Автор: Marimeena
08.11.2009 06:39 -

Каждый из нас, так или иначе, знаком с чувством страха: от легкого, едва заметного беспокойства на заднем плане сознания, до бесконтрольной паники, поглощающей и парализующей рассудок целиком. При этом факторов вызывающих страх может быть неограниченно много, равно как и следствий. Из-за этого многие задаются вопросом: **ка к побороть страх**
? Что же такое страх, какова его природа и назначение? Попробуем в этом разобраться, рассуждая логически.

Страх свойственен всему живому, независимо от уровня его развития, будь то человек или растение, поскольку является неотъемлемой особенностью сознания, а если быть более точным - самосознания. Поэтому ответ на вопрос как побороть страх изначально будет неверен из-за того, что страх это часть сознания и с ней бороться не выгодно. Страх - это эффект сознания, проявляющийся как реакция на фактор неопределенности по отношению к чему-либо, и в зависимости от характера этой неопределенности, обретающее соответствующую форму. При этом всегда существует первичный страх, присутствующий в любом сознании априори - это страх смерти. Этот страх может иметь множество проявлений - от основных инстинктов самосохранения и размножения, до философских поисков смысла жизни. Следуя логике рассуждений, нетрудно сделать вывод о том, что причиной страха смерти является отсутствие объективного, подтвержденного собственным опытом представления о существовании жизни до рождения и после смерти. Поэтому задавать вопрос, как побороть страх, даже глупо…

Признание того факта, что любой страх имеет первоисточник может приводить к весьма интересным выводам, так например существование безусловных страхов или фобий, которыми человек обладает от рождения - является удивительным явлением, поскольку таким страхам не предшествуют какие-либо внешние факторы, а следовательно сознание обретает их еще до рождения. Всем известно, что Природа не терпит пустоты ни в чем, так доказано, что даже вакуум не является пустым. При возникновении пустот Природа незамедлительно стремится их заполнить, так пустота в сознании - являет собой ту самую неопределенность, о которой велась речь выше. Поэтому, в результате возникновения пустоты в сознании автоматически активизируется фундаментальный Природный механизм саморегуляции сознания - страх!

И стоит ли теперь задаваться вопросом, как побороть страх? Возникновение сознания в природе всегда сопровождается возникновением страха, в противном случае сознание не могло бы эволюционировать. Таким образом, то, что мы привыкли называть страхом, является лишь отдаленным следствием работы механизма, цель которого - сохранение

природного баланса и развитие сознания путем познания и устранения неопределенностей - преодолением страха (как побороть страх?).