



12+

Ананда Десаи

**Можно ли  
изменить  
судьбу?**

# **Ананда Десаи**

# **Можно ли изменить судьбу?**

*<https://litres.ru/74151064>*

*ISBN 9785007009447*

## **Аннотация**

Такова судьба...

Мы с вами часто слышим подобное?

Но давайте разбираться.

В основе жизнедеятельности человека лежит мысль. А мысль порождает наши слова, говоря которые, мы программируем реальность, как внутри себя, так и снаружи!

Слова приводят человека к действиям, а действия уже формируют привычки.

Привычки же, в свою очередь, приводят к формированию основных черт характера. Посеешь характер — пожнешь судьбу.

# Содержание

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| Можно ли изменить судьбу?         | 5  |
| Миф о предопределенности          | 10 |
| Конец ознакомительного фрагмента. | 12 |

# **Можно ли изменить судьбу?**

**Ананда Десаи**

© Ананда Десаи, 2026

ISBN 978-5-0070-0944-7

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# Можно ли изменить судьбу?

Такова судьба...

Мы с вами часто слышим подобное?

Но давайте разбираться...

В основе жизнедеятельности человека лежит мысль. А мысль порождает наши слова, говоря которые, мы программируем реальность, как внутри себя, так и снаружи!

Слова приводят человека к действиям, а действия уже формируют привычки.

Привычки же, в свою очередь, приводят к формированию основных черт характера. Посеешь характер — пожнешь судьбу.

Поэтому, эту всю цепочку необходимо контролировать, начиная от мысли и до самого конца... Тогда мы минимизируем все «судьбинные» риски, которые нам выпадают на этой дороге жизни!

Судьба — это не дело случая, а результат выбора!



В каждом человеческом языке есть слово, обозначающее нечто, что предопределено свыше, что нельзя изменить, что должно случиться независимо от наших желаний и усилий. Судьба. Рок. Карма. Провидение. Мы произносим это слово в моменты, когда жизнь преподносит нам испытания: не сложилось, значит, не судьба. Мы утешаем себя им, когда что-то

не получается: видно, так было предопределено. Мы оправдываем им свое бездействие: что суждено, то и будет, ничего не поделаешь. Но что на самом деле стоит за этой фразой, какой смысл мы вкладываем в это слово, когда говорим такова судьба?

Фраза такова судьба может означать очень разные вещи. Иногда это принятие того, что нельзя изменить: смерть близкого, неизлечимая болезнь, природные катастрофы. В таких случаях вера в судьбу может быть утешением, способом принять неизбежное и не сойти с ума от боли. Но гораздо чаще эта фраза означает совсем другое. Она означает: я не хочу брать на себя ответственность. Она означает: мне страшно что-то менять, и я ищу оправдание, чтобы остаться на месте. Она означает: я смирился с тем, что мне не нравится, потому что боюсь усилий, которые нужны для изменений.

Задумайтесь: сколько раз вы говорили не судьба, когда на самом деле не приложили достаточно усилий? Сколько раз вы списывали на предопределение то, что было результатом ваших собственных решений или их отсутствия? Сколько раз вы успокаивали себя мыслью что будет, то будет, вместо того чтобы действовать? Вера в судьбу может быть удобной. Она снимает с нас ответственность. Если все предопределено, то я не виноват, что у меня не получилось. Если все предопределено, то можно ничего не делать и ждать, что само

случится. Если все предопределено, то мои неудачи — это не мои ошибки, а перст судьбы.

Но есть и другой взгляд. Есть понимание, которое пришло к нам от древних философов и подтверждается современной психологией: судьба — это не дело случая, не слепой рок, не предопределение, от которого нельзя уйти. Судьба — это результат выбора. Не одного выбора, сделанного однажды и навсегда, а тысячи маленьких выборов, которые мы делаем каждый день. Как говорили римские стоики: мы не выбираем, какие карты нам сдадут, но мы выбираем, как ими играть.

