



Стихи по мотивам произведений Марка Мэнсона. Часть 2

Татьяна Петухова

Татьяна Леонидовна Петухова

Стихи по мотивам произведений Марка Мэнсона. Часть 2

*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=72081445
SelfPub; 2025*

Аннотация

После прочтения и осмысления книг Марка Мэнсона (популярного английского писателя) я в стихотворной форме (для лучшего восприятия) изложила его подход к темам: в 1 части: Как быть и оставаться счастливым в нашем изменчивом мире; во 2 части : Роль надежды в жизни человека и что на самом деле помогает ему выжить в нашем современном, мире; а в 3 части : Как мужчине найти именно его женщину, вторую половинку или, чтобы она его нашла.

Во второй части поднимаются следующие вопросы: как ощущает и ведёт себя человек в нашем изменчивом мире, роль надежды в его жизни, как рождаются ценности людей, различные религии, иерархическая лестница, роль науки, индустрия развлечений, ИИ, интернет, что помогает выжить человеку, роль смерти, принцип человечности.

Татьяна Петухова

Стихи по мотивам произведений Марка Мэнсона. Часть 2

Обыденная храбрость, настойчивость и дерзость –
Ещё не героизм.

Должна звучать идея – надежда на спасение -
И открывать вам смысл.

Бывает ситуация чудовищная в нациях –
Исправь её герой.

Но и при мирной жизни
Случись вдруг заблудились мы,

Поможет сразу вырулить,
Ведь он за нас горой!

И не боится смерти он,
Его волнует прежде:
“Зачем? Ради чего?”

Подарит вам надежду
И отодвинет бездну
И осветит её.

А что даёт надежда простому человеку
И каждому из нас?

Она наполнит силой, желанием и смыслом

Всё бытие для вас.

Нам невозможно жить в непостижимости существования,

Мы здесь не просто так: во всем присутствует особый
смысл.

И важно сознавать своё здесь пребывание,

А помощь человеку как верный выбор оценить.

Мы проживём не зря,

Если поможем даже одному,

Облегчив навсегда его страдания.

Нам требуется только осознать,

Что всё проходит “по уму”

И далее продолжить испытания.

Надежда – лакомый кусочек для сознания,

А без надежды психика, как рыба без воды.

В её состав мотив и ценности призвали мы.

Надежда круче и важней, чем сами вы.

Ради неё мы умереть готовы.

А без неё нет смысла дальше жить.

Так будем же с надеждою дружить!

Противоположность счастью – это безнадежность,

Смирение и безразличие в крови

Депрессия как в крахе убежденность.

Поддерживай в себе надежду и живи!

Уход от безнадежности – первейшая задача.

Сознание над ней работает всю жизнь.

И, если не находит достойного сценария,
Приходит к вере – она вас защитит.
Опаснее бывает нигилизм,
Когда всё сводится не к цели, а приятному.
Он засоряет нашу жизнь
И отражает ценности невнятные.
Статистика приводит парадокс:
Богатая страна сложнее определяется со смыслом жизни.
Её народ не может выбрать цель.
И вместе с материальным призом
Он получает депрессивный хмель.
Мир прогрессирует,
Но наша жизнь воспринимается тревожнее,
Мы развиваемся,
А нас преследует отчаяние и стресс.
В том парадокс:
Чем лучше мир становится,
Тем большее поставлено на кон
И тем сложнее содержать надежды полигон.
Мы наблюдаем наш успех,
Он пребывает в прошлом.
Статистика его хранит и выдаёт.
А в будущее смотрит луч надежды.
Ведь только из него она придёт.
Надежду не волнует статистика из прошлого,
Проблемы, что когда-то были решены.

Мы вдохновенье черпаем в своём прекрасном будущем,
Куда надежда сбегала, и мы приглашены.
Надежда появляется и существует,
Если в наличии три вещи, что её волнуют:
Контроль, когда мы ощущаем управляемость судьбой.
А также ценность – ради чего готовы мы трудиться.
И группа, в какую вхожи мы.
Она туда же, как и вы стремится.
Если теряешь вдруг одну из них,
Другие тут же пропадают.
Надежда любит триединство,
Иначе след она теряет.
Контроль: казалось бы, он связан больше с разумом.
Эмоции здесь вовсе не нужны.
Прекрасно зная, как поступишь правильно,
Но что-то вас сбивает с верного пути.
Привыкли мы считать, что рушат всё эмоции:
Поддался им и потерял контроль.
Испортил дело, а решит проблемы все
Тот, кто способен удержать эмоции в узде.
И, если подарить контроль над ними разуму,
Избавим от неуправляемых страстей.
Однако это тоже не решает главного:
Вернуть осознанный самоконтроль себе.
Эмоции ещё как пригодятся!
Без них, как оказалось, нам не обойтись.

От них зависят все решения главные
Они толкают к действиям: на старт и понеслись!
Считалось потакать своим эмоциям – это
Иметь изъян в характере своём.
И все стремились к изменениям,
Пока не поняли, что это бесполезно, в основном.

