

Бобохонов Фаридун Аламшоевич,
магистрант 2 курса Университета «Синергия»,
заведующий кафедрой психологии Педагогический
институт Таджикистана в Рапшском районе, г. Гарм

Махмадуллоев Ахмаджон Саиджонович,
докторант (PhD) кафедры менеджмента и маркетинг
Национального университета Таджикистана, г. Душанбе

НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ПОНЯТИЯ И СУЩНОСТЬ СИЛЫ МЫСЛИ И РЕЧИ

Аннотация: В статье проанализировано и обсуждено понятие и сущность силы мысли и речи. Авторы проанализировали мнения отечественных и зарубежных ученых и определили понятие и сущность силы мысли и речи. В ходе своих исследований авторы предложили концепцию силы мысли и речи следующим образом: сила мысли и речи – это процесс воздействия на мысль человека индивидуально (на самого себя) или по отношению к другому лицу (лицам), которое в форме выражения мыслей реализуется словами и в результате оказывает положительное или отрицательное воздействие на человека и влияет на сознание, здоровье и жизнь человека.

Ключевые слова: понятие, сущность, сила, мысль, речь, позитив, негатив, поведение, чувство, эмоция.

Мысли и слова не новы для людей и нашего общества, они считаются обычным явлением. Однако сила мысли и речи, ее влияние на сознание и жизнь человека является важным и интересным явлением для многих людей, особенно в современном нашем обществе. Мы можем спросить любого человека, что он понимает в мышлении или речи. За ответ он обязательно выскажет свое мнение. Но если задаться вопросом, знаете ли вы, что мысли и слова обладают огромной силой и могут влиять на различные стороны жизни? В ответ большинство не ответит. Цель таких мыслей выражается в том, что, к сожалению, многие люди не знают, что причина большинства их проблем зависит от силы мысли и речи, а способ их решения также связан с силой мысли и речи. Следует отметить, что вопрос силы мысли и речи сравнительно мало внимания уделяется в научных исследованиях, о нем упоминали в основном успешные люди, известные ученые и психологи в форме статей, книг и мнений. Поэтому в нашем исследовании мы опирались на эти мнения, а также на собственный опыт и мнения. В частности, Саидмурад Давлатов в своей знаменитой книге «Я и деньги» отмечает, что «Все сегодняшнее богатство являются продуктом вчерашнего труда и мысли» [4, с. 24]. У А. Франса есть интересная мнение: «Нет более могущественной магии, чем магия слов и мыслей» [7, с. 30]. По поводу силы мысли и речи также интересно мнение Луизы Хэй и Шерил Ричардсон: «Мы обладаем мощной силой творчества. Каждая мысль, каждое наше слово управляет будущим» [1, с. 15].

Вопрос о понятии и сущности силы мысли и речи не подвергался всестороннему научному исследованию. Поэтому научно обоснованные мнения об их значении и сущности встречаются редко. Несмотря на это, в литературе и некоторых источниках существуют разные мнения о сущности и понятии мысли и речи и их силе. Одну из таких идей высказал Будда, согласно которому речь – одна из самых драгоценных ценностей на земле. Одно значимое слово лучше тысячи бессмысленных слов. Качество нашей речи прямо пропорционально уровню нашей жизненной силы. Это напрямую связано с тем, как мы



переводим в слова свои мысли, чувства и эмоции. Чем больше мы говорим хорошего или плохого о ком-то или чем-то, тем больше силы мы этому придаем. Речь – это инструмент общения, обладающий особой силой. В некоторых источниках сущность речи выражается так: Речь – это выражение наших мыслей. Каждое слово содержит большое количество информации. Слова, сказанные в сердце, — самая мощная сила. Слова укрепляют доверие. Убеждения направляют действия. Говори, что думаешь, и думай, что говоришь. Из этих мыслей следует, что слова действительно имеют великую силу. Много хороших мыслей выражено в последнем предложении, выражающем связь между словами и мыслями с учетом их силы. Первая часть предложения означает только скажи, то что думаешь. То есть наши слова должны основываться на мыслях. Вторая часть предложения наоборот подчеркивает: прежде чем что-то сказать, сначала подумай.

