##### Эрнест Цветков

**Режиссура судьбы**

**(книга – тренинг)Пролог.**

«Для чего я пришел в мир? Почему в мире существуют страдание и зло? Какое это имеет отношение к моей жизни? Почему я страдаю?»

Мы часто задаем себе такие вопросы в юности, когда заняты поиском своего места в мире и исполнены надежд на счастье. Проходит время, и, получив хорошее образование, заработав хорошие деньги, женившись на самой красивой, или выйдя замуж за самого сильного и умного… вдруг потом убеждаемся, что мир не оправдал наших ожиданий, и не предоставил ответы на эти волнующие вопросы, а счастье, которое мы искали с младых лет, все не приходит.

Мы быстро обнаруживаем себя окруженными страданием – самым разнообразным: от недостатков близких, от своих неврозов, своей нереализованной сексуальности, от насущных материальных проблем, болезней и трудностей с собственными детьми.

И тут выясняется, что все окружающее убивает нас – не смертью физической, но смертью иной, смертью нашего бытия, нашей индивидуальности.

Временами нас охватывает чувство, что, исполнившись личной силы, мы обретаем способность любить и принимать – себя, другого, мир. Но как только мы приближаемся к другому: к своим - жене, или мужу, матери, или ребенку – их недостатки убивают нас. И мы или ищем справедливости, доказывая ближним, что они не правы, или закрываемся в себе, разными способами уходя от страдания в свой придуманный мир – через алкоголь, или бесчисленные телесериалы; изматывающие внутренние диалоги, или же размениваясь на пустые мелочи жизненной рутины, после чего тоска и разочарование с удвоенной силой атакуют нас.

…Некогда, студентом старшекурсником, усиленно занимаясь психиатрией и углубленно вчитываясь в Бальзака, я подумал о том, что «Человеческая Комедия» вовсе не исчерпала себя и до ее финала еще далеко. С бальзаковских времен утекло много воды. Прибыло не меньше. Человек с тех пор вроде все тот же. Но познания о нем (вместе с его печалью) приумножились.

Далекий от мысли переписывать великого писателя-ясновидца, я все же, озадачился вопросом, каким образом можно продолжить изучение бремени страстей человеческих, чтобы это бремя хоть как-то облегчить. Ответ пришел в процессе моего тогдашнего увлечения, выразившего себя в следующем – я завел большую картонную папку, куда складывал свои разночисленные описания тех или иных случаев человеческих проявлений, зачастую парадоксальных и не легко объяснимых в логике здравого смысла. И вдруг до меня дошло – а ведь я же, по сути, составляю досье… *досье на человека*! – Явился внезапный ответ.

С годами папочка полнилась, полнела, разрасталась в обширный файл. Какая-то ее часть перемещалась в страницы книг и периодики. Служебное пользование постепенно переходило в пользование общее. Тайное таяло, обнажая под собой явное. Это походило на увлекательное детективное расследование, сопряженное с постижением действия «небесной юрисдикции» на земле.

И, в конце концов, наступил момент, когда объявление - ПРИГЛАШАЮТСЯ ВСЕ ЖЕЛАЮЩИЕ НА ОТКРЫТОЕ СЛУШАНИЕ ПО ДЕЛУ О ЧЕЛОВЕКЕ – как мне кажется, может прозвучать уместно и своевременно.

Не мы начали данный процесс, он длится испокон веков. И не нам его заканчивать. Для этого существует судный (вероятно, он у каждого, все-таки, свой, индивидуальный) день. Но мы можем получить доступ к секретным материалам о себе самих, и пока не поздно, навести в них порядок и выйти из удушающего пространства страданий, из зоны смерти.

Но есть ли выход?

Он есть! И по нему можно начать движение, освобождая жизнь свою от мути, а, стало быть, и от смуты и от мучений, привнося в бытие свое ясность и легкость.

**Назначение Психономики в том, чтобы нести в мир новую жизненную практику, а не новую информацию, перемену жизни, а не новые концепции. И это очень важно понять.**

Посему психономика различает два вида познания:

*Рассудочное* – с помощью усилий нашего ума и *Откровение* – такое познание, в котором реальность сама открывается нам.

Однако, «истина» рассудка, способная привести к разрушению жизни, подрывающая сами основы нашего бытия, в каком-то более существенном смысле не есть истина.

 Но то, что постигается через откровение, не нацелено на внешнее раскрытие реальности через наш ум, а предполагает такое ее самораскрытие, через которое, преодолевая шаткость нашего бытия, мы приобщаемся изнутри к подлинной реальности.

Обладание истиной в первом смысле делает нас «учеными», но оставляет беспомощными. Истина во втором смысле дарует нам мудрость, которая неизменно перерастает в блаженство.

Блаженство же заключается в том, чтобы чувствовать себя дома в том мире, который не властна потревожить никакая повседневность – в мире внутреннем.

И на самом деле имеет значение лишь глубина внутреннего мира, в то время как все остальное – символы, знаки, всего лишь некие намеки, обманчивые проекции утомленной души.

Психономика учит и обучает тому, как развить и усилить в себе способность к Жизни, спокойствию, мудрости блаженства и блаженству мудрости, не прибегая при этом к различного рода допинговым средствам и не подпадая под какие бы то ни было влияния окружающей среды.

Именно поэтому психономика применяется и ориентируется во многих случаях, которые требуют разрешения самых разнообразных жизненных коллизий, даже таких, когда начинает казаться, что выхода из тупика никогда не последует и выводит из этого тупика, потому что она за довольно короткий срок позволяет

**Разобраться** в себе – как в темной комнате, к тому же заваленной хламом, и ответить на вопросы: «Почему со мною это происходит?», «Что меня ожидает в дальнейшем?», «Каковы закономерности моей судьбы?»

**Прояснить** отношения – с собою, с другими, с миром.

**Познать** окончательно и четко смысл происходящего – то есть раскрыть и понять механизмы собственной судьбы, узнать свои истинные желания, подсознательные влечения и в связи с этим раскрыть индивидуальный шифр своего предназначения (многие люди испытывают неудовлетворенность именно оттого, что не знают его и ощущают себя как бы не на своем месте). Это даст возможность

**Освободиться** – благодаря привнесенной ясности – от жизненной мути, смуты, смятений, мучений; выйти из круга невротических беспокойств, тревог, уйти от одиночества; отряхнуться от неурядиц и

**Создать** здоровье: душевное спокойствие, духовную силу, телесную стойкость, благополучные и эффективные отношения – с собою, другими, миром, своими близкими – благодаря *освоению метода, позволяющего получать результаты в соответствии со своими намерениями.*

**Разобраться – Прояснить – Познать – Освободиться – Создать.**

**ЧАСТЬ 1. ДОСЬЕ НА ЧЕЛОВЕКА.**

**Глава 1. Введение в судьбоанализ.**

Потенциально жизнь человека – это путь от страдания к счастью. Место рождения каждого из нас, независимо от страны и времени – раскаленные ледники тревоги и отчаяния. Никто еще не вошел в этот мир с улыбкой на устах. Рождению всегда сопутствует плач.

И дальнейшая жизнь индивида - траектория движения от этого полюса. Кто-то уходит далеко, кто-то не очень, кто-то остается навсегда среди мрачных ущелий пожизненных мук.

Назовем это место Зоной Ада. Что удерживает в ней человека?

Отвечает на этот вопрос дисциплина, названная мной Психономикой – Судьбоанализом.

Уважаемый читатель моих предыдущих книг приблизительно знаком с обозначенной парадигмой.

Термин «психономика» складывыается из таких понятий как **Psyche** - душа, **nomos** – закон, **noos** – дух. Тогда смысл получится следующий - *психономика есть дисциплина, изучающая законы душевной деятельности в их сопряжении с феноменологией духа.*

И подобно тому, как oikonomike (экономика) есть управление домашним хозяйством ( oikos – дом), психономика - это искусство управления своим внутренним домом. Нам суждено в нем жить всю жизнь и потому нам следует ухаживать за ним. Таким образом, получается, что психономика - это искусство управления своим внутренним хозяйством, от состояния которого зависит состояние хозяйства внешнего.

Вместе с тем, не следует отождествлять ее с психологией, потому что интерес психономики распространяется не только на изучение закономерностей психического(psyche), но сфера ее исследований также устремляется и в область *мета -* психического, то есть такого, что лежит за пределами душевной организации и управляет самой душой. Например, Судьба. Поэтому можно еще обозначить термином – **Судьбоанализ**.

 Будучи в какой-то степени психотерапией - заботой о душе (буквальный перевод древнегреческого слова therapeo – «лечу», «забочусь»), психономика предстает и как *психотропия,* равно как и *ноотропия* (др.греч. tropos – поворот, направление) – поворот и направление к душе через постижение законов духа.

То есть, по сути своей, она психотропна и ноотропна. (Это не есть трюизм, ибо не всякая психология-психотерапия психотропна, а тем более, ноотропна).

Тем паче, ее центральным интересом является тема здоровья.

Определимся же с данным понятием.

Здоровье - это свойство человека постоянно самообновляться. Иными словами, здоровье - это способность к самообновлению.

Что же такое самообновление?

Давайте посмотрим. Человек прожил день. За этот день он совершил некую, допустим, тяжелую работу и израсходовал немалое количество энергии. То есть он израсходовал, если хотите, отдал часть себя. Ясно, что его энергетический потенциал к концу дня значительно ниже, чем в начале. Но вот он, измотанный и усталый, ложится спать. А на следующий день встает с ощущением бодрости и притока свежих сил. Его энергетический потенциал полностью восстановился. Произошло самообновление. Такой человек здоров. Значит, он использует положительный информационно-энергетическимй ресурс. Если же усталый человек и после сна продолжает чувствовать себя таковым, значит он *не* здоров. В механизмах его самообновления произошел какой-то сбой - за счет патогенного влияния негативного ресурса".

Отсюда видно, что человеком управляет программа.

Каким же образом мы работаем с негативной программой? Здесь важно осознать и запомнить, что любая программа записывается в закодированном виде на трех уровнях: тело, психика, ситуация (организм, душа, судьба). И реализация этой программы также происходит на всех этих трех уровнях, акцентируясь на одном, двух или всех трех одновременно. Следовательно, терапевтическая работа также ориентирована на эти уровни: воздействие на тело определяется поиском соответствующих точек, в которых негативная информация скопилась в форме нервно-мышечных блоков, влияя на психику, мы погружаемся в психодинамику Бессознательного, и некоторые модели осознавания мы предлагаем для коррекции процесса развертывающихся цепочек событий, то есть судьбы.

