

Екатерина Минаева

АВТОМАТИЧЕСКИЙ
УНИЧТОЖИТЕЛЬ
ИЛЛЮЗИЙ,

ИЛИ

150

ИДЕЙ

ДЛЯ УМНЫХ
И КРИТИЧНЫХ

Те, кто носит розовые очки, отложите книгу,
пока не покалечились.



Екатерина Минаева
Автоматический уничтожитель
иллюзий, или 150 идей
для умных и критичных

текст предоставлен издательством «Центрполиграф»

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=2901365

*Екатерина Минаева. Автоматический уничтожитель иллюзий, или
150 идей для умных и критичных: Центрполиграф; Москва; 2011
ISBN 978-5-227-02902-7*

Аннотация

Эта книга состоит из концентрированных мыслей обо всем, эдаких маленьких эссе, которые надо думать, обдумывать и додумывать, а потом еще раз к ним возвращаться.

Содержание

Введение	4
1. Вера vs Личный опыт	9
2. Личный опыт vs Вера	10
3. Истина и идеал	11
4. Истина, идеал и реальность	12
5. Люди идеала	13
6. Люди истины	14
7. Правда или истина?	15
8. Смотреть на мир глазами Будды	16
9. Узнавание информации	17
10. Идти своим путем	18
11. Игры ума	19
12. Программы, диктующие поведение	20
Конец ознакомительного фрагмента.	21

Екатерина Минаева

Автоматический уничтожитель иллюзий, или 150 идей для умных и критичных

Посвящается юному исследователю, который живет в каждом из нас до самой смерти. По крайней мере, я сильно на это надеюсь.

Особая благодарность моей подруге и ученице Саше Ивановой, без которой эта книга, скорее всего, вообще бы не состоялась.

Введение

Я знаю, что введения почти никто читать не любит, потому что там сплошь пустые фразы. Я их тоже всегда пропускаю. Но это введение пропустить нельзя никак, потому что это в общем и целом инструкция к книге. А книга эта не совсем обычная.

Те, кто читал мою первую книгу – «Ментальный диалогос, или Как избавиться голову от тараканов», – знают, что

по моим книгам можно и нужно именно что работать. Я хоть и теоретик, но очень практический теоретик, и всю свою теорию, которую излагаю в книгах и статьях, делаю очень удобной для пользования.

Так вот, давай я тебе расскажу, для чего написана, и как устроена эта книга, и как ее правильно читать, чтобы был толк.

В какой-то момент жизни мне захотелось передать накопленные знания. А поскольку знаний у меня ну очень много, то пришлось бы написать и много книг, а с моей ленью это категорически нереально. Первую книгу я написала за время, стремящееся примерно к бесконечности... И вот я решила, что единственный выход – заставить читателя думать над каждой фразой, чтобы в каждом абзаце было несколько смыслов. Тогда и писать много не надо, и мозг его, то бишь читателя, не будет, как обычно, потреблять интеллектуальную жвачку, а поработает вполне самостоятельно.

Так и родилось сие творение – книга, состоящая из концентрированных мыслей обо всем, эдаких маленьких эссе, которые надо обдумывать и додумывать, а потом еще раз к ним возвращаться. Я писала о вещах и явлениях, имеющих несколько смыслов. Профану они покажутся банальными, но более глубокий человек увидит в них еще один слой, а потом, возможно, еще и еще.

Отнесись к этим маленьким эссе как к загадкам, – даже если сейчас ты не видишь в них особой глубины, попробуй

ее поискать. Это будет своеобразным тренажером для твоего ума и испытанием для мудрости. Даже если глубокого смысла в каком-то эссе ты так и не найдешь, в процессе собственных размышлений ты получишь больше, гораздо больше. Собственные выводы всегда важнее, собственные открытия всегда более ценны, чем чьи бы то ни было еще.

Эту книгу не надо открывать наугад, напротив, читать ее надо подряд, так как составлена она продуманно, одно в ней вытекает из другого. Иногда я ссылаюсь на то, о чем уже писала, так что если начать читать с середины, можно многое потерять.

Теперь немного о том, как вообще правильно читать книги, по крайней мере нехудожественные. Дело в том, что обычно мы читаем не конструктивно. Вместо того чтобы получать из книг новые знания, мы просто соотносим написанное с нашим опытом, а то, что выходит за его пределы, отбрасываем. Я тоже до поры до времени так читала, пока не наткнулась в одной из книг на подобное объяснение.

По сути, мы идем по тексту так: ага-ага, с этим я согласен – ой, тут что-то непонятное какое-то – а это ерунда какая-то – но вот с этой фразой я, правда, согласен... и так всю книгу. Только где здесь процесс размышления, скажи мне, где здесь обогащение новыми знаниями? Здесь просто сортировка информации на известное и неизвестное, соответствующее опыту и не соответствующее. А что толку так читать? Я знаю не один десяток людей, которые читают посто-

янно, буквально глотают книги, но умнее от этого не становятся, к сожалению.