По поводу силы мысли в источниках и литературе существуют разные мнения. Основная проблема этого вопроса в том, что люди верят тому, что видят, и не верят тому, чего не видят. Сила мысли также относится к числу вещей, которые невозможно увидеть глазом, и такая сила, как физические силы, наукой не доказана. В связи с этим А.Г. Егоров справедливо заметил, что мы привыкли к тому, что в таких объектах действуют силы, которые изучаются в физике, механике, различных технических и практических науках. Представители гуманитарных наук иногда говорят о силе духа и мысли, силе воли, силе нации, силе искусства и силе веры [6, с. 11]. По мнению В.И. Вернадский, мысль не является формой энергии. Как оно может изменить материальные процессы? Этот вопрос до сих пор не решен. Почему мысль не является одной из форм или видов энергии? Если мысль способна изменять себя, определять себя, то разве это не доказывает, что она также обладает энергией, хотя это не та форма энергии, с которой мы знакомы, и это не та энергия, которую мы обычно связываем с материальными объектами и процессы. Должны ли мы общаться? Все ли виды энергии мы уже знаем? Или это все-таки не сила мысли, а только обеспечение работы мысли? [2, с. 328]. Но, с другой стороны, еще Аристотель думал, что «... энергия мысли и мыслимое предметное мышление суть одно и то же...» [3, с. 234]. П.А. Флоренский делает интересное сравнение энергии тела, энергии звука и энергии мысли [11, с. 255]. М. Эпштейн считает, что энергия мысли равна массе знаний, помноженной на скорость разобщения и объединения ее элементов в области отражения [12, с. 39, 43]. По этим мыслям можно еще раз убедиться в том, что мысль человека обладает энергией, способной повлиять на его жизнь и разум (положительно или отрицательно).

О сущности речи и влиянии ее силы известные ученые высказали интересные мнения. В частности, Гоголь подчеркивает, что в каждом слове — бездна пространства. Каждое слово неизмеримо... Вольтер пишет, что красивая идея теряет свою ценность, если она плохо выражена. Речь – это сочетание понимания и чего-то...

Следует отметить, что процесс мышления и речи играет очень важную роль в жизни человека. Люди могут разрушить свою жизнь из-за слишком большого количества негативных мыслей. Люди могут разрушить жизнь другого человека, говоря негативно. Напротив, люди могут перейти к новой жизни с позитивными мыслями. Люди могут изменить свою жизнь и жизнь других, говоря позитивно. Мысли и слова содержат в себе такую силу, что мы просто не можем их понять. Одно слово может исцелить больного и сделать богатым бедного. Следует помнить, что страхи человека имеют характер реализации. Когда человек склонен думать и объектом его мыслей являются негативные вопросы, он погружается в эти мысли и не может вытащить себя из них. В результате его мысли создают в его сознании некоторые негативные выводы и отражаются на его поведении. То есть человек автоматически обращает внимание на реализацию своих мыслей. Говорить одновременно, то есть повторять что-то языком, тоже очень мощно. Когда человек выражает свои мысли после того, как он их



высказал, это означает частичное принятие или «запечатывание» этих мыслей. Эта ситуация еще больше ускоряет поток мыслей человека и проявляет эти мысли в поведении и движениях человека. Большинство людей, находящихся в негативном психическом состоянии и страдающих тревогой, страдающих различными психическими и физическими заболеваниями, не могут найти себя успешными и счастливыми, находятся именно из-за такого потока негативных мыслей. Поэтому людям необходимо постоянно мыслить позитивно и говорить позитивно. Даже в древней книге персидско-таджикского народа Авесте подчеркивалось, что это Хорошая идея! Хорошая беседа! Хорошее поведение!

По мнению ряда исследователей, мышление как важнейшая функция сознания имеет сложную многоуровневую структуру. Мышление – это не только функция сознания, но и основа познавательной деятельности человека и способ отражения действительности. Поскольку мышление существует вне речи, возникает проблема понимания смысловых корней мысли и речи [8, с. 248]. Каждый из нас – творец своей жизни, своего счастья. Сила мысли – это механизм, который реально работает и существует. Сила мысли настолько ясна и мощна, что она может как разрушить вашу мечту, так и помочь вам добиться в жизни всего, чего вы пожелаете. Если мысль выражена устно, она будет выражена более эффективно. По этому поводу Бертольд Брехт отмечает, что «Мысли материальны». Это мнение подчеркивают многие учёные. В частности, Роджер Сперри, всемирно известный нейропсихолог, получил Нобелевскую награду за доказательство материальности мышления. Дейл Карнеги отмечает в своей книге: «Несколько лет назад во время разговора меня попросили ответить на следующий вопрос: «Какой самый важный урок вы усвоили в жизни?» Ответ был прост. Мой самый ценный урок в жизни – осознать важность того, о чем мы думаем. Скажи мне, что ты думаешь, и я скажу тебе, кто ты... Наши мысли определяют, кто мы. Наше отношение к жизни является фактором, определяющим нашу роль. Эмерсон сказал: «Человек – это то, что он думает за день». По словам великого философа Марка Аврелия, «Наша жизнь – это то, что мы о ней думаем» [5, с. 100]. Из этих мыслей следует, что сила мысли и речи так же велика, как и человек, его жизнь и его личность. Если то, что человек и его жизнь определяется его мыслями и словами, то на самом деле это плохо и в то же время опасно.