Еще одну важную категорию психономики следует осознать - наши исследования показали, что некоторые **метафизические** **понятия являются конкретными реалиями**, зачастую наполняющими обыденную жизнь.

Такими реалиями являются **Ад** и **Рай.** Это - две зоны, которые даются человеку в *этой* жизни. И ему дается возможность выбора, в которой из них пребывать.

Цель психономики - помочь человеку перейти из зоны ада в зону рая. При этом используется своеобразный путеводитель. Но топография этого путеводителя временами бывает парадоксальной. Однако, за этой парадоксальностью - путь к успеху.

Так, например индивиду не рекомендуется стремиться вырваться из зоны ада, а напротив, ему следует погрузиться в нее и пройти ее всю до конца. Именно там, в глубинах ада, прячется дверца, ведущая в зону рая. Ад подобен болоту - чем сильнее барахтаешься, тем глубже погружаешься в трясину. Самопознание же и есть движение через ад. Это не состояние, а процесс. Актуализируя наши страдания, мы получаем возможность их отреагирования и таким образом, освобождения, *очищения* от них. Нередко и сам процесс трансформации является своеобразной баней, которая через очищение выводит пациента к новому пониманию и просветлению.

Слово «пациент» здесь применяется в контексте более осознанном, нежели в привычной медицине, равно, как и - «терапия».

Почему – Терапия?

Мы привыкли к тому, что данное слово несет в себе кафельный отблеск больничных стен. Однако исторически толкование его содержит, несомненно, более разветвленное и насыщенное пространство значений.

Напомню, что по гречески trherapeo – «служу», «забочусь», а не только «лечу». Соответственно, therapeutes – «пекущийся», «заботящийся».

Мир можно разделить на *Заботящихся* и *Озабоченных*.

Такое разделение произвела сама жизнь. Нам только остается его констатировать. Причем, подобное разделение касается не только отношения, распространяющегося на другое существо, но, может быть, в первую очередь, и на себя самого.

Таким образом, Заботящегося уместно назвать Терапевтом, Озабоченного – Пациентом.

Из сопоставления понятий становится очевидным, что если я *не* Заботящийся, то соответственно, я – Озабоченный. И наоборот.

Психономика – это сюртерапия.

Почему – Сюр?

*Сюр* – проистекает от французского sur – «над». В то же время на латыни в одном из значений приставка sur указывает на местонахождение *внутри.* Стало быть, понятия «над» и «внутри» органически воссоединяются в целостный смысловой контекст. Оно и понятно – разве небеса, которые *над* нами, не *внутри* нас? И разве не через погружение *в* себя мы поднимаемся *над* собой?

Выходит, что знаменитый до привычности сюрреализм раскрывается не только как то, что *над* реальностью, но и то, что *внутри* реальности, *в* реальности.

Впрочем, как мы выяснили, это одно и то же.

Следовательно, Сюр-Терапия буквально переводится как «Над заботой».

С другой стороны, исходя из сказанного, мы не преминем заметить, что перевод может выглядеть и как – «В заботе». Последнее представляется не слишком приятным. Кому же охота быть в заботе? Тем не менее, если не убояться такого поворота событий, то весьма несложно разрешить непрошенный парадокс.

Все дело в том, что пока мы не осознаем нашу насущную, сокровенную заботу, не встретимся с ней лицом к лицу, а, встретившись, не отпугнемся, не обратимся в бегство, назад в улитку выстроенного бережно, но хрупкого и ненадежного невротического домика, мы никогда над ней не вознесемся. Отвернуться от заботы – значит подставить собственную спину для ее атак. Об этом писали и Фрейд, и Юнг, и славные иные.

В сравнении с традиционными – «умными» психотерапевтическими системами отличительной особенностью настоящего подхода является то, что он излагает обобщения, сделанные в результате наблюдений за, так называемыми, спонтанными самоисцелениями.

Поясню проще. Когда я только начал работаь практическим врачом в области душесловия, я быстро обратил внимание на следующий факт. Болел человек, болел и, вдруг, ни с того ни с сего, без каких-либо специфических участий со стороны специалистов, взял да и выздоровел. Мои тогдашние старшие коллеги в таких случаях глубокомысленно изрекали – «спонтанное исцеление», но вот почему оно происходит, это самое спонтанное исцеление, разъяснять не торопились. Впрочем, об одном древнем толковании я помнил, и оно мне нравилось – всему свое время, время болеть и время выздоравливать. Это похоже на насморк, который если его лечить, проходит за неделю, а если не лечить, то – за семь дней. Известны мне были и многозначительные выражения вроде – «саморегуляция», «защитные силы организма» и т.п. Однако практическое делание требует осуществления практических подходов, а красивые декларации хороши для риторики.

И я просто стал пристально наблюдать за такими вот счастливчиками, которые оздоравливаются сами, а обнаруженные закономерности положил в основу как-то естественно сформировавшегося метода, подробный и обстоятельный отчет о каковом составил содержимое данного опуса.

С другой стороны, поскольку психономику можно определить как образовательную, и что самое главное, самообразовательную, программу, рассмотрим некоторые аспекты, касающиеся данной темы.

**Глава 2. Обучение и образование.**

**Учить**. Явственно выделяется фонема ЧИ, которая означает «мысль». Из данного корня происходит авестийское *чисти* – «мышление», а на санскрите мышление звучит сходным образом – *читти*.

Стало быть, Учить – значит приобщать к мысли.

Обучение – погружение в мысль.

**Мысль.** Родственные образования: *Молитва* – через корень mel – «связывать, соединять»; Слово – обнаруживается прямая параллель с греческим mythos – «слово», «сказание», «речь». Получается буквально, что мысль – это соединенность со Словом. Постольку поскольку, за последним изначально и традиционно закрепляется статус Божественности, то выходит, что мысль есть связь с Божественным.

Значит, говорить про обучение резонно только в одном случае, когда подобная связь обеспечивается. Во всех остальных ситуациях мы имеем дело с педагогикой.

Отсюда становится понятным и назначение Учителя, если исходить из точного перевода: Учитель – Вводящий в обиталище мысли.

Педагог – всего лишь формирующий образ. Отсюда и – образование.

Прояснив понятия, мы обнаруживаем, что Учение и Образование совсем не одно и то же.

Образование – звание. Учение – призвание.

Как известно, званых много, но мало призванных.

**Информация и знание.** Информированность – это набор усвоенных мнений, концептов, теорий, описаний мира, моделей реальности.

Знание – непосредственное постижение и достижение реальности. Собственно говоря, знание и есть истина.

**Примеры.** Многие думают, будто они знают, что дважды два будет четыре. На самом деле они только информированы о том, что 2х2=4. Того, кто действительно знает, что 2х2=4, можно назвать величайшим математиком всех времен и народов.

Мы информированы о том, что земля вращается вокруг солнца. Но знаем ли мы об этом?

Мы информированы о том, что вселенная бесконечна. Но знаем ли мы о том?

Информация – это акция формы.

Однако любая форма непостоянна, изменчива и, в сущности, есть иллюзия.

Хотя было бы некорректно заявить, что форма нас обманывает. Мы сами обманываемся формой. Наши фантазии – лишь фантики. А мы их принимаем за конфету. Мы жуем фантики с запахом конфеты и полагаем, что это конфета и восклицаем – ах как вкусно! А когда дело доходит до желудка, и последний заявляет: «что мне подсунули?» – наступает понимание, что проглотили оберточную бумагу, или вместо обеда съели меню.

**Кто сможет написать правдивую автобиографию?**

Попробуем написать собственную автобиографию.

«Я, Имярек Такой-то, родился № числа №№ месяца №№№№ года в городе N»,

Тут же возникает вопрос:

- Откуда ты знаешь, что родился тогда-то и тогда-то, там-то и там-то? Доподлинно ли тебе известно, что ты родился там и тогда?

- Как же… - отвечаешь ты, - а свидетельство о рождении? Ведь там же все записано.

- Отлично. Свидетельство о рождении. А являешься ли ты сам Свидетелем собственного рождения? Посмотрел ли ты на часы, на календарь во время своего появления на свет, зафиксировал ли при этом дату и собственноручно расписался? Ты тогда был еще сопливым, сморщенным куском сырого мяса, остервенело пускал слюни и вопил во всеуслышание. Ты не был Свидетелем своего рождения. Ты знаешь о нем с чьих-то слов. А это все равно, что ты не знаешь. Тебя информировали, что ты родился тогда-то и там-то, но сам ты этого не знаешь.

Нам кажется, будто мы знаем что-то, но на самом деле мы всего лишь информированы об этом.

В лучшем случае информация может быть достоверной, но она никогда не бывает истинной. Истинно одно лишь знание. Потому что оно само и есть истина.

**Примеры знания.** Наступает время, и птенец, дотоле ютившийся в гнезде, взмахивает крылами и летит. Он делает это потому, что теперь знает, как это делается. Знание внутри его.

Подходит момент, и младенец, до сей поры пластавшийся на четвереньках, поднимается на ноги и идет. У него это получается потому, что теперь он знает, как это делается. Знание внутри его.

Из приведенных примеров становится ясно, что

Знание – это способность мочь.

**Примеры информированности.** Новичка на берегу обучают плаванью. Ему показывают и рассказывают, какие движения руками и ногами нужно совершать. Он кивает, запоминает и идет в воду. Через несколько минут его, наглотавшегося воды, выволакивают снова на берег. Он хорошо информирован о том, как плавать, но не знает, как плавать, и потому – тонет.

Кто не знает, тот не может.

**У нас что-то не получается только потому, что мы не знаем, как это делается.**

**Стоит нам только узнать, как это делается, у нас тут же все получится.**

**Самое главное знание.** Нам дано самое главное знание в жизни – знание о том, как жить. Именно поэтому мы и живем. И чтобы нам не говорили про жизнь, каким бы способом не информировали о том, что она есть такое, мы все равно живем.

Знание не нуждается в информации.

ЗНАНИЕ НЕ НУЖДАЕТСЯ В ИНФОРМАЦИИ.

И если мы обладаем знанием о жизни, то тем более, все остальные знания нам доступны. Они присутствуют внутри нас. Достаточно актуализировать то или иное знание, и оно тут же обратится в мощь.

**Роль информации.** Как уже сказано, знание не приобретается. Оно открывается и проявляется. Так что выражение «приобретение знания» не только не точное, но и вовсе не достоверное.

Полагание, что информация есть знание, в конечном итоге, приводит к недоразумению и иллюзионизму, когда фокусы восприятия принимаются за действительность.