Как я сейчас читаю книги?

Для начала я просматриваю книгу «по диагонали», отлавливая основные идеи и оценивая интеллектуальный уровень автора. Ведь, к сожалению, книги часто пишут прямо-таки идиоты какие-то. Зачем мне тратить время на подобные книги?

В общем, если автор достаточно умен, а его идеи мне на первый взгляд плюс-минус интересны и кажутся разумными, я начинаю читать книгу с полным доверием к автору. Просто я автоматически подразумеваю, что его мысли чего-то стоят. И даже если я с какой-то идеей при ближайшем рассмотрении окажусь в корне не согласна, я попытаюсь понять, что привело автора к ней, – ведь я уже знаю, что он не глуп и думал, что пишет.

Даже если я так и не соглашаюсь в итоге с этой идеей, я все равно кое-что получаю от прочтения, ведь и «от противоположного» можно надумать много чего интересного. Важно не пропускать непонятное или не соответствующее вашему опыту, а обдумать это со всех точек зрения. Задача – брать новый опыт, а не откидывать его как раз потому, что он тебе неизвестен. Обдумай и примерь на себя, а потом уж соглашайся или нет, принимай или отбрасывай.

И еще один момент... Эта книга достаточно жесткая, она написана для того, чтобы разрушать иллюзии, а не плодить

их. Так что если тебе чертовски нравятся твои розовые очки и доставляет удовольствие наматывание на кулак не менее розовых соплей, то отложи книгу, пока не покалечился. Если же ты готов узнать нечто важное ценой разрушения привычных представлений о мире и избавления от иллюзий – о'кей, добро пожаловать в реальность!

1. Вера vs Личный опыт

Вся информация этого мира делится на две части. Первая часть, большая, – это то, что мы узнали от кого-то, где-то прочли, посмотрели по телевизору и т. п. Вторая часть, заметно меньшая, – это то, что мы познали в качестве собственного опыта. Что-то обдумывали и в конце концов додумались, сами проанализировали какие-то события и сделали выводы, сами столкнулись с новой для себя ситуацией и вынесли из нее что-то полезное...

Первое я называю «знания о...», а второе – личный опыт.

По сути «знания о...» – чистой воды вера. К примеру, вера в молоток. Веришь ты в него или нет, а если ты его в глаза не видел и в руках не держал никогда, он для тебя остается абстракцией, пока ты не возьмешь его наконец в руки.

2. Личный опыт vs Вера

Другое дело – личный опыт. Личный опыт – это инструмент. Если ты знаешь о том же молотке из личного опыта, то ты можешь взять его и забить сколько угодно гвоздей. Хоть дом строй, хоть гроб сколачивай, в зависимости от направленности или потребности.

Любой инструмент должен оказаться в руках в тот момент, когда ты начинаешь с ним работать. А если опыт использования инструмента уже имеется, так и вообще прекрасно!

Опирайся на личный опыт, если хочешь менять свою жизнь. Тебя заинтересовало что-то из области «знаний о...»? Возьми это, рассмотри, попробуй на зуб и преврати в личный опыт. Иначе жизнь твоя будет стоять на фундаменте из иллюзий, который не выдержит ветра первых же более или менее серьезных испытаний. И придется все начинать сначала. А оно тебе надо?

3. Истина и идеал

Существует интересный исторический документ, очень древний. Называется он «Праведы». Прадедушка Вед. Он толстый и труднопреодолимый, но за одну эту фразу его можно полюбить:

Ты жаждешь истины?

Но истина ужасна.

Позволено не многим любить ужас.

Всего скорее, ты жаждешь идеала.

Идеал прекрасен. Любить его так просто.

Прежде чем читать дальше, дай себе труд задуматься о том, что стоит за этими словами. Почему истина ужасна? Ее принято видеть чем-то, что даст счастье и свободу, но, боюсь, перед нами одна из самых распространенных и самых опасных иллюзий.

4. Истина, идеал и реальность

Истина тесно связана с понятием реальности, если понимать ее как «то, что есть на самом деле». А реальность, когда смотришь на нее без розовых очков, далеко не хороша. Она и не плоха, просто она разная, она охватывает весь диапазон от мрачного негатива до сияющего позитива. А если оценивать реальность человеческого сообщества, то придется сказать, что оно застряло в зоне вопиющего негатива. Сомневаешься? Ну,ними уже наконец свои розовые очки и приглядись – увидишь.

Истина – суть максимально честное отображение реальности в твоей голове. Идеал – максимально приближенное к тому, что тебе хотелось бы видеть. Идеал всегда стоит напротив истины. И всегда ужасно зависит от нее.

5. Люди идеала

Противостояние истины и идеала очень хорошо видно во взаимоотношениях людей. Большинство из нас стараются соответствовать своему собственному идеалу, который, как правило, совпадает с идеалами других людей. Этот идеал нам внушили в детстве. Но беда в том, что этот идеал только оболочка, как скорлупа у яйца.