Таким образом, в результате анализа изложенных мнений можно прийти к выводу, что сила мысли и речи еще не исследована научно на необходимом уровне, а их общепризнанная концепция не предложена. Однако исследователи, учёные, психологи и успешные люди задумались с точки зрения своего понимания сути силы мысли и речи. С учетом анализа их мнений можно представить понятие силы мысли и речи в следующем виде: сила мысли и речи – это процесс воздействия на мысль человека индивидуально (на самого себя) или по отношению к другому лицу (лицам), которое в форме выражения мыслей реализуется словами и в результате оказывает положительное или отрицательное воздействие на человека и влияет на сознание, здоровье и жизнь человека.

Сущность силы мысли и речи выражается в процессе их воздействия, который охватывает длительный процесс и состоит из нескольких взаимосвязанных этапов. Некоторые исследователи выразили это в виде формулы. Например: «Мысль (ситуация) → автоматическая реакция = рефлекс [9, с. 50]. П.А. Федоренко представил эту формулу совсем в другом виде: “С→М→Э→Р=Т; П”. В этой формуле знаки обозначают следующие значения: С – ситуация; М – мысл; Э – эмоция; Р – реакция; Т – телесная; П – поведенческая [10, с. 19]. Хотя вторая формула кажется более правильной, она не лишена недостатков. В частности, эмоция тоже считается разновидностью реакции, но в формуле она ставится перед реакцией. В результате анализа мнений и опыта мы пришли к выводу, что эта формула более обширна, и представляем ее в следующем виде:

$$МAM = \frac{П\К}{И+М} + \frac{О\К}{В+О+П} + \frac{П\К}{Ч+Э+П} = Р$$



В этой формуле символы обозначают имеют следующие значения: МАМ – механизм автоматического мышления; П\К – порождающий компоненты; И – информация; М – мысль; О\К – обрабатывание компоненты; В – воображение; О – образ; П – принятие; П\К – проявляющиеся компоненты; Ч – чувство; Э – эмоция; П – поведение; Р – результат.

Каждый символ формулы входит в группу компонентов потока воздействия силы мысли и речи.

1. Порождающий компонентов. Это элементы, вызывающие появление у человека позитивных или негативных мыслей:

- информация – такой компонент, информирующий человека о событии или ситуации. Это реализуется через зрение (глаза), слух (уши), мышление, чувство и другие способы общения. То есть человек входит в событие или ситуацию через информацию.

- мысль – считается таким компонентом, который оценивает найденные информации. Это делается посредством негативных или позитивных мыслей. То есть человек пропускает через свой мыслительный процесс ту информацию, которая была у него найдена из какого-то события или ситуации, и на основе этого о нем появляются положительные или отрицательные мысли. Этот процесс реализуется двумя способами: один — через «механизм автоматического мышления», который начинает работать сам по себе, как только появляется информация, а другой — через увеличение мышления из мыслей, появившихся из «механизм автоматического мышления».

2. Обрабатывание компонентов. Это компоненты, которые обрабатывают мысли, порождаемые возникающими компонентами, и заставляют человека принять их в положительной или отрицательной форме:

- Воображение – считается таким компонентом, который определяет негативные или позитивные мысли, возникающие во время воображения. То есть человек через эти порожденные мысли образно входит в это событие или ситуацию и представляет себя в ней.

Образ – считается таким компонентом, который создает закономерности из мыслей, решенных в ходе воображения, и моделирует эти мысли. То есть после того, как мысли проходят через воображение, они становятся шаблонами и становятся устойчивыми.

- принятие - считается такой составляющей, что в ходе данного события или ситуации возникли негативные или позитивные мысли о них, и эти мысли вышли за рамки воображения и превратились в роли, совершенно в одинаковой форме (позитивной или негативной), где встречаются мысли, идеи и закономерности, принимаются.

3. Проявляющиеся компонентов. Это компоненты, которые показывают состояние или принятое событие в человеке:

- чувство – это такой компонент, который проявляющий событие или воспринимаемое состояние в зависимости от формы восприятия (положительной или отрицательной). Чувства, как проявление полученных мыслей, сравнительно сильны и продолжительны, и если они положительные, то они сохраняют хорошее психическое состояние человека на некоторое время, а если оно отрицательное, то психическое состояние человека какое-то время будет сохраняться отрицательным, это сделает самооценку человека отрицательной и человек впадет в состояние эмоционального переживания. В зависимости от мысли эмоции могут быть положительными (например, чувства радости, счастья, любви и т. д.) и отрицательными (например, чувства обиды, вины, ненависти и т. д.).