Ключевая модель, которая лежит в основе этой книги, проста и глубока одновременно. Ее можно представить как цепочку: мысль формирует слово, слово приводит к действию, действие формирует привычку, привычка создает характер, характер определяет судьбу. Каждое звено этой цепи связано с предыдущим и последующим. Нельзя изменить характер, не изменив привычки. Нельзя изменить привычки, не изменив действий. Нельзя изменить действия, не изменив слов. Нельзя изменить слова, не изменив мыслей. Но можно начать с любого звена. Можно начать с мысли сегодня, и через какое-то время изменится вся цепь.

Понимание этой цепочки дает ключ к управлению своей жизнью. Оно показывает, что судьба — это не что-то, что

случается с нами, а что-то, что мы создаем. Не за один день, не волшебным образом, а через последовательную, ежедневную работу над каждым звеном. Это не означает, что мы можем получить все, что захотим. Есть объективные ограничения: генетика, здоровье, социальные условия, в которых мы родились. Но в рамках этих ограничений у нас есть огромное пространство для выбора. И именно эти выборы, сделанные сегодня, завтра, послезавтра, складываются в то, что мы называем судьбой.

Цель этой книги — научить читателя осознанно управлять каждым звеном этой цепи. Мы начнем с анализа идеи судьбы: почему люди верят в предопределенность, как эта вера помогала и мешала на протяжении истории, почему современная наука не подтверждает жесткую предопределенность, но и не отрицает наличие объективных ограничений. Затем мы подробно разберем каждое звено цепочки: мысль, слово, действие, привычку, характер. Мы поймем, как они работают, как влияют друг на друга, как можно их изменить. И наконец, мы перейдем к практике: конкретным шагам, упражнениям, техникам, которые помогут вам начать управлять своей жизнью уже сегодня. Эта книга — не сборник красивых фраз о силе мысли. Это практическое руководство по превращению из пассажира, которого везет поезд судьбы, в машиниста, который сам выбирает маршрут.

# Миф о предопределенности

Судьба как объяснение: почему нам удобно верить

Вера в предопределенность имеет глубокие психологические корни. Это не просто культурный артефакт или религиозный догмат. Это защитный механизм, который помогает нам справляться с трудностями, неопределенностью и страхом перед ответственностью. Понимание этих механизмов — первый шаг к тому, чтобы перестать быть заложником своей веры в судьбу и начать действовать.

Судьба как способ снять с себя ответственность за неудачи — пожалуй, самая распространенная функция этой веры. Когда что-то не получается, легче сказать не судьба, чем признать, что я недостаточно старался, или выбрал не ту стратегию, или испугался и отступил. Признание собственной ответственности за неудачу требует смелости. Оно заставляет нас смотреть на свои ошибки, анализировать их, делать выводы. Вера в судьбу позволяет этого избежать. Не я виноват, что у меня не получилось, просто так было предопределено. Не я виноват, что выбрал не того партнера, просто судьба свела, а потом развела. Не я виноват, что не добился успеха, просто не суждено.

Судьба как утешение в трудных обстоятельствах — другая важная функция. Когда случается что-то тяжелое, что действительно нельзя изменить, вера в судьбу помогает не сойти с ума от чувства несправедливости. Если я верю, что всему есть причина, что все предопределено высшим смыслом, мне легче принять то, что случилось. Это может быть здоровой формой принятия неизбежного. Но проблема в том, что мы часто используем эту форму принятия там, где неизбежного еще нет. Мы сдаемся до того, как попробовали. Мы принимаем как судьбу то, что можно было изменить.

Судьба как оправдание бездействия — третья функция, тесно связанная с предыдущими. Когда страшно что-то менять, когда непонятно, с чего начать, когда усилия кажутся непомерными, легко сказать: что будет, то будет, не буду ничего делать, пусть все идет как идет. Это позиция пассивного наблюдателя, который ждет, что судьба сама все устроит. Но судьба ничего не устраивает. Судьба — это то, что получается из суммы наших действий или бездействий. Если мы ничего не делаем, мы получаем результат ничего не делания. И этот результат мы тоже называем судьбой.

# 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.