Алексей Иваницкий, мысль - это процесс в мозге, который возникает, когда появляется определенная мотивация и нужно достичь какой-то цели, которая не является однозначной. Решение нужно найти тогда, когда есть выбор, и эти предпосылки необходимы для того, чтобы возникло мышление.

«Мышление неразрывно связано со свободой выбора. Где нет выбора - нет и мышления. Поэтому свобода неотъемлема от мышления, она может быть разной, как в очень узком диапазоне, так и кончая свободой в самом ее широком смысле», - сказал Иваницкий.

Изучая мышление, ученые пришли к удивительному выводу. Оказывается, стоит только подумать о каком-либо действии, мы заставляем мозг работать, а мышцы напрягаются так, как если бы мы реально его выполняли. Этот секрет наши предки знали еще в глубокой древности. Во многих школах восточных единоборств силу мысли используют как способ тренировки. Достаточно представить, что выполняешь то или иное упражнение, и мышцы начинают работать, даже если тело неподвижно. Уже в наше время ученые провели эксперимент: они разделили испытуемых на две группы, каждая из которых должна была совершенствовать свои навыки игры на фортепиано [1].

Правда, одна из групп выполняла упражнения только мысленно, а вторая - обычным способом. Первые несколько дней навыки обеих групп испытуемых развивались одинаково. Затем группа, выполнявшая действия физически, стала немного опережать группу мыслителей. Но последним удалось очень быстро нагнать конкурентов после короткой физической

тренировки.

Многие ученые пошли дальше простых утверждений, что мысленно можно нарастить мышечную массу или отработать физические приемы. Некоторые исследователи используют силу мысли для восстановления пациентов после серьезных травм. К примеру, врач-нейрофизиолог Рамачирана может так лечить паралич.

Скажем, у человека парализована левая сторона тела, правая работает. Рамачирана ставит зеркало поперек и заставляет сгибать обе руки. Левая не сгибается, правая сгибается. Но в зеркале он видит, что двигается левая рука - зеркальное отражение правой. И через какое-то время у пациента наблюдаются явные улучшения.

По мнению профессора кафедры биоэкологии и ихтиологии МГУТУ Юрия Симакова, : еще тибетские мудрецы считали, что нас окружает «акаша-хроника», что в этом поле все записано, все наши мысли сводятся к тому, что мы должны поймать и войти в резонанс с волнами, которые есть в этом поле, в этой «акаша-хроник.

Каким-то загадочным образом считывать наши мысли и намерения удается домашним животным. Одни ученые объясняют это особенной интуицией и обостренными органами чувств наших питомцев. Другие - телепатической связью между животным и его хозяином. Эту связь еще в начале прошлого века исследовал академик Владимир Бехтерев.

Некоторые ученые связывают это с понятием ауры. Например, когда работает мозг, то появляется поле вокруг головы, которое и называется аурой. Ее видят собаки, они могут как бы читать мысль человека. Вот почему нацисты держали в качестве охранника не какого-то человека, а именно собаку. Человек подумает, что сейчас пистолет достанет, а пес уже это знает, считали они.

Академик Бехтерев провел эксперимент с несколькими сотнями дрессированных собак. Им посылались мысленные команды, которые те должны были выполнить. Действительно, большому проценту животных удавалось распознать мысленный сигнал исследователя. Но было немало и тех, кто никак на них не реагировал. Более того, далеко не все собаки из тех, что выполнили мысленную команду, смогли сделать это снова.

Психотерапевты в своей практике часто используют убеждения. Мысль материальна. Что и как мы думаем, способно изменить мир, в котором мы живем. Что же такое мысль с точки зрения психологии и как она работает? Оказывается, это не просто электрический импульс в головном мозге [2].

Как считает завкафедрой нейро и патопсихологии Института психологии имени Выготского РГГУ Андрей Жилиев, мысль - это некое кодирование образа или чувства. Для того чтобы мысль родилась, внутри между сознанием и бессознательным происходит обмен образами, с одной стороны, из сознания в бессознательное, а из бессознательного поступают чувства и ощущения, превращаясь в эмоции. На основе конгломерата этих механизмов рождается мысль, то есть работа сознания по преобразованию полученной информации в кодированные формулы. Другими словами, мысль

«обслуживает» образы и ощущения.

Вся психотерапия построена на умении правильно мыслить. Мы редко отслеживаем, какие мысли каждую конкретную секунду приходят к нам в голову. Психологи считают это упущением. Они уверены: умение выстраивать свои мысли и в целом ход мышления - сложная наука, которая гарантированно дает ощутимые результаты.

Психолог Наталья Покатилова считает, что любая психика стремится быть правой. Так устроен наш мозг, он хочет быть правым и всегда ищет подтверждения тому, что он прав, во что он верит. «Мы можем упустить какие-то благоприятные возможности, если мы настроены на негатив. Если мы настроены на позитив, если мы настроены не на то, чтобы избежать чего-то, а на то, чтобы что-то получить, мы будем искать эти возможности», - считает психолог.