Мы также пришли к пониманию того, что знание не нуждается в информации. Знающему она не нужна. Более того, информация по отношению к знанию может оказаться тормозящим фактором, помехой.

Представим себе, что опытный водитель, обладающий соответствующим знанием, вдруг, начнет, словно новичок, усиленно вспоминать и думать о том, в какой последовательности нажимать педали и переключать скорости, при этом стараясь все действия свои выполнить в точном соответствии с инструкцией. Вскоре он запыхтит, как чайник. Информация только помешает ему. Она заблокирует естественную органику его самопроявления в качестве человека, владеющего машиной.

С другой стороны, он тоже когда-то начинал с подключения к информации, знакомства и взаимодействия с ней.

Следовательно, информация на определенном этапе играет определенную роль в процессе познания. И в этом месте важно не упустить один существенный момент, касающийся значения информации.

**Существенный момент.** Значение информации – быть опознавательным знаком на пути к знанию. В этом она схожа с дорожным указателем. Но сама она не есть путь.

Многие полагают, что информация есть путь к знанию. Подобное воззрение является источником всех неудач, связанных с обучением.

**Почему мы плохо учимся.** В чем отличие способного ученика от нерадивого? Только в отношении к информации. Первый понимает, что она – только знак и потому не привязывает к ней свое восприятие. Его поисковая активность ориентируется не на указателе, а на указываемом направлении, и движется в этом направлении. Когда путь свободен, ученик свободно по нему идет. Но при этом он удаляется от знака! Незадачливый ученик привязывает себя к знаку, фиксируется на нем и не замечает дороги.

Выходит, что мы приближаемся к знанию в той мере, в какой удаляемся от знака, то есть информации.

МЫ ПРИБЛИЖАЕМСЯ К ЗНАНИЮ В ТОЙ МЕРЕ, В КАКОЙ УДАЛЯЕМСЯ ОТ ЗНАЧЕНИЯ.

**Сообщение о счастье.** Рассмотрим фразу: «Твое счастье находится в двух километрах к юго-западу от тебя, и оно будет там в течение часа с момента получения тобой этого сообщения».

Данное послание представляет собой информацию. Оно рассказывает о счастье, но само по себе счастьем не является. В отношении полученного сообщения можно повести себя двояко.

Первый вариант. Мы создаем дискурс философский (где до упора размышляем о счастье и о том, возможно ли оно вообще), или математический (в котором анализируем понятие протяженности), или физический (в котором разбираем категорию времени), или географический (в котором мыслим о сторонах света), или детективный (кто послал сообщение? с какой целью? остались ли на нем отпечатки пальцев?), грамматический, в конце концов (каким образом и по каким правилам сконструирована данная фраза?). Как минимум, в течение часа о чем-то из этого можно говорить.

Второй вариант. Мы совершаем действие сообразно с посланием, и куда как менее чем через час, попадаем в обозначенное место.

В первом варианте мы зацепились за информацию, но знания так и не достигли – мы до сих пор не ведаем, находится оно в указанном месте или нет.

Тот, кто использовал второй вариант, так или иначе, но познание обрел. Прибрел ли он при этом счастье, остается его тайной.

**Итак:**

Информация – это опознавательный знак.

Познание – постижение знания.

Знание – способость мочь.

Постижение – это уже достижение.

Кто постиг, тот и достиг.

Вся цепочка Достижения может быть выражена формулой:

Я узнал – я познакомился – я усомнился в знакомстве – я познал.

Как только я познал – я постиг.

Как только я постиг – я достиг.

**Этимология.** Протоязыковая праформа понятия «знать», «познавать» - **k’en**/**k’n**.

Обращает на себя внимание созвучное **kert** – «сердце».

Семантически в одну группу в протоязыке объединялись понятия «рождать» и «знать, познавать»: **k’enH** – «рождать», **k’neH** – «знать, познавать».

Рассмотрим ряд значений на базе единой корневой основы.

Индоевропейская праформа **ke**/**ou** – «провидеть», «воспринимать», «знать», «предвидеть».

Древнеиндийское слово kavi означает «мудрый», «мудрец», «провидец», «поэт».

Авестийское kavay – «вождь».

Лидийское kaves – «жрец», «поэт».

Старославянское cujo – «чую», отсюда и – «чудо».

Таким образом, песнопевец, стихотворец являлся одновременно и «провидцем», «пророком», «прорицателем», приравнивавшимся к «жрецу», «религиозному предводителю», который осуществлял связь между землей и небом.

Сама же стихотворная форма являла собой выражение божественной мысли, которая «вкладывалась в сердце» человеку – **kret-deH.**

Теперь, следуя цепной реакции смыслов, рассмотрим выражение **Kret-deH.** Буквально оно означает «вложить в сердцевину». Именно отсюда произросло понятие «вера».

Кроме того, нам известно еще одно синонимичное понятие термину «знать» - «ведать».

Индоевропейский корень **uit** производит:

Древнеиндийское veda – «я знаю».

Старославянское vede – «знаю».

Латинское uideo – «вижу».

Примечательно, что и «вождь» происходит от «ведать»: Вождь – он же ведущий и видящий, потому что – ведающий.

С другой стороны, схожая форма uat означает «экстаз, вдохновение» и связывается с процессом священного словоговорения, поэтического творчества: древнеиндийское api-vat – «вдохновить», латинское uatus – «прорицатель», «провидец», «пророк», «песнопевец», «поэт».

**Семантическое поле понятия «Знание».**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ПраязыковыйКорень (ПК) | **K’en/k’n**K’neH**Ke/ou** | K’enH | Kert | Uat | Uit | Kuen-t-o |
| Значение ПК | Знать. Провидеть. | Рожать. | Сердце. | Экстаз.Вдохновение | Ведать | Священный. Наделенный священной силой. |
| Языковые производные и их значение | Др.-инд. **Kavi** мудрец, провидец,поэт.Авест. **Kavay** – вождь.Лид.**Kaves** – жрец, поэт.Ст.-сл. **Cujo** – чую, отсюда и – чудо. | Лат.**Genius** –гений, дух.**Genitor** –творец,создатель.**Genuinus** –подлинный. | Лат.**Cor** –сердце,душа, дух,благоразумие.**Credo** –Доверие, вера. | Др.-инд.**Api**-**vat** – вдохновить, лат. **Uatus** – прорицатель, провидец, пророк, песнопевец, поэт. | Др.-инд.**Veda** – я знаю.Ст.-сл. **Vede** – знаю.Лат. **Uideo** – вижу. | Русск.**Святой**. |

Условные сокращения: др.-инд – древнеиндийский, авест. – авестийский, лид. – дидийский, лат. – латинский, ст.-сл. – старославянский, русск. – русский.

Даже, имея в виду столь краткий исторический экскурс, нетрудно обнаружить, что

1. Знание иррационально. Оно вне ума.

2. Знание сакрально. Оно вне концептов.

3. Знание вдохновенно. Оно вне информации.

Если быть точным, то волей-неволей придется сформулировать:

*ЗНАНИЕ ЕСТЬ ВЕРА.*

**Глава 3.**

 **6 аксиом о человеке.**

Каков же наш диагноз? – Человек.

**1. Человек болен.** Человек – существо изначально травмированное. Само его рождение – это травма, сопряженная с болью, страданием, ужасом. Никто еще не пришел в этот мир с улыбкой на устах и светящейся радостью в глазах. Достаточно посмотреть на рыдания и конвульсии новорожденного, дабы осознать – Человек болен.

**2. Человек одинок.** Каждый приходит в этот мир в одиночку, уходит из него в одиночку и проходит через него – тоже в одиночку. Одиночество – это разобщенность. Разобщенность – следствие неузнавания. Неузнавание – следствие незнания.

Если задать вопрос: “Помнишь ли ты все свои сны, увиденные тобой за всю свою жизнь?”, то кто ответит на него утвердительно? Однако во сне мы проводим одну треть своей жизни. Но если мы о ней не помним, то получается, что на одну треть мы уже разобщены сами с собой.

 Вопрос второй: “Помнишь ли ты все произошедшее с тобой за всю твою жизнь, можешь ли ты воспроизвести каждый момент твоей жизни, ее любую минуту, хотя бы даже день”? Мы не помним как следует нашего прошлого – значит, в еще большей степени мы можем свидетельствовать о собственной разобщенности.

 И, наконец, еще один вопрос: “Знаешь ли ты, что с тобой происходит в настоящий момент”? Здесь, как правило, отвечают утвердительно. Впрочем, уверенность быстро пропадает, когда вопрос уточняется – “что происходит с твоим мозгом, внутренними органами”? Таким образом, выясняется, что человек полностью разобщен с самим собой. Но если он разобщен с самим собой, как может быть он общен с другим? Человек одинок.

**3. Человек дезориентирован.** Незнание себя, своего прошлого и будущего приводит к нарушению ориентации: Кто я? Что я? Откуда я? Куда я? – Вопросы, остающиеся безответными. Все наши утверждения только гадательны. Самоутешения иллюзорны, и действие их кратковременно. Человек дезориентирован.

**4. Человек немощен.** В отношении существования любого из нас можно применить слово – нужда. Мы нуждаемся: в еде, питье, одежде, жилище, отношениях… список наших нужд длинный и долгий. Нет необходимости перечислять его полностью, дабы уразуметь, что человек немощен.

**5. Человек труслив.** Тревога – это страх, устремленный в будущее. Существом, озабоченным будущим, но не ведающим о нем, неизбежно овладевает чувство неопределенности. Последнее вызывает смутное волнение, которое легко может перейти в открытое беспокойство. Это и есть трусость. Человек труслив.

**6. Человек не свободен.** Наши боль, одиночество, нужды, незнание, трусость – наши путы. Как может больное, одинокое, немощное, дезориентированное, трусливое существо быть свободным? Человек не свободен.

**Теорема о человеке.**

Человек в этот мир приходит пациентом (аксиома),

Но может стать в нем Врачом (теорема).

Доказательство: доказательством становится собственный опыт жизни каждого, кто выразил намерение осуществить подобную возможность.

Путь подобной трансформации есть Переход:

1. От болезни – к целостности: Исцеление.

2. От одиночества – к единству: Единение.

3. От немощи – к могуществу: Обретение силы.

4. От несвободы – к свободе: Освобождение.

5. От трусости – к уверенности: Успокоение.

*6. От дезориентации – к знанию: Освоение.*

**Глава 4.**

 **Девять изначальных положений.**

Основываясь на базе дисциплин психоаналитической ориентации, психономика представляет собой предмет, исследующий ПРОГРАММЫ человеческого существования, способы ПРОГРАММИРОВАНИЯ различных состояний и использующий механизмы КОДИРОВАНИЯ в качестве метода практического воздействия.

