Автор: admin
19.09.2011 15:22 - Обновлено 31.10.2014 13:28

Последние силы никогда не кончаются? Часть 1.

У каждого достаточно сил, чтобы нести свой крест

Есть такая притча. Одному человеку казалось, что он живет очень тяжело. И пошел он однажды к Богу, рассказал о своих несчастьях и попросил у него: «Уж больно тяжел мой крест – сил больше нет его нести. Можно я выберу себе другой, полегче?». Посмотрел Бог на человека с улыбкой, завел его в хранилище, где были кресты, и говорит: «Выбирай».

Зашел человек в хранилище, посмотрел и удивился: «Каких только здесь нет крестов – и маленькие, и большие, и средние, и тяжелые, и легкие». Долго ходил человек по хранилищу, выискивая самый малый и легкий крест. Наконец выбрал – самый маленький-маленький, легенький-легенький крестик. Подошел, довольный, к Богу, и говорит:

– Вот, Боже, я выбрал крест, который мне понравился больше всех. Можно мне его взять себе?
– Можно, – ответил Бог и еще раз улыбнулся. – Это твой собственный и есть.

В каждом из нас заложено столько сил, чтобы справиться с любым испытанием. Бог никому не возлагает на плечи ноши большей, чем может вынести человек. О том же говорит старая пословица: «последние силы никогда не кончаются».

Чтобы установить мировой рекорд, нужен… один гипнотизер?

Американский журнал «Америкен сайентист» в начале прошлого века опубликовал статью, в которой рассказывалось о том, как под воздействием гипнотизера несколько мужчин-добровольцев (не спортсменов) поднимали гирю.

Гипнотизер внушил им, что гиря намного легче, чем указанная на ней цифра, и поэтому они должны поднять ее столько-то раз. И все мужчины подняли гирю нужное количество раз. После нескольких минут отдыха гипнотизер приказывал поднять гирю снова – на несколько раз больше, чем прежде. И вновь все участники эксперимента успешно справились с заданием. После очередного отдыха, последовало новое задание – поднять гирю еще большее количество раз. Несмотря на возросшую сложность, и это задание было выполнено.

И тогда исследователи решили пойти еще дальше: гипнотизер предложил поднять гирю такое количество раз, которое соответствовало мировому рекорду (на то время). И, к величайшему удивлению ученых, все участники, никогда до этого не занимавшиеся гиревым спортом, повторили рекорд! Более того, некоторые из них выразили желание продолжить эксперимент, однако по настоятельному требованию наблюдавших за ним врачей его пришлось прекратить.

Совсем недавно один из научных журналов рассказал о похожем эксперименте. На этот раз две группы мужчин сжимали кистью динамометр. Через определенный отрезок времени задание повторялось, и экспериментаторы фиксировали очередные цифры.

Казалось бы, что тут интересного? А вот что: одна группа мужчин с каждой новой попыткой показывала все меньшие и меньшие результаты, в то время как другая группа, несмотря на усталость, стабильно демонстрировала те же или даже более высокие показатели силы рук.

В чем тут секрет? Вы, наверное, уже догадались. Вторая группа работала с профессиональным психологом-гипнотизером. Заставляя своих подопечных поверить в безграничность собственных сил, гипнотизер всего лишь за несколько минут превращал обычных людей в необычных.

Наша душа живет не в голове, а в сердце. А что такое душа? Это «дыхание» Бога, настоящее и бессмертное ядро нашего «Я». Из законов физики известно, частица вещества обладает теми же свойствами, что и его целая часть. Для Бога нет ничего невозможного. И если мы – частица Бога, значит, и для нас нет никаких преград, кроме тех, которые мы сами себе возводим. Если бы мы всегда помнили об этом, то меньше бы волновались по поводу различных неудач и неурядиц.

Как гласит известное выражение, «если Бог с нами, то кто против нас?». Один из героев пьесы Кристофера Фрая «Корабль пленников» восклицает: «О, эти сказочные крылья, что без дела сложены в душе моей!». Если бы мы помнили, какие исполинские силы в нас дремлют, какие горы мы могли бы в своей жизни свернуть!

«Настоящие мужчины украшений не носят»

Один из самых мудрых советов звучит так: «Познай себя». Все, что человеку нужно, уже у него есть. «Вся Африка со всеми ее чудесами находится в нас самих». И чтобы раскрыть наши истинные способности, не нужен никакой гипнотизер. Загипнотизировать, или, как принято сейчас говорить, запрограммировать мы можем себя сами. Как? Прежде всего – целенаправленными и постоянными позитивными мыслями о себе и своих возможностях.

Наполеон Хилл, автор знаменитой книги «Думай и богатей», отмечал, что анализ психологических портретов тех, кто добился успеха (не имеет значения в какой области) показывает: почти 90% из них – это люди с высокой и нормальной самооценкой. И только около 10% – с заниженной.

«Скромность, – утверждал Чарли Чаплин, – прямая дорога к безвестности». Или, как пошутил Юлиан Тувим, «скромность, конечно, украшает человека, но настоящие мужчины украшений не носят». Низкая самооценка – это самоослабление: «я не могу», «я не достоин», «я не смею», «я не способен»… Высокая самооценка – это самоусиление: «я могу», «я сумею», «я достоин», «я справлюсь», «я добьюсь»…

Низкая самооценка – пожалуй, самый высокий забор, что стоит на нашем пути к успеху и счастью. И не важно, кто его воздвиг – наши ли родители или учителя неверным воспитанием, или же мы сами – неправильным отношением к себе и собственным неудачам. Важно то, что никто кроме нас не сможет сломать этот забор.

Все наши слова и поступки – лишь проекция нашего отношения к себе. Кем себя считаем, так, соответственно, и ведем, и говорим, и живем. Если верим, что можем, значит,

сможем! Если думаем, что не можем, значит, никогда не сможем — даже если весь мир будет нам помогать.

«Человек устроен так, – утверждал французский писатель Лафонтен, – что когда что-то зажигает его душу, все становится возможным». Отсюда вывод: хотите увидеть чудо – сначала поверьте в него.

Автор - **Александр Казакевич**

Источник