В контроле над собой у человека
Участвуют две разновидности мозга:
Точный, объективный, исполнительный.
И чувственный, эмоциям родитель он.
Работают в тандеме,
Стараются решать насущные проблемы.
Получается это не просто:
Сочетать в себе две разновидности мозга.
Машиной сознания они управляют
И разные роли в дороге играют.
Думающий мозг всегда рационален,
Но медлителен и неактуален.
Чувствующий: на выводы бывает скор,
Необъективен, может содержать укор.
Чувствующий мозг почти неукротим,
Поэтому другой решил ему поддаться
Мы этим все скандалы прекратим, но
Нездоровые отношения всё же зародятся.
Когда совсем ослабнет Думающий мозг,

Настанет полная его капитуляция,
Все ваши цели будет отражать
Чувствительного мозга делегация.
Опасность культа чувств давно известна.
Такие люди чаще попадают в сеть
Религиозных лидеров, политиков —
Их групп не счесть.
Комфорт душевный создают им проходимцы,
Стараясь повернуть свои дела и смыться.
Чтобы не стать обманутым
И слыть хорошим человеком,
Извольте подчинить ваш Чувствующий мозг
Другому оберегу:
Поставить разум выше чувств,
А долг над искажением сознания
И быстренько прикрыть
Разбушевавшуюся ярмарку тщеславия.
История прослеживает разные этапы:
Там люди поклонялись то чувствам, то уму.
Не в силах различать, что хорошо, а что есть плохо.
Они теряли нить и даже стимул жить.
Так будем сохранять надежду:
В том главная задача —
Припрячь два мозга и попытаться в целое соединить.
Учитесь управлять собой
Через две разновидности мозга.

Сначала различать их функции между собой,
Затем подход искать
И разрабатывать стратегию их роста.
Мозг Думающий первым обучение начнёт,
Прислушиваясь к своему собрату,
Он базу отзывов эмоций соберёт
На предложения свои, идеи разного формата.
В процессе обучения он поймёт,
Что лучше проявлять сочувствие к Чувствительному бра-
ту,
А не бомбить его своими фактами стократно.
Затем, перебирая предложения,
Нащупает он положительной эмоции движение
И выдвинет идею с компромиссом
В обмен на что-то, что ему не близко.
С Чувствующим мозгом ладить не просто,
Лучше составить азбуку Морзе,
Где для каждой идеи своя эмоция стоит.
Диалога практика точнее определит.
Владея таким алфавитом,
Думающий мозг должен справиться со своим фаворитом.
Ведь к действию приводит Чувствующий мозг,
А Думающий поможет проложить к нему мост.
Два вида мозга чаще сходятся во мнениях,
Если имеют регулярное общение,
Находят точки соприкосновения и держат курс один.

Когда это случается, надежда в человеке возрождается.
Бывает Чувствующий мозг сбоит:
Никчемностью на всё он отвечает.
Ошибочно решает: заслужил...
И раз за разом по лбу получает.
Столкнувшись с чем-то жутким в прошлом,
Вместо того, чтоб сдачи дать,
Он проглотил эту обиду
И каждый раз теперь он будет заново переживать.
Однажды разобравшись с внутренней проблемой,
Наш Чувствующий мозг решит эту дилемму,
Вновь станет применять он верные суждения,
Оценивать, что было б хорошо, а что есть плохо,
И с Думающим мозгом выступать
Совместно и уже без всякого подвоха.
Чтобы понять механику эмоций в человеке,
Законы физики применим мы и здесь.
Реакция эмоций хранится в картотеке
И соответствует оказанному действию в противовес.
А если повезло: оставили в покое,
Вы просто продолжаете движение любое.
Если вам причинили боль или вы оказались должны,
Возникает моральный сбой и эмоции обнажены.
Они требуют заместить равновесием этот разрыв
И надежду восстановить, самоконтроль запустив.

Оплачивать той же монетой.

Закон справедливости, где ты ?

Эмоция точно подскажет

Равносильную меру ответа.

Мы стремимся к балансу,

Формируя моральную базу,

Определяем, что честно, что нет:

Культуры человеческой завет.

Кто с этим ладит виртуозно?

Две разновидности мозга.

Думающий генерирует знания,

Мыслит горизонтально.

Определяет, каков мир вокруг,

Замыкая логики круг.

Чувствующий мозг не отстаёт

И даже забегает он вперёд.

Каким мир должен быть, решает он,

События расставив вертикально,

Он формирует наши ценности, банально,

Расположив их в столбики до потолка.

На книжный шкаф похож тот замысел слегка. На верхней полке расположена ценность “семья”,

На самой нижней “смерть”, “несварение”.

Когда проживаю событие я,

Мозг принимает решение:

Чем ближе к верхней полке оно,

Тем лучше. Скорее выбирай его!
Выстраивая оптимальным образом свои приоритеты,
Мы растём, и оба мозга могут быть причастны к этому
эффекту.

Мозг Чувствительный решал: на какую полку, что поста-
вить,

А Думающий предлагал, как можно иерархию поправить.

Когда меняется иерархия ценностей,

Мы ничего не теряем, всё в целости.

Ведь не было волевого решения.

Мы просто фиксируем интереса снижение.

Уколы сожаления полезны,

О росте сообщают нам они.

И вновь маячит нам надежда,

А мы в неё навечно влюблены!

Помните, вам дали по лбу или по носу?

А вы ответить так и не смогли.

Чтоб выровнять разрыв моральный сразу,

Наш Чувствующий мозг решил всё упростить:

Прикинуться убогим и ослабленным

И прошлую обиду проглотить.

Так отзывается стремленье сохранять надежду,

Ведь справедливости достичь пока не удалось.

А значит тот, кто обижал вас,

Будет звёздочкой помечен.

И вы сразитесь с ним ещё не раз.

Разрыв моральный будет сохраняться долго.
Он станет нормой, если вдруг затянется реванш.
При этом снизится самооценка, родом из эмоций.
Её сооружает мозг – психолог-предсказатель наш.
Бывает получают награду незаслуженно.
И здесь разрыв моральный не заставит себя ждать.
Отсюда получается самооценка вся завышена,
И вы не в силах правильно её сформировать.
Вам кажется, что вы особенный,
Самооценка этому виной.
Не важно лучше вы иль хуже,
Но для себя вы истинный герой.
Так зарождается нарцисс,
Который требует к себе особенного отношения.
Как правило, невыносим
И ощущает центром он Вселенной.

Нам всем нарциссами не помешает быть.

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.