Как уже было сказано, слово ПСИХОНОМИКА составлено по тем же законам, что и понятие экономика, которое с древнегреческого *oikonomike* переводится как искусство управления домашним хозяйством. При раскладывании оно оказывается состоящим из следующих частей: oikos - дом, nomos – закон. Если мы соответствующим образом разложим слово Психономика, то получим: Psiche - душа, nomos - закон. Тогда смысл получится следующий - ***психономика есть способ познания законов душевной деятельности.*** Это с одной стороны, которая почти похожа на психологию. Но с другой стороны, *наш единственный, истинный дом - наша душа. Где бы мы не находились, мы всегда пребываем в нем.* Нам суждено в нем жить всю жизнь и потому нам следует ухаживать за ним. Таким образом получается, что *психономика - это искусство управления своим внутренним хозяйством*, от состояния которого зависит состояние хозяйства внешнего.

Но еще раз хочу оговориться, что не следует отождествлять психономику с психологией, потому что интерес первой распространяется не только на изучение закономерностей психического. Сфера ее исследований гораздо шире и глубже и даже проникает в зону *мета-*психического, то есть такого, что лежит за пределами душевной организации.

Основная декларация психологического принципа: "Если ты не можешь изменить ситуацию, измени свое отношение к ней."

Основная декларация психономического подхода: "Если ты не можешь изменить ситуацию, ты просто не знаешь, как это сделать. На самом деле, если ты хочешь измениь ситуацию, ты можешь ее изменить". В психономике речь идет о том, как и каким образом изменять ситуации.

И в этом смысле психономика занимается исследованием того, как проявляются фундаментальные законы в условиях человеческого бытия.

**§1**

**Уровни бытия. Законы, подсознание, ситуации. Программы.**

Иерархия уровней бытия:

I. Уровень ЗАКОНОВ ( "непроявленный" мир)

II. Уровень ПРОГРАММ ( "тонкий" мир)

III. Уровень СИТУАЦИЙ ( мир "предметных отношений").

Для указанной модели удобной иллюстрацией может послужить следующий пример.

По дороге мчится машина на огромной скорости. На каком-то участке шоссе она наезжает на острый осколок, который пробивает шину. Автомобиль заносит и выбрасывает в кювет.

Происшедшее случилось на уровне ситуации. Элементы последней - большая скорость, острый гвоздь, скольская дорога - самым тесным образом взаимосвязаны, находятся в строгой причинно-следственной взаимообусловленности и приводят к аварии как к достаточно логичному результату.

Мы можем изучить все звенья этого происшествия и поставить точку, но такой подход не дает возможности получения новых знаний, а соответственно, и выработки некой стратегии, которая помогла бы избежать в дальнейшем подобных эксцессов.

С другой стороны мы можем расширить круг своих поисков в отношении этого события, задав лишь один всего вопрос - *почему?* Почему авария случилась именно с данной машиной, а не с другими, хотя шансы напороться на гвоздь у всех едущих машин, в том числе и у тех, которые шли с неменьшей скоростью, на этой дороге равны?

И это *почему* закономерно нас уводит в иное смысловое поле, которое к случившемуся имеет непосредственное отношение и в то же время возвышается над нм Мы неизбежно приближаемся к тому человеку, который вел эту машину и таким образом выходим на новый уровень познания - программный, или "тонкий" мир, осознавая, что теперь понимание одной только механики случившегося окажется явно недостаточным для постижения сути события.

Теперь таинственный мир души приковывает к себе наше внимание. Ибо без водителя машина никуда бы не поехала. И уже здесь, в этой глубине, куда мы ступили, начинают высвечиваться контуры определенных процессов, которые никак не могут быть названы случайными. В том, что произошло, была своя причина, и она оказалась осмысленной. Но было бы наивно полагать, что потерпевший по собственному умыслу организовал аварию. Возможно, он находился даже в довольно спокойном и радужном состоянии духа и даже не подозревал о том, что с ним произойдет в последующую минуту. Только подсознание ведало об этом. И ведало, потому что было настроено... ибо само и явилось инициатором. Звучит несколько странно, даже диковато, но лишь с точки зрения нашей обыденной логики. Логика же мироздания мало этим интересуется и уж, конечно, вряд ли стремится к тому, чтобы соответствовать схемам человеческого рассудка. Для того, чтобы хоть как-то приблизиться к первой, нам придется сделать еще один шаг - по направлению к следующему уровню, обозначенному нами как уровень законов, или «непроявленный» мир.

Тогда-то для нас ситуация и прояснится, когда мы поймем, что неудачливый водитель каким-то неведомым ему самому образом просто потревожил некую силу, которая и проявилась в конкретном событии. Говоря проще, он привлек в свою жизнь объективно существующий во вселенной и сам по себе ни плохой, ни хороший "Закон Аварии".

Проясним последнее. На земле действует закон гравитации. Но это не значит, что он также проявляется в остальных местах космического пространства. Однако, это и не означает, что он создан только в условиях или для условий земли. Как закон он универсален и тотален и существует во вселенной с той лишь разницей, что где-то материально воплощается, а где-то нет.

**Закон может существовать без материального воплощения, но материальное событие без соответствующего закона существовать не может.**

Это весьма важное положение, на которое мы вышли в результате исследования дорожного происшествия. И вместе с тем оно в свою очередь выводит нас на целый ряд довольно значимых постулатов, которые можно назвать базовыми для психономики. Вот один из них: *Все происходящее с нами, является следствием привлечения соответствующего закона, который может существовать независимо от от нашего знания о нем до тех пор, пока он не проявится в механическом действии.*

Иными словами, я споткнуться не могу, если на то нет соответствующего закона.

Таким образом можно утверждать, что во вселенной кроме гравитации, молекулярного распада, синтеза и иных физических, химических и биологических законов существуют и законы "аварии", "семейных распадов", "несчастной любви", "предательства", "счастливой любви", "успеха" или "невезения" и т.д.

Психономика в этом плане объединяет обхъективное и субъективное, стирая между ними фиктивную границу. Человек и человеческое возвращается в унитарный мир космического Единого.

Резюме:

1. Во вселенной существуют законы. Быть может они и есть суть единственная, истинная и реальная реальность. Они образуют "непроявленный" мир, или глобальное смысловое поле.

2. Эти законы становятся доступными восприятию и изучению, если они проявляются в мире предметных отношений, хотя и необязательно, что все они проявляются.

3. Их проявления зависят от какого-то фактора. В жизни человеческой этим фактором служит подсознание, являющее собой "тонкий" мир, или мир программ.

4. Сам по себе закон пассивен, но если в "тонком" мире возникает резонансная ему вибрация, то он трансформируется в силу с соответствующей вибрацией, и эта сила материализуется в ситуацию.

5. Сама по себе никакая ситуация не может быть ни плохой, ни хорошей, так как в природе нет законов плохих или хороших, а есть просто законы.

6. Закон возможен без ситуации, ситуация без закона невозможна.

7. Механизм, обеспечивающий реализацию закона в ситуацию, называется *программированием.* Греческое слово *программа* означает *предписание.*

8. Поэтому все, абсолютно все то, что происходит с человеком, предписано, или запрограммировано.

**§2.**

**Положительные и отрицательные программы. Здоровье. Судьба.**

Из сказанного следует, что человеком управляет программа.

То есть нами управляют силы, неведомые нам, зачастую недоступные разумению обыденного рассудка и оттого представляющиеся последнему таинственными, всемогущими влияниями, то повергающими в восторг и священный трепет, то низвергающими в бездну ужаса и отчаяния.

В общем-то такая оценка отчасти справедлива, ибо она отражает наши представления о добре и зле, которые будучи абстракциями, тем не менее представляют образы реальных переживаний, крайними полюсами которых являются боль, страх, печаль, тревога с одной стороны и радость, покой, наслаждение, удовлетворение с другой. Первые также ассоциируются с болезнью, а вторые со здоровьем.

И здесь очень важно точно определить эти понятия, не смотря на их кажущуюся обыденность и обиходность, впрочем, обманчивую, что легко доказывается тем результатом, который я получал в процессе моих многочисленных и, увы, безуспешных попыток попросить дать определение этих слов или хотя бы растолковать их значения. Ни пациенты, ни сами лекари не могли сказать ничего вразумительного. В большинстве случаев их суждения оказывались тавтологичными и абстрактными - типа "здоровье - это гармония... баланс... равновесие... благополучие... норма..." Но тогда что такое гармония, баланс, благополучие, норма?

И я вдруг понял причину многих неудач в целительстве. Оказывается, пациент и врач не знают, к чему они идут, они не видят цели и не ведают пути, ведущего к ней. Они говорят о здоровье, как о чем-то сокровенном, но не обладают знанием, что это такое.

Тогда мне заново пришлось обратиться к материалу, накопленному за долгие годы практической работы, с намерением обобщить его и выявить закономерности, которые оказались бы сходными для всех людей, чья жизнь в значительной мере улучшилась в результате нашего взаимодействия. Мне представлялось, что не смотря на индивидуальность и своеобразие каждого, их объединяло что-то общее. Разумеется, этим общим было здоровье. Снова замкнутый круг.

Но наконец-то определение было найдено. Вот оно:

**Здоровье - это способность организма к самообновлению, самовоспроизведению и самосотворению.**

И если меня просят дать объяснение, то я охотно его даю, так как это гораздо проще и нагляднее сделать, чем объяснить, что такое гармония, норма или благополучие.

Что же такое самообновление?

Допустим, человек порезал палец. Его ткань оказалась разрушенной. Проходит несколько дней, рана затягивается. В данном случае организм сам себя воспроизвел. В этом случае можно допустить, что сработала некоторая система, которая представила ему такую возможность - воспроизвести себя, как бы заново себя сотворить. И он оказался на это способен. То есть он оказался здоров.

Случается и обратное - рана долго не заживает, начинает нагнаиваться, возникают осложнения. Очевидно, что в этой ситуации организм лишен способности к самовоспроизведению, и разрушение продолжается. Со всеми на то основаниями можно сказать, что такой организм не здоров.