Предположим, есть мысль, которая портит настроение и пугает, к примеру, «мир - очень опасное место». Вместо нее нужно сформулировать другую: «мир прекрасен и уютен». Ежедневное повторение этой мысли приводит к невероятным результатам: мозг как будто начинает принимать эту мысль как истину и меняет отношение человека к жизни в целом.

Скажем, вы мечтаете о яхте, но ничего не предвещает ее появления в вашей жизни. Вы очень четко формулируете свою цель, формируете образ конкретной яхты в своем воображении, распечатываете фотографию яхты мечты и вешаете ее потом над своим рабочим столом. Психологи утверждают: в этот момент вы делаете свой первый шаг к заветной цели. Андрей Жилиев говорит, что формирование потребности или желания не решается работой мысли. А вот конкретизировать потребность, «расчистить» для нее поле возможно. Жилиев называет этот механизм самовнушением, и внушение как раз на этом стыке и существует. То есть чистая мысль отдельно и ощущения отдельно, пока они не собрались в некое единство, не могут определить изменение состояния человека.

Для эксперимента по определению активности мозга используется беспроводной аппарат.

Разработчики обещают, что уже совсем скоро роботы смогут выполнять команды, посылаемые им силой мысли или, как говорят ученые, считывая биопотенциал мозга. Большое количество исследователей считает, что должны появиться новые интерфейсы, которые позволяют человеку напрямую управлять такими устройствами - почти силой мысли. Если ученым удастся разработать устройства, которые смогут считывать десятки наших мысленных команд, то это кардинально изменит нашу жизнь. Причем не через 100 лет, как это обычно обещают в фантастических романах, а через 10-20.

«Наши предварительные результаты говорят, что эта задача разрешима», - говорят психологи. В будущем, по мнению исследователей, наступит пора, когда появятся киборги. Это будет роботизированный организм, в котором находится человеческий мозг[3].

Правда, сейчас такие перспективы пугают: сейчас устройствами,

считывающими человеческие мысли, пользуются только подготовленные операторы, но нет никаких гарантий, что завтра все, о чем мы думаем, не появится в открытом доступе.

«Совершенно недопустимо с моральной точки зрения использовать какие-то совершенные приборы, какие-то достижения науки, чтобы без воли и без согласия человека вмешиваться в его внутренний мир или даже хотя бы читать его», - считает доктор медицинских наук, член-корреспондент РАН Алексей Иваницкий.

Пока наши мысли под надежной защитой, но сотни успешных экспериментов призывают не забывать о невероятной силе мысли. Следите за тем, что и как выдумаете сегодня, потому что завтра это, возможно, изменит вашу жизнь.

#### ЛИТЕРАТУРА

- [1] Алекс Новак «Книга которой нет», в 3-х частях. – Питер, 2018. – 128 с.
- [2] Джон Кехо «Подсознание может все»(пер.с англ.). – Питер, 1998. – 102 с.
- [3] Джозеф Мэрфи «Как использовать законы разума». – М., 2014. – 272 с.

#### REFERENCES

- [1] Aleks Novak «Kniga kotoroy net», v 3-kh chastyakh. (The book that doesn't exist", in 3 parts). – Piter, 2018. – 128 s. [in Russ]
- [2] Dzhon Kekho «Podsoznaniye mozhet vse»(per.s angl.). (The subconscious mind can do anything). – Piter, 1998. – 102 s. [in Russ]
- [3] Dzhozef Merfi «Kak ispol'zovat' zakony razuma». (How to use the laws of reason). – M., 2014. – 272 s. [in Russ]

#### АДАМҒА ТӘН ОЙ КҮШ ЕРЕКШЕЛІКТЕРІ

Айдарханова Б.К., к.п.н., доцент Абылай хан атындағы ҚазХҚжәнеӘТУ,  
Алматы, Қазақстан e-mail: [aidikrock@mail.ru](mailto:aidikrock@mail.ru)

**Аңдатпа.** Біздің ойымыз сенімді қорғаныста болғанымен, жүздеген сәтті эксперименттер ойдың керемет күші туралы ұмытпауға шақырады. Бүгін не және қалай ойлайтындығыңызды қадағалаңыз, өйткені ертең бұл сіздің өміріңізді өзгерте алады.

**Тірек сөздер:** мотивация, жаттығу әдісі, бас айналасындағы өріс, ой - бұл бейнені кодтау.

#### FEATURES OF THE POWER OF HUMAN THOUGHT

Aydarhanova B.K., c.p.s., associate professor Ablai Khan KazUIRandWL,  
Almaty, Kazakhstan e-mail: [aidikrock@mail.ru](mailto:aidikrock@mail.ru)

**Abstract.** While our thoughts are under reliable protection, but hundreds of successful experiments call us not to forget about the incredible power of thought. Keep track of what and how you think today, because tomorrow it may change your life.

**Keywords:** Motivation, training method, field around the head, thought is video encoding.

*Статья поступила 17.20.2020*