- эмоция - считается таким проявляющимся элементом, который недолговечен по сравнению с чувствами и зависит от формы мысли. Эмоции могут быть положительными (радость, уверенность в себе, любовь, энтузиазм и т. д.) и отрицательными (страх, гнев, печаль, месть, волнение и т. д.). Если мысли человека воспринимаются положительно, то они



проявляются в виде положительных эмоций, а если они воспринимаются отрицательно, то, наоборот, проявляются в виде отрицательных эмоций.

- поведение - это самая конечная и основная часть проявления мыслей человека. Поведение также становится негативным и позитивным, и оно снова зависит от одних и тех же позитивных и негативных мыслей. Поведением принято считать действия самого человека, а также действия окружающих его людей. Поведение тесно связано с отношением, и они дополняют друг друга.

Все упомянутые компоненты выполняют свои конкретные функции и играют свою роль в жизни человека. Все компоненты, которые мы упомянули, в большинстве случаев выполняют свои функции последовательно. То есть выполнение функции последующего компонента зависит от предыдущего компонента. Человек получает положительную информацию, о ней появляются положительные мысли, затем человек пропускает эти мысли через свое воображение, и эти мысли превращаются в устойчивые образцы. После этого мысли принимаются в положительной форме. Эти принятые мысли могут проявляться в одном случае как в форме чувств, так и в форме эмоций, но чаще всего они проявляются в форме эмоций. Полученная мысль, преобразованная в эмоцию, проявляется в форме поведения.

В ходе исследования некоторых аспектов силы мысли и речи были сделаны следующие выводы:

1. Сила мысли и речи до сих пор не исследована научно на необходимом уровне и не предложено их общепризнанное определение. Однако исследователи, учёные, психологи и успешные люди задумались с точки зрения своего понимания сути силы мысли и речи. С учетом анализа их мнений можно представить понятие силы мысли и речи в следующем виде: сила мысли и речи – это процесс воздействия на мысль человека индивидуально (на самого себя) или по отношению к другому лицу (лицам), которое в форме выражения мыслей реализуется словами и в результате оказывает положительное или отрицательное воздействие на человека и влияет на его сознание, здоровье и жизнь.

2. Сущность силы мысли и речи выражается в процессе их воздействия, охватывающем длительный процесс и состоящем из нескольких взаимосвязанных этапов. Под этапами воздействия силы мысли и речи в основном понимаются компоненты, которые в совокупности образуют структуру этапов воздействия мысли и речи. Он состоит из следующих основных компонентов: информация; мысль; воображение; принятие; образ; чувства; эмоция; поведение. Все эти компоненты разделены на три большие группы: порождающий компоненты, обрабатываемые компоненты, проявляющиеся компоненты. Одной из составляющих процесса воздействия на силу мысли и речи является МАМ (механизм автоматический мышления).

Список литературы:

1. Вас ждет лишь хорошее. Поверь в себя и свои силы / Луиза Хей, Шерил Ричардсон; пер. с англ. П. Цымбаровича. – М., 2014. – 224 с.
2. Вернадский В.И. Химическое строение биосферы Земли и ее окружения. – М., 1965. – 374 с.
3. Гегель Г. Лекции по истории философии. Книга вторая. – СПб., 1994. – 423 с.
4. Давлатов С. Ман ва пул: ба мисли сарватмандон андешидан.– Душанбе, 2016. – 344 с.
5. Дейл Карнеги. Чӣ тавр ташвишу ҳаяҷонро пушти сар кунем то ҳаётамон орому шод гузарад? – Душанбе, 2005. – 168 с.
6. Егоров А.Г. Сила понятия / А.Г. Егоров // Научное мнение. – 2021. – № 6. – С. 10-17.
7. Ключ ко всем дверям / П. Сухова – М., 2016. – 288 с.



8. Колесников В.П., Энсис Е.И., Терехов В.В. Учимся правильно мыслить и правильно выражать мысль // Наука. Техника. Технологии (политехнический вестник). – 2021. – № 2. – С. 248-253.
9. Навязчивые мысли, страхи и ВСД. Как вернуть полноценную жизнь / А. Русских. – М., 2018. – 319 с.
10. Настройки для ума. Как избавиться от страданий и обрести душевное спокойствие / П. А. Федоренко. – М., 2018. – 320 с.
11. Флоренский П. А. У водоразделов мысли. – М., 1990. – 448 с.
12. Эйнштейн М. Знак пробела: О будущем гуманитарных наук. – М., 2004. – 864 с.