Исследуем пример из иной области. Человек подвергается какому-то стрессу. Нарушается целостность его "душевной ткани". На какое-то время его выбрасывает из привычного уклада жизни, он утрачивает равновесие и даже в какой-то мере теряет ориентацию - в мире и в себе. Но если он здоров, то через недолгий промежуток времени нарушенная "душевная ткань" восстанавливает себя, заново обретая свою целостность, и стресс перестает быть актуальным. Личность еще может находиться под некоторым влиянием оттенков грусти, печали, тревожности, но адаптация к среде при этом оказывается вполне дееспособной. Разумеется, тогда, когда организм обладает здоровьем. Если же у него нет этого качества, состояние только усугубляется, и "душевная ткань" продолжает расползаться, а вместе с ней и личность, что порождает все новые и новые страдания.

Третий пример является также весьма показательным, в котором легко можно узнать характерные особенности нашей повседневности.

У кого не бывает неприятностей в семье, на работе, в карьере, когда вдруг начинает казаться, что некие недобрые силы вот-вот разрушат то, что так трепетно и кропотливо создавалось в течение не одного года? И у одних действительно все начинает идти прахом и кувырком, вызывая целую лавину катастроф, увлекающую в неведомую бездну отчаяния и уныния, в то время, как другие вскоре обнаруживают, что "черная полоса" благополучно миновала, открыв место новому, еще более выраженному успеху, только укрепляющему жизненные позиции личности. И вот одни страстно клянут свою незавидную судьбу, а другие ее благодарят, выражая признательность за ее неожиданные уроки.

С точки зрения психономики **судьба есть точно такая же часть или система организма, как тело или душа.** Она является его естественной составной, как тросточка хромающего или ручка пишущего, или автомобиль, управляемый водителем.

Таким образом получается, что любая программа записывается в закодированном виде на трех уровнях: *физическом, психическом, ситуативном (тело, душа, судьба).*

Резюме:

1. Человеком управляет программа.

2. Существует лишь два вида программ: положительная и отрицательная.

3. Положительная программа обусловливает состояние, определяемое как здоровье.

Отрицательная программа вызывает:

1). *Разрушение 9деструкция)* - болезни, неприятности, несчастные случаи, конфликты в семье, на работе, с окружающими.

2). *Застой (стагнация) -* денежные проблемы, вялотекущее состояние на работе, в семье, в отношениях, "невезение", психические проявления: скука, апатия, уныние.

4. Здоровье - это способность организма к самовоспроизведению и самосотворению.

5. Программы реализуются на трех уровнях или системах организма, обозначаемых как: тело, душа, судьба.

**§3.**

**Истоки программ. Линейный человек. Личные установки.**

Ум человеческий так устроен, что любое событие им неизбежно интерпретируется, на основе чего создается некий вывод, который нередко становится директивой, определяющей поведение личности.

Проиллюстрируем этот тезис следующим примером. В какой-то семье подрастает ребенок. И он становится свидетелем частых конфликтов между отцом и матерью. Дело доходит, наконец, до развода. И ребенок вынужден остаться с одним из родителей. Он не может еще понять, что взрослые люди не сумели справиться со своей проблемой и полагает, что все дело в нем. Логика же ума начинает выстраиваться, интерпретируя сложившуюся ситуацию таким образом: "Меня бросили. Если от меня ушли, значит, меня не за что любить. Во мне что-то не то".

Рана со временем заглаживается, боль утихает и даже сходит на нет, но запись остается и продолжает находиться в активизированном, хотя и неосознанном виде. Проходит еще время, и вот повзрослевший человек решает завести семью или просто вступить в личные отношения. На первых порах все складывается хорошо, чувства взаимны, и обоюдная желанность кажется прочной гарантией грядущего или уже свершившегося счастья. Однако, подспудный вывод "меня на за что любить" смутно напоминает о себе и заряжает личность своей силой, вибрации которой незаметно претворяются в ситуации, действия или состояние, вызывающие постепенно у партнера чувство настороженности и отчуждения, что в свою очередь приводит к размолвке. И результат проявляется закономерно: тот, кто внутренне полагает, что его не за что любить, оказывается нелюбимым, а брошенный становится брошенным.

В данном случае личная установка "меня не за что любить" становится программой, предписанием, тенденцией существования личности. И все последующие отношения этого человека повторяют изначальные отношения, меняя разве что только оранжировки и вибрации.

В быту про таких говорят: "не везет по жизни", "судьба не задалась", "сглазили, навели порчу", "родился несчастливым".

Мы же определим этот феномен как *вынужденное воспроизведение.* Человек встал на *линию.*

Под линией здесь подразумевается такая тенденция продвижения субъекта по траектории жизни, когда каждый последующий момент обусловлен предыдущим. Настоящее воспроизводит прошлое, а будущее соответственно - настоящее. И выхода нет. Человек становится автоматом, машиной, "зомби". Он с фатальной обреченностью перемещается по своей линии, с которой никак не может сойти, что и мучает его, и пугает но стальные тиски рока сдавливают со всех сторон, и возникает *двойной зажим -*ситуация, где любое действие или недействие все-равно ведут к проигрышу. Это ли не то, что называют обреченностью?

Резюме:

1. Любое событие интерпретируется умом.

2. Интерпретация закрепляется в виде вывода.

3. Вывод формируется в глубинную личностную установку и становится директивой, то есть программой, предписанием.

4. Программа определяет явление вынужденного воспроизведения.

5. В результате этого человек попадает в условия жесткой заданности. Такая заданность определяется здесь как линия.

6. Линия является мощным ограничителем возможностей и способностей.

**§4.**

**Состояние машины. Власть машины. Свобода выбора. Эго и Я.**

**Состояние машины** возникает в том случае, когда поведение человека начинает определяться некой заданностью, обусловленной негативной установкой, которая в свою очередь становится директивой, основополагающим предписанием для субъекта.

Сама же машина представляет собой механическую часть нашего существования. И именно эта часть чрезвычайно восприимчива к различного рода отрицательным влияниям и воздействиям.

Функция машины двойственная. С одной стороны она является необходимым условием для нашего существования, осуществляя, например, всю рефлекторную деятельность. Тем самым она позволяет экономить огромное количество энергии и сил. Многие действия в жизни выполняются автоматически - такие, скажем, как утренний туалет, ходьба, еда и т.д. И здесь излишняя концентрация внимания может, наоборот, привести к нежелательному результату. В этом смысле мы знаем, чем ученик, севший за руль, отличается от опытного водителя. Первый старательно вспоминает и думает, в какой последовательности ему следует выполнять свои действия, в то время как у второго происходит все спонтанно, автоматически. Но если мастер начнет фиксироваться на своих движениях, то неизбежно возникнет напряжение, которое не замедлит сказаться на процессе езды. Если я задумаюсь о том, как я хожу, то моя походка потеряет уверенность и станет неестественной.

Так что с одной стороны машина - это благо, равно как и необходимость. Злом же она становится, когда начинает доминировать, берет контроль и власть над человеком. Тогда последний и впадает в состояние машины, и сам становится машиной, биороботом.

Внешне состояние машины может проявляться в уже описанном нами феномене вынужденного воспроизведения. На повседневном же уровне машинный человек представляет собой личность, приверженную своим концепциям, установкам, верованиям и принимающую их за нечто единственно верное и ценное. Такая мировоззренческая ригидность и косность, к тому же подпитываемая чувством собственной правоты, являет собой весьма выразительный пример состояния машины.

Убежденность в собственной правоте почти всегда представляет собою проявление машинного состояния. Можно сказать, что робот "всегда прав"!

Кроме указаных машина проявляет себя и в иных формах активности, к которым можно отнести **синдром одержимого поведения.**

Под одержимостью здесь понимается любое фиксированное, "замороженное" состояние субъекта, когда поведение становится стереотипным и легко прогнозируемым. Любая навязчивость может быть определена как проявление одержимости - навязчивые стремления к спорам, однообразные поведенческие маневры, навязчивые мысли, страхи, действия.

Одержимое поведение также проявляется в неконтролируемых эмоциях, влечениях, страстях, неспособности управлять аффектами и в то же время в эмоциональной скудости. Вообще всякое однообразие, стереотипность есть признак одержимости.

Одержимость же сама по себе - неестественное, внедренное, "сделанное" состояние. Оно возможно, когда машина берет власть и контроль над человеком.

Центральным и главным звеном машины предстает Эго. Эго есть образование, которое формируется за счет исключительно чужих влияний. Здесь мы снова подходим к необходимости провести тонкое диалектическое различение. Понятно, что без чужих влияний невозможно развитие и совершенствование "своего". Проблема возникает там, где "чужое" воспринимается без проработки и осмысления и в непереваренном виде поглощается субъектом. В этом случае можно говорить не об усваивании, а о присваивании. По сути, в душевную ткань вводится инородное психоинформационное тело.

В сущности, эго - это состояние, когда человек отождествляет себя с машиной.

*Я -* напротив, представляет собой спонтанную, естественную силу, обладающую созидательными, творческими возможностями. Это то, что субъекта делает человеком. Состояние пребывания в Я характеризуется ощущением силы и способностью эту силу применить для получения позитивного результата.

Я в отличие от Эго обладает свободой выбора. такая свобода есть свойство творца.

Резюме:

1. Субъект становится автоматом, "зомби", когда он отождествляется с машиной, то есть набором стереотипных реакций, заданных извне.

2. Эго является основным механизмом машины.

3. Существование состояния Эго лишает субъекта свободы выбора и окончательно делает его зависимым автоматом.

4. Я - сила надличностная, можно сказать, часть универсальной энергии, проходящей через особоь.

5. Пребывание в Я делает субъекта человеком и сообщает ему качества творца.

**§5.**

 **Добро и зло. Их взаимодействие. Что сильнее - добро или зло?**

Мы пришли в этот мир, и мы обречены на взаимодействие с ним.

И довольно часто, если не сказать, всегда, такое взаимодействие порождает состояния, которые мы склонны оценивать через категории *зла* и *добра.* С одной стороны эти понятия можно охарактеризовать как фиктивные, но с другой они не одно тысячилетие будоражат человеческий рассудок, чья вопрошающая устремленность извечно блуждает в областях, которые никак не назовешь бытовыми и обыденными.

Человеку свойственно устремляться за пределы человеческого - вероятно, для того, чтобы в конечном итоге устремиться и возвратиться к себе. Как бы то ни было, но за этими пределами обнаруживаются необычные миры, жуткие и прекрасные, повергающие в трепет и возвышающие до восторженных откровений. В любом случае в этих безднах обретают грозные и громадные неведомые силы. И в общем-то не имеет значения, придуманы ли они самим человеком или существуют помимо его сознания и воли - так или иначе они оказывают свое мощное и в большинстве случаев решающее влияние.

Ставшая притчей дискуссия о добре и зле с незапамятных времен и поныне перекочевывает от одного мифа к другому, являя благодатное содержание уже порядком истощивших себя всевозможных метафизических и философствующих умов.

