

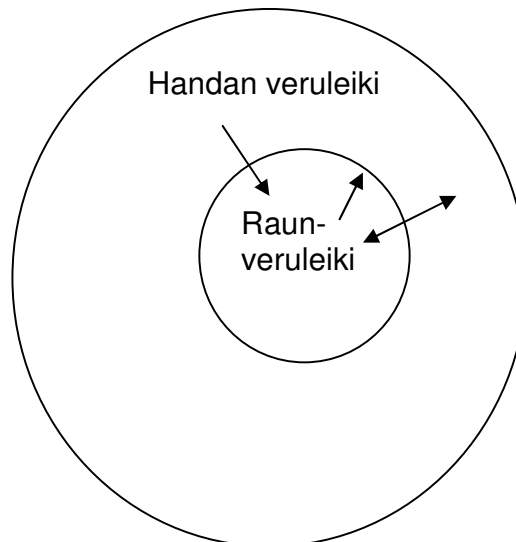
HUGUR OG HUGSUN? SEPTEMBER 2006

Spurningar hópsins:

- Hvernig getur maður ákveðið hvað sé raunveruleg hugsun? (Erla)
- Hvernig hugsum við? (Guðný)
- Hvernig getur hugsun eða minning látið mér verða kalt? (Pórdís)
- Maður getur hent hlutum úr herberginu sínu en ekki hugsunum. (Pórdís)
- Af hverju getur maður ekki munað það sem maður á að muna? (Erla)
 - Þá byrjar maður alltaf að hugsa um eitthvað annað, truflast af öðrum hlutum. (Anton)
- Hvað eru draumar? (Anton)

Hvað eru draumar?

- Minningar af einhverju sem maður hefur raunverulega séð eða upplifað
- Sumir draumar spá óbeint í framtíðina, t.d. dejavu. Þetta eru skilaboð frá handanveruleika, þess vegna segja þeir til um framtíðina



Gegn hugmyndinni um handanveruleika mætti ímynda sér að draumar sem síðan „rætast“ séu í raun bara tilviljanir – okkur dreymir allt mögulegt, flest af því er bull eða rætist aldrei, og segir okkur hugsanlega ekki neitt. En þetta er svo mikið af draumum að það er kannski ekkert skrítið þótt sumt af því sem þar birtist gerist síðan í raunveruleikanum.

- Draumar hafa alltaf einhverja merkingu, þ.e. þeir senda manni skilaboð sem skipta máli, oft dulin merking
- Draumar eru ekki hugsanir – þeir eru ekki rökréttir og ekki í samhengi og við höfum ekki vald á þeim eins og við á um hugsanir

- Þegar maður er hálf-vakandi/hálf-sofandi er eins og hlutir í kringum mann hafi bein áhrif inn í drauminn, t.d. þegar okkur dreymir að síminn hringi en það er þá vekjaraklukkan að hringja
- Draumar eru eins og geimurinn, þú veist ekki hvað þeir eru eða hvar þeir enda
- Við erum áhorfendur að draumaheiminum → en samt er líka eins og við höfum einhver áhrif á eigin drauma, sbr. t.d. þegar við vinnum úr vandamálum í draumum.
- Draumar eru eins og annar heimur. Stundum erum við bara áhorfendur að þessum heimi en stundum erum við leikendur í honum og höfum áhrif á það sem þar gerist.

Hvernig getur hugsun látið manni verða kalt?

- Gerist það? Já, alla vega hjá sumum, t.d. Þórdísi. Ef maður hugsar um hroll og kulda, þá fær maður hroll. Eða fær maður bara minninguna um hroll? Ef maður hefur upplifað kulda þá getur maður frekar upplifað það við svona ímyndun. Ef maður hefur aldrei upplifað kulda, þá gæti maður kannski ímyndað sér að maður væri að upplifa kulda út frá hugsun, en maður gæti ekki verið viss um að það væri rétt tilfinningin.
- Hvað er ímyndun?
 - Minningar úr ýmsum áttum settar saman á nýjan hátt?
 - Skynjun, hugtök, draumar o.fl. þússlað saman í huganum?
 - Eru það hugsanir sem verða til úr engu, t.d. ímyndunin um marsbúa sem enginn var búinn að hugsa áður?
- Hugsunin getur haft ýmiss konar áhrif á okkur: Getur reitt okkur til reiði, látið okkur verða kalt, pirrað okkur

Hvernig hugsam við? Eða hvað er hugsunin?

- Við tölum og þá fer hugsunin af stað...
Tungumálið (orð, hugtök) ↔ Hugsunin
- Hvernig væru samskipti án orða?
 - Við myndum ekki skilja hvert annað nógu vel, væri t.d. flókið mál að biðja um að fá að fara á klósettið
 - Við gætum ekki þekkt hvert annað VEL
- Erla: allir hugsa, allir hugsa á sinn hátt – allir sem hafa heila
- Guðný: við hugsam með heilanum
- Þórdís: við reynum að hugsa þannig að aðrir gætu skilið það og eins rökrétt og við getum
- Unnar: það eru hlutar í heilanum sem búa til hugmyndina, bera hana með taugum um allan líkamann. Mismunandi hugsanir valda mismunandi viðbrögðum í líkamanum, ógeðsleg hugsun veldur hrolli, góð tónlist gefur gæsahúð eða vellíðan
- Alexandra: við hugsam út af hlutum sem við höfum séð eða heyrt

- Hugsun er:
 - Við ákveðum hvað við ætlum að gera – vilji á bak við. Ósjálfráð viðrögð eru ekki hugsun, þess vegna hugsa plöntur ekki
 - Kjarni frumunnar vs. Heili dýra: frumur hafa ekki sjálfstæðan vilja, þess vegna hugsa þær ekki veirur vilja viðhalda stofninum – er það ekki hugsun? Að vilja viðhalda stofninum? Menn geta ákveðið að vilja ekki viðhalda stofninum
 - Í dái: ef við heyrum → þá hugsa ég í dáinu
- Hvernig getur maður ákveðið hvað sé raunveruleg hugsun? (Erla)
 - Hvernig veit ég hvort eitthvað sé raunveruleg hugsun?
 - Raunverulegt: Unnar er í stofu 222
 - Hugsun er raunveruleg þegar við sjáum hana birtast í líkamlegri tjáningu!!
 - Óraunveruleg hugsun: steinn étur mig – því hún getur ekki gerst í raunveruleikanum
: fóbíur, t.d. innilokunarkennd, að hugsa eitthvað sem á sér ekki stoð í raunveruleikanum, t.d. ofsahræðsla við kóngulær og hugsunin veldur raunverulega hræðslu

Niðurstaða: Það þarf að hafa heila til að hugsa, og vilja. Hugsun hefur áhrif út í allan líkamann á okkur og hún hefur áhrif á það sem við gerum. Hugsun getur fjallað um allt mögulegt. Ef hún fjallar um eitthvað sem er ekki raunverulegt (t.d. ég er kónguló) og ég upplifi þessa hugsun svo raunverulega að ég fer að trúa því að ég sé kónguló og haga mér í samræmi við það – þá myndum við kalla þessa hugsun óraunverulega og viðkomandi einstaklingur væri talinn geðveikur.