Некоторые люди имеют красивую «скорлупу», но какой за ней «цыпленок» – это десятый вопрос. За их идеальным поведением ты его не увидишь. Очень уж красива «скорлупа», очень уж нравится ей любоваться и очень уж не хочется ее разрушать, чтобы докопаться до «цыпленка».

6. Люди истины

Однако есть люди истины, чей «цыпленок» всегда у тебя на виду, и он истинный, то есть разный: то хороший, то плохой.

Людей истины окружающие не очень-то любят. Они ведь склонны любить хорошее, идеальное. Конечно, это легко, удобно и не больно. А истина, живущая внутри человека, несет на себе все его раны и деформации, которые он получал на протяжении многих жизней. Когда ты встречаешь человека, «цыпленка» которого ты можешь полюбить, отвергнув «скорлупу», – это твой человек, даже не сомневайся.

7. Правда или истина?

Правда отличается от истины, как все субъективное отличается от объективного.

Слепой не может видеть солнца, и его правда в том, что солнца не существует. Для него это правда, не ложь. Но истина в том, что солнце есть. Оно существует вне зависимости от того, видим мы его или нет.

Один видит мир под одним углом зрения и утверждает, что миром правят масоны и потому в нем все плохо. Он уверен в этом, и он не лжет ни себе, ни другим. Такова его правда. Другой ходит в радужных очках и уверен, что мир наполнен добром и любовью. Он в упор не видит войн, ненависти и деградации человечества. Но и он не лжет, просто его правда такова.

8. Смотреть на мир глазами Будды

Бессмысленно выяснять, кто прав, потому что правда о мире зависит от того, чьи глаза смотрят в мир. Истина же ни от чего не зависит. Она просто есть. Потому не спорь, отставляя свою правду, ведь на самом деле она не так уж важна, да к тому же слишком субъективна, чтобы подойти кому-то другому. Те, чья правда совпадает с твоей, и так будут с тобой согласны.

В принципе вот и весь секрет молчания тибетских монахов и индийских мудрецов. Правда у каждого своя, и все эти правды никак не совместить между собой, никак не привести к консенсусу. Нет смысла оспаривать чужую правду и продвигать свою. Зато есть очень большой смысл в том, чтобы привести свою правду как можно ближе к истине. Это действительно может изменить твою жизнь.

9. Узнавание информации

Как же найти свою правду, очищенную от иллюзий и в силу этого максимально приближенную к истине? Одной критичностью к чужому мнению ведь здесь не обойтись.

Нужно научиться узнавать «свою» информацию. Мы живем много жизней, и у нас есть колоссальный опыт, который бы давно сделал нас мудрецами, если бы мы его регулярно не забывали. Но мы забываем, таковы правила игры. Твое дело – как можно больше вспомнить. Для этого ты просто расслабленно читай разные интересные тебе психологические, научные или эзотерические книги. Выбирай их сердцем или интуитивно, не бери книги, внушающие опасение или отвращение.

Читая, ты не раз встретишь информацию, о которой с восхищением скажешь: «Точно, как же автор прав!» Это и будет узнанная тобой твоя правда.

10. Идти своим путем

Опасно соотносить свой путь с чьей-то чужой правдой. В пути тебя должно вести свое сердце. Сердце всегда чувствует, куда тебе надо идти, а куда совсем не надо. Сердце знает все опасности, которые могут подстеречь тебя на пути. Но сердце – оно может опираться только на свою правду. Следуя за чужой, ты перестаешь слышать свое сердце, а значит, теряешь свой путь.

Но на свой путь всегда можно вернуться, как бы далеко ты уже ни зашел. Достаточно просто остановиться и спросить себя: «А чего же я хочу на самом деле?» Ответ подскажет тебе твое сердце. Просто прислушайся к нему, и ты все поймешь.

11. Игры ума

Однако слушать свое сердце нам мешает наш же собственный ум. Он, конечно, штука полезная, если подчинить его себе, но у большинства людей он живет своей жизнью, практически независимой от всего остального: ни от тела, ни от сердца... При этом наш ум невероятно игривое существо. Иногда он устраивает такие фортели, что можно испугаться. Но большинство людей считают эти фортели чем-то нормальным.

Благодаря уму люди делают нелепейшие вещи. Они оправдывают то, что нельзя оправдать, и не делают того, что делать просто необходимо. Из-за этого в мире так мало счастья. Воспринимай ум как невоспитанное животное, которое надо подчинить себе. Не позволяй ему быть твоим хозяином. Тогда многое в жизни легко наладится.

12. Программы, диктующие поведение

В основном ум опасен тем, что в нем живут программы, которые диктуют нам наше поведение. А мы этого даже не замечаем. Просто делаем то, что нам ими приказано, и все.

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.