Мы, однако, минуем искушение впасть в абстрактные и лукавые мудрстовования, подходя к этой проблеме с точки зрения прежде всего технологической. В этом смысле психономика высказывается следующим образом:

**Добро** - есть программа, проявляющая себя в созидании.

**Зло -** есть программа, проявляющая себя в разрушении.

Относительно данных определений можно поспекулировать - дескать во Вселенной существует диалектическое равновесие между силами сотворения и уничтожения, и одно не существует без другого... можно... но лучше поговорить об этом с матерями и женами погибших шахтеров - авось они и поддержат с удовольствием дискуссию на предмет диалектических взаимодействий в мироздании.

В этом плане зло и добро представляются величинами безотносительными и вполне конкретными. Их главная особенность заключается в том, что они могут проявляться только в "здесь и сейчас". Ибо, действительно, вчерашнее зло уже не зло, равно как и вчерашнее добро - не добро. Время все обращает во прах, и одной пылью становятся золото и свинец.

Подобный подход позволяет нам выявить картину проблемы весьма четко, так что ее ясность становится практически предметной.

И в таком случае, полагаю, теперь мы можем приблизиться к завершению долгоиграющего и, уже ставшего несколько натужным, спора о том, какая же сила правит нашим миром - добра или зла. Что мощнее?

Наша прагматическая позиция в этом отношении предлагает сразу перейти к сопоставлению наглядных примеров, минуя вязкие топи философствований. Обратимся к обыденной жизни, которая, что там говорить, является для каждого из нас мерой всех вещей. Нет ничего актуальнее повседневности, потому что именно внутри нее зарождаются, получают развитие и находят свое воплощение такие состояния, когда быт переживается как бытие - здоровье, болезнь, семья, счастье, катастрофы, любовь, одиночество, работа. Очевидно, что одни качества, такие как любовь, здоровье, успешная семья ассоциируются человеком с добром - некой субстанцией, способной обеспечить благо; в то время как болезнь, катастрофы, травмы представляются воплощением злых влияний.

Поэтому вполне естественной является реакция, которая побуждает всякое живое существо устремляться к добру - переживанию того, что "все так, все хорошо" и избегать зла, когда "все не так, не хорошо". Скорее всего, здесь срабатывает механика инстинкта выживания.

Теперь же, когда мы разобрались со столь значимыми для человека категориями, можно приступить к рассмотрению не менее важного и тревожащего вопроса об их соотношении. Традиционно он задавался следующим образом: что сильнее? Или: какая сила правит этим миром - добра или зла? Судя по эффективности ответов, вопрос можно было считать риторическим, каковым он, возможно, остается и поныне. Вместе с тем, не смотря на его метафизическое звучание, психономический подход подразумевает его более пристальное изучение. Резон прост - актуальность для обычного, повседневного человека, который хоть и не предается подобным размышлениям, но так или иначе пребывает в ситуации необходимости выбора, пусть и не всегда очевидного. И постольку поскольку добро и зло есть реальные силы, так или иначе заполняющие всякую обыденность, то даже если и не задумываться о них, последние тем или иным образом заставляют проявлять соответствующие реакции. Это значит, что данные категории перестают быть просто категориями и становятся нашими такими же неизменными и неизбежными спутниками, как пища и воздух.

И исходя из всего этого, мы вновь подходим к извечному вопрошанию, хотя и с другой стороны: какая же из двух сил, которые завораживают нас и заставляют трепетать, является более мощной?

Обратимся к конкретным сопоставлениям, вспомнив приведенные выше определения, касающиеся энергий созидания и разрушения и сравним примеры, иллюстрирующие проявления той и другой.

*1. Состояние организма.*

Болезнь - ее возникновение активно, в ее приходе есть что-то неотвратимое и властное, она вторгается в организм свободно и не считаясь ни с чем, укрепляя свои позиции уверенно и безопеляционно. А для того, чтобы одолеть недуг, потребуется немало сил и времени, во всяком случае больше, чем то потребовалось для развития заболевания.

Травму можно получить в считанные секунды, для ликвидации ее последствий понадобятся недели, если не месяцы.

*2. Душевное состояние.*

Это весьма хрупкая материя, нанести урон которой не составит никакого труда, в то время как душевное исцеление, о чем хорошо известно, требует порою долгих лет кропотливой и трудоемкой работы.

*3. Семейная жизнь.*

Ее легко развалить и гораздо сложнее наладить.

*4. Война и мир.*

Война с молниеносной скоростью уничтожает жизнь, но история не знает ни одного подтверждения тому, чтобы столь же быстро был восстановлен мир.

*5. Храм .*

Храмы превращались в руины за несколько секунд или чуть более, все дело в количестве подложенного динамита, но сколько времени нужно положить на их восстановление?

*6. Экология.*

Чтобы испепелить лес, достаточно одной спички и одного дня. Новый лес за один день не вырастет.

Во всех перечисленных фактах, не смотря на то, что они представляют разные области бытия, прорисовывается одна закономерность, а именно: **энергия разрушения во много крат концентрированнее во времени, плотнее, насыщеннее, чем энергия созидания.** Ее результаты проявляются немедленно, действенно, коренным образом изменяя распорядок реальности и качество существования. Конечные же результаты последней скорее виртуальны и представляют собой больше планы и надежды, чем явные, ощутимые свершения. Пока созидающая сила воплотится в цель, вихрь разрушения обратит в прах многие и многие благие начинания.

Вывод, следующий из приведенных сопоставлений прост и очевиден:

**Зло несоизмеримо более мощная сила и энергия, чем добро.**

Сам факт звучит неутешительно, но самому факту до этого нет никакого дела.

Резюме:

1. Мы обречены на взаимодействие с миром.

2. Результат этих взаимодействий оценивается в понятиях добра и зла.

3. Психономический подход, признавая реальность этих качеств, определяет добро как программу, проявляющую себя в созидании, а зло - как программу, проявляющую себя в разрушении.

4. Зло при сопоставлении с добром предстает силой гораздо более мощной и действенной.

**§6.**

 **Третья сила. Триада нейтральности.**

В результате наших исследований мы пришли к выводу, согласно которому зло сильнее, чем добро. Однако, в жизни находится немало ситуаций, подтверждающих обратное - когда добро торжествует и прочно удерживает себя в ипостаси победителя.

Действительно, разве нельзя признать за факт существование процветающих государств, благополучных семей, успешных и здоровых людей? Примеров, демонстрирующих подобное, не так уж и мало, во всяком случае, нет никаких оснований называть их исключениями.

Вроде бы возникает парадокс: как же так - зло сильнее, а добро оказывается в роли победителя? Что ж, нам представляется шанс разобраться в этом. Разберем возможные варианты.

1. Добро напрямую противопоставляется злу. В этом случае первое неизбежно погибает, приумножая могущество второго. В данном случае можно сказать, что зло - вампир, питающийся энергией добра. И этот монстр только и ждет момента, когда в борьбу с ним вступит светлая сила.

2. Иное зло напрямую противопоставляется данному злу. В этом случае побеждает более сильное зло, становясь еще сильнее, только и всего лишь.

3. Добро не противопоставляется злу, но в пассивном непротивлении смиренно дожидается часа своего торжества. Никогда не наступит такого часа, даже минута не промелькнет.

Тогда в чем же дело? Вероятно, в некой *третьей* силе, способной одолеть и сокрушить мощь зла. Именно она призвана вступить с ним во взаимодействие, расчисти путь созиданию. В этом смысле добро можно сравнить с шахматным королем - самой слабой и беспомощной фигурой на доске, но именно такой фигурой, ради которой и разыгрывается вся партия. Жизнеутверждающий прогресс без добра невозможен, но оно должно явить себя точно в свое время - когда зла уже не будет. Этот момент наступает в случае если третья сила окончательно выполнит свою работу. И имя этой силы - **нейтральность.** Одним из ее проявлений можно назвать время - субстанция, которая способна растворить в себе самые неблагоприятные влияния. Однако, жизнь человеческая слишком коротка, чтобы уповать и рассчитывать на целительные способности времени. И потому в конкретных реалиях нашего земного существования нам следует скорее обратить интерес к иному воплощению нейтральности - такому, которое можно было бы самостоятельно применить в той или иной ситуации, требующей определенной коррекции. Соответствующая поведенческая стратегия, обозначенная как *триада нейтральности,* позволит нам осуществить это в полной мере.

Сама по себе формула звучит просто:

1. Я наблюдаю.

2. Я принимаю.

3. Я доверяю.

Теперь я представлю механику ее действия, начав с краткой предыстории.

Будучи уже в ранге профессионального психотерапевта, я все больше и больше убеждался в бессмысленности советов и рекомендаций типа "взять себя в руки", "начать контролировать ситуацию", "овладеть собой" и т.д., понимая всю их нелепость. Действительно, как человек может овладеть собой, если он *уже*  не владеет, то есть по меньшей мере не помнит, что следует "владеть собой"? Индивидуум, находящийся во власти аффекта, полностью управляется этой властью и себе не принадлежит. Подобные призывы ни на йоту не работают - просто потому, что сама способность их исполнения отсутствует.

Но зато в любой ситуации человек оказывается способным к наблюдению, что доказывается весьма нехитрым образом: если я могу вспомнить некое событие - то есть ретроспективно воспроизвести его наблюдение, то уж тем более я смогу *вспомнить себя*  в момент, когда событие происходит. И не имеет значения, зол я, печален, уныл, эйфоричен, восторжен или погружен в транс - мне не составит особого труда взирать на происходящее.

Надо заметить, что при этом мне не требуется затрачивать каких-либо усилий, стараться что-либо делать или уж тем паче бороться, ибо наблюдение - это самый естественный процесс в природе. Можно сказать, что он изначален, так как в полной мере свойственен даже грудным младенцам. Поэтому, когда я прибегаю к наблюдению, то всего лишь навсего возвращаюсь к естеству.

С другой стороны, наблюдая, я автоматически отделяю себя от ситуации, и таким образом сила ее влияния ослабевает. Наблюдение уже в какой-то степени предполагает невовлеченность.

При этом следует сделать весьма важную оговорку: *чем больше я вовлечен в ситуацию, тем сильнее она на меня воздействует.* Если же я реагирую на нее всем своим существом, то неизбежно становлюсь ее частью, неотъемлемым звеном, функционирующим органом, без которого она обойтись уже не может. Она уже сама как бы воплощается в некую сущность, становясь ненасытным вампиром, безжалостным монстром, фатально нависающим над беспомощно трепещущим человечком и медленно поглощающим его жизненные соки.

Более того, если кто-то пытается бороться против неблагоприятного стечения обстоятельств, то только способствует их скорейшему развитию, но, увы, не разрешению.

Время от времени полезно вспоминать для собственного же блага, что *мы неизбежно становимся тем, против чего боремся.*

Таким образом получается, что первый шаг, уводящий из вовлеченности - это **наблюдение.**

**Принятие** вначале кажется акцией парадоксальной, предполагающей позицию укрепления и утверждения себя в роли жертвы, однако, на деле все выходит наоборот. Логика же здесь незатейлива: как только я "принимаю" происходящее, я автоматически отказываюсь от борьбы, то есть перестаю снабжать ситуацию своими силами и энергией, ведь ситуация питается именно моей борьбой. Это означает, что ее позиции слабеют, а мои усиливаются.

Принцип **доверия** означает отказ от агрессии, что является весьма существенным действием, ибо нет более опасного состояния для человека, чем его собственная агрессия, так как в первую очередь она разрушает того, кто ее проявляет. Пмимо всего прочего агрессия требует затраты больших сил, что естественно приводит к быстрому истощению жизнеспособности организма.

Таков механизм работы триады нейтральности. И когда он запускается, то это означает что актуальная ситуация вскоре разрешится с наименьшими потерями для того, кто в ней оказался.

Резюме:

1. Хотя зло формально и сильнее, чем добро, но мы встречаем немало случаев, когда последнее занимает доминирующую позицию.

2. Но добро само по себе не может победить зло в прямой борьбе, в этом случае оно его только приумножает.

3. Следовательно, существует некая третья сила, которая способна зло преодолеть, открывая путь добру.

4. Эта сила - нейтральность.

5. В стратегии человеческого поведения нейтральность может использоваться применением трехшагового подхода: наблюдение, доверие, принятие.

6. Подобная позиция способствует скорейшему исчезновению актуальной негативной ситуации.

**§7.**

 **Пребывание в нейтральности. Состояние "Центр Циклона".**

Быть нейтральным - вовсе не означает необходимость быть спокойным и отрешенным. Важно понять, что человеку нужны все чувства и ощущения, существующи в природе - не только радость и покой, но также печаль, меланхолия, гнев. так называемые отрицательные эмоции на самом деле способствуют личностному росту. Более того, они являют основную предпосылку зарождения и реализации творческого импульса. Без них невозможно было бы творчество. Потому что творчество - всегда результат некой неудовлетворенности, внутреннего напряжения, стремящегося проявить себя не только в разрушительном действии, но и в акте созидания.

Нейтральность не уничтожает чувства, она лишь меняет соотношения во взаимодействии их с человеком, лишая их власти.

Это можно проиллюстрировать следующим образом. Предположим, два человека испытывают влияние одного и того же аффекта, допустим, печали. Однако, один из них истощает себя и погружается в более глубокое уныние, порывая все связи с реальностью, а второй претворяет ее в прекрасные строки, скажем такие как "печаль моя светла, печаль моя полна тобою...". Между этими двоими существует явная разница. И она заключается в том, что в первом случае чувство порабащает человека, а в другом человек преобразует чувство в силу. Такой механизм Фрейд назвал сублимацией, а Юнг уподоблял его алхимической трансформации. Я раскрываю практическую технологию этого процесса.

Нейтральность и представляет собой состояние, когда человек, испытывающий какое-либо чувство, внутренне свободен от него. Оно у него есть, но оно его *не держит* - то есть он *не одержим.* Соответственно в противном случае присутствует *одержимость -* состояние, при котором чувство не только присутствует, но и *держит* человека в своей власти.

Привычка использовать триаду нейтральности в конечном итоге вызовет довольно интересное и не совсем обычное по сравнению с привычным состояние легкого раздвоения, которое ничего общего, однако, не имеет с болезненной раздвоенностью. Появится ощущение своеобразной отделенности и присутствие внутреннего наблюдателя. Аналогом этому явлению можно уподобить известный метеорологам феномен "Центр Циклона". Впервые такое сравнение провел Дж. Лилли в своей известной книге, которая так и называется, метафорически сопоставив в ней состояние стихии и человеческого бытия. Дело в том, что какой бы страшной силы не был циклон, в гуще, в самой середине сметающей все на своем пути бури, всегда существует место, где царят абсолютная тишина и покой. Наше эго подобно периферии циклона, кружащейся в бешеном вихре, в то время как наша глубинная сущность и представляет собой истинное око мудрости, через которое проглядывает высший промысел.

Резюме:

1. Нейтральность не означает пассивность и отрешенность.

2. Человеку необходимы и так называемые негативные эмоции, которые являются мощным стимулом для творчества.

3. Нейтральность предоставляет условия, при которых возможно обращение отрицательных чувств и даже ситуаций в созидательный акт.

4. Таким образом быть нейтральным - значит быть созидательным.

5. С другой стороны нейтральность предполагает наличие в спектре переживаний любых чувств с той только особенностью, что не они влавствуют над личностью, но человек волен обратить их в продуктивную силу.

6. Базовый процесс разотождествления помогает осуществить возможность достижения нейтральности, освобождая от чужих влияний и приближая к собственной силе.

 **§8.**

 **Ад и Рай как состояния переживания реальности. Процесс перехода из зоны ада в зону рая. Счастье и Благо.**

Указанные в подзаголовке понятия могут на первый взгляд показаться не совсем уместными или, по крайней мере, парадоксальными, будучи введенными в область, которую можно причислить к одному из научно-исследовательских направлений. И тем не менее психономика не только включает их в список явлений, заслуживающих пристального внимания, но и намеревается использовать в обиходе своих практических средств.

Признаться, меня мало заботит, насколько правомерно и корректно использование ссылок на подобные категории с точки зрения моих ученых коллег, так как я полагаю, что имею полное право игнорировать границы, устанавливаемые официозной в настоящее время парадигмой психотерапии. А почему бы и нет? Завтра все может измениться противоположным образом. С другой стороны всякие психотерапевтические и психологические ограничители несколько смешны и претенциозны. Ведь даже самая наукообразная психотерапия не является наукой, что можно вполне отнести и к психологии. А посему каждый из нас, кто имеет профессиональное отношение к вышеупомянутым областям, волен обращаться с теоретическими концепциями и воззрениями так, как ему заблагорассудится.

Это мое несколько пространное предисловие обусловлено только лишь намерением продемонстрировать мою готовность устраниться от всяческих споров и словопрений, в которые я уже почти научился не вовлекаться, выступая с докладами на всякого рода тьематических конференциях.

Итак, с точки зрения психономики Ад и Рай представляют собой вполне конкретные реалии, данные человеку при *этой* жизни. Одновременно нам предоставлена и возможность выбора, в какой из этих зон пребывать.

Ясно, что в начале своего жизненного пути мы оказываемся в аду, низвергаясь из эдема материнского чрева в чужой и холодный мир, исполненный угрозы и чудовищных опасностей. И слезы сопровождают наш приход. Наверное уже и младенец смутно чувствует, что он изгнанник, еще хотя и не понимая всей своей обреченности на пожизненные странствия.

В поисках чего мы бредем по этой тверди, пересекая незримые линии жизни друг друга, разрывая их или запутываясь в них? Не в поисках ли того утерянного блаженства, которое утратили некогда и, быть может, навсегда? Томящие предощущения возможности обретения мифического счастья волнуют душу и убаюкивают рассудок. Сладостные сны забытья проносятся краткими вспышками сквозь нескончаемый поток бытия, унося в своих рассеивающихся шлейфах частички нашей рассеивающейся души.

Мы не идем, но уходим. Постоянно уходим от нависающей смуты первых дней после сотворения на свет. Наверное, этот уход сродни спасению. Жизнь человека есть непрерывный процесс спасения его души. Кто спас, тот и спасся. Кто спасся, тот и обрел счастье. Значит, вот оно, где счастье - в спасении! Все остальное - лишь благо, которое зачастую ложно воспринимается как обретение рая, то есть счастья. Но благо всего-навсего только возможность вовремя удовлетворить влечение без особых затрат энергии и сил - снять сексуальное напряжение, утолить голод, насладиться зрелищем прекрасной картины, понежиться в горячей ванне, помедитировать о высшем смысле существования, отведать изысканного вина... Влечение удовлетворяется - и снова пустота - зияющая щель, сквозь которую чернебще проглядывает одинокая душа. Ибо благо не заменяет счастья. Иметь благо еще не значит быть спасенным или находиться во спасении.

Цель психономики - помочь человеку перейти из зоны ада в зону рая.

При этом используется своеобразный путеводитель. Хотя топография его временами бывает парадоксальной, но через нее пролегает путь к успеху.

Так например, не сразу воспринимается должным образом рекомендация не только не стремиться вырваться из зоны ада, но и как можно глубже погрузиться в нее и пережить ее. Ибо именно там, в глубинах ада, прячется дверца, ведущая в зону рая. Ад подобен болоту - чем интенсивнее барахтанье, тем сильнее засасывает.

Чистилище же и есть движение через ад. Это не место пребывания, а процесс. Он может усилить страдания, но он и освобождает, очищает от них.

Нередко и сам процесс психотерапии является таким своеобразным чистилищем, которое дает возможность пациенту пережить опыт своего собственного спасения.

Резюме:

1. Ад и Рай - конкретные реалии, данные человеку при жизни.

2. Направляясь при рождении в этот мир, человек сразу попадает в ад, ощущая положение изгнанника и предчувствуя судьбу странника.

3. Вся последующая жизнь представляет собою способы выхода из ада и поиски рая.

 Такой уход является настойчивой попыткой спасения души - спасения от неизбывной тяжести первой травмы появления на свет.

5. Значит, говоря о счастье, следует подразумевать прежде всего спасение.

6. Необходимо уметь видеть разницу между действительно различными состояниями - счастья и блага.

7. Первое - категория внутренняя и определяется характером взаимоотношений, происходящих в глубине, скрытой от внешней предметности. Вторая же обусловливается результатом взаимодействий с миром предметных отношений.

8. Очищение – *«Психическая Баня»* есть процесс прохождения через пространство ада.

9. Психономический процесс во всей его мощи и представляет собой такую *Баню*.

**§9.**

**Точка нуля. Состояние *Ничто.* Стратегия перехода. Слово не описывает реальность, но создает ее. Кристаллизация. Ловушки.**

**Бытие - Делание - Создавание.**

Итак, мы уже отметили, что дверца, ведущая в Рай, сокрыта в самой глубине ада. Это означает, что человеку следует прежде чем устремить свои помыслы вверх, обратить взгляд свой вниз и отважиться на погружение в глубины пугающие, устрашающие, но - его собственные. Если я не встречусь с моим адом, он сам найдет способ встретиться со мной, только в последнем случае последствия могут быть печальны.

Я принимаю намерение, отваживаюсь на то, чтобы начать этот жуткий спуск и вот обнаруживаю себя в бездне, в царстве блуждающих призраков и фантомов, с которыми мне придется взаимодействовать. Я уже почти совсем смирился с пониманием того, что меня ожидают драматические переживания и каверзные испытания и готов пройти сквозь них достойно. Однако последним и самым изощренным испытанием вдруг оказывается та самая заветная дверца, что выводит к свободе, то есть освобождению. Ибо свобода – это, прежде всего, освобождение. Не так уж и незатейлива на деле оказывается эта дверца. Игольное ушко для верблюда воротами может показаться по сравнению с ней. Но иного выхода, кроме как этот, нет. Соответственно остается или уйти, или остаться. И tertium non datur.

Некий страж стоит на пороге заставы, только вместо требования предъявить паспрт и декларацию он пристально вопрошает: "Кто ты"? И кто отвечает правильно, тот пересекает последнюю черту и оказывается на свободной территории. Чей же ответ неверен, остается в зале ожидания.

"Кто ты? Кто ты? Кто ты? Кто ты? Кто ты? Кто ты? Кто ты? Кто ты? Кто ты?"

Сколько откровенного и сокровенного, а на самом деле ложного выплеснуто на пограничный порог! Сколько перешедших и сколько оставшихся! Временно ли, навсегда ли?

Вот кто-то отвечает" "Я имярек такой-то..." - "Обратно".

"Я - человек" - "Обратно".

"Я - мать троих детей" - "Обратно"

"Обратно... Обратно... Обратно..." - голос холоден т монотонен, как весы Фемиды.

"Я - творец своего счастья и..." - "Обратно".

"Я - никто" - "Проходи".

Назвавшийся Никто, прошел через черту и исчез в дверном проеме, словно бы его и не было. Теперь его уж точно нет. Во всяком случае в аду.

Присутствующие робко зароптали. Одни предположили, что лучше уж быть в аду, чем нигде, другие - быть кем-то, чем никем. И некто даже возмутился, что он некто и не собирается становиться никто. Он, наверное, прав, но остался за чертой.

Робость, сомнения, гордыня - слишком тяжелая ноша для перехода.

*Никто -* это точка, где происходит обнуление всех личных установок.

*Никто -* это нулевое пространство, где можно выжить, лишь будучи нейтральным и прозрачным.

*Никто -* это карантин души, где в невидимом свечении бесстрастной пустоты стерилизуются последние вирусы. Необходимость на первую видимость жестокая, но действующая во спасение. Свобода убивает того, кто не свободен. В этом она еще более жестока.

В сущности это и есть стратегия *перехода.* Территория счастья не приемлет никакой отягощенности.

Тот, кто решился на жертвоприношение со стороны своей гордыни и рассудочности, низринувшись в *ничто*, ставши *никем*, уподобился новорожденному, чья душа теперь открылась для восприятия новых программ. С другой стороны это уже не то состояние беспомощности и беззащитности трепетного комочка вещества и духа, что только-только прибыл в чужую обитель земного мира.

Первый раз каждый из нас умер, когда родился. Умерший дважды, не рождается, но *воз*рождается. И потому прошедший через ноль, обновляется уже в качестве magus.

В Книге, к авторитету и мудрости которой до сих пор аппелирует человечество, говорится о том, что Всевышний создал человека по образу и подобию своему. Наверное, здесь имеется в виду не внешнее сходство и не строение тела, а некое свойство, сходное с качеством Создателя. И первое, что высвечивается в своей очевидности касательно данной аналогии - способность творить - качество творца. Вот оно - подобие, и вот он - образ того, чей замысел воплотился в промысел.

И совершивший переход, наделяется таким даром. Почему? Потому что толькло тогда, когда чашка пуста, ее можно наполнить свежим чаем.

Только в данном случае человек наполняет себя сам новым содержанием. А процесс начинается с сотворения Слова - которое всегда было, есть и будет вначале. Ибо Слово - это не то, что описывает реальность, а то, что создает ее.

Иные на это возражают - "Как же так? Мы говорим, что желаем счастья, здоровья, богатства, но ничего не меняется"! Весьма распространенная ловушка, в которую столь часто попадает смятенный ум, загружающий себя всевозможными концепциями. выбраться из нее можно, глубоко и искренне проникнув в суть вопоса: "Действительно ли я этого хочу, или я хочу этого хотеть"? Наши желания всегда исполняются. И если я хочу *это*, то я получу *это* рано или поздно. Если же я хочу хотеть *это*, то я также получу - хотение хотеть *это.* Вот в сущности и вся разница. На деле она проста. Это во-первых.

Во-вторых, у Слова существуют свои секреты. И основной из них заключается в том, что оно может быть живым или мертвым. Первое творит мир, второе не творит ничего, но само растворяется в протекающей мимо суете.

Все зависит от того, как я взаимодействую со Словом. Многие произносят слова механически, по инерции и тем самым лишают себя возможности ощутить их могущественные преобразующие вибрации. Но можно в слово вдохнуть жизнь, используя процесс кристаллизации.

Возьмем, к примеру слово "Я" - то, с которого начинается человек. Если произнести его вслух, достаточно резко, громко и отрывисто, то можно обнаружить, как оно отзовется в той или иной части тела. Внимательно следует проследить и зафикировать точку, где проявился сигнал. Разумеется у каждого эта процедура имеет свои особенности. И ощущения при том возможны самые разнообразные, в соответствии с индивидуальной восприимчивостью - мягкий толчок, жжение, щекотание, болезненность, распирание, дрожь... не имеет значения, главное уловить и зарегистрировать импульс.

И таким образом с одной стороны организм получает знание о том, где же все-таки пребывает его Я (при последующем проведении подобного процесса точка может обнаружиться в другом месте. Я не замороженно в некой заданной фиксированной позиции, оно склонно к перемещениям), а с другой - слово, направленное из этой точки вовне, начинает оказывать реальное животворящее действие.

Следующим после Я по важности и по значению является глагол *Быть.* Формула **Я есть** подчеркивает сопричастность бытию и отождествленность с ним. Такая позиция открывает возможность взаимодействия с изначальной Силой. Человек предоставляет себя для принятия внеличностной энергии, и Вселенная становится его соучастником. И тогда любое действие превращается в магическое действо. Это весьма важное положение, игнорирование которого провоцирует попадание в очередную ловушку.

Предположим, человек знает, чего он действительно хочет. Предположим также, что он действительно хочет, а не хочет хотеть этого. Тогда он естественно задается вопросом: "Я хочу создать *это.* Но что я должен делать, чтобы создать это"? Ответ не трудно получить, если знаешь, чего ты хочешь. И вот начинаются делания, напористые или осторожные, решительные или робкие, стихийные - по наитию, или продуманные... и ничего не получается. Люди утопают в делании, а результаты никак не проявляются. Значит - ловушка.

Выходу из нее способствует дальнейшее продвижение по ряду намерений. Следует снова спросить себя: "А каким я должен *быть*, чтобы начать *делать* то, чтобы *создать* это"? Теперь процесс получает завершенность. Подготовка закончена, и начинается акт творения. В этом *быть* стягиваются все силовые линии, призванные осуществить проект. Magus ничего не делает и получает то, к чему стремится. Потому что он *есть.*

**Когда я есть и нахожусь в своем быть, то делание делается само, и в один прекрасный момент я всего лишь встречаюсь с творением, которое создал сам.**

**Глава 5.**

**6 правил большой космической игры.**

Вся жизнь – театр, а люди в нем актеры. Это не метафора, а констатация.

Дабы понять, что данная реплика не есть поэтический вензель, обратимся к источникам словообразования.

Документальные сводки словарей с фактологической точностью легко проясняют изначалие иносказательных значений.

**Театр** – латинское **Theatrum** – место действия, поле деятельности. Theatrum orbis terrarum – мировое поприще, весь мир.

**Актер** – латинское **Actor** – действующий, приводящий в движение, исполнитель.

**Роль** – латинское **Rotula** – свиток, происходит в свою очередь от **Rota** – вал, колесо.

*Вот и получается,*

*Что наше бытие – вселенский Театрум,*

*И мы в нем все от мала до велика*

*Акторы – исполнители*

*И проживаем в колесе – ролике*

*В постоянных вращениях – возвращениях.*

*И у каждого свой свиток,*

*Где ни единой лишней запятой,*

*Случайной буквы.*

**Игра** – производное индоевропейского корня **aig –** «колебаться», «двигаться».

Следовательно, пока мы двигаемся – мы играем. Пока в жизни – в игре.

*Однако существование многих из нас, даже тех, кого называют успешными, трудно назвать жизнью. Скорее всего, это выживание.*

*Снаружи – бурная деятельность, а внутри – неудовлетворенность, агрессия, тревога. Мир полон ловушек. Как выиграть и не застрять в ловушке?*

Для выражения лица нашего современнмка характерен особый отпечаток сосредоточенной озабоченности. Сразу видно, что человек озадачен бременем житейских требований и предписаний. И даже внешний успех зачастую не способен скомпенсировать пустоту внутреннюю.

Такое происходит из-за незнания элементарных правил Большой Космической Игры под названием Жизнь. От того и получаем штрафные очки в виде проблем и эмоциональных обвалов.

По всей вероятности, каждый стремится выиграть.

Ибо результат игры: беда или победа.

Проблема в том, что не каждый знает правила.

Между тем, как именно знание правил обеспечивает успех в игре.

Кто владеет правилами, тот и управляет.

Кто такой Победитель? Это тот, кто лучше остальных знает правила и точнее остальных их выполняет.

Поэтому если прояснить правила, по которым мы все играем, и не нарушать их, то всегда можно рассчитывать на выигрыш.

Для наглядности рассмотрим такие понятия как «Зона Выигрыша» и «Зона Поражения». Каждая из них имеет свои признаки, с которыми можно сообразовать собственное поведение и легко определить, под влиянием каких тенденций – созидательных или разрушительных мы находимся.

**Шесть правил Зоны Выигрыша. (Быть – Жизнь).**

№1 *Правило Зеркала*. Окружающие меня люди – мои зеркала. Они отражают неосознаваемые мною аспекты моей собственной личности. Если кто-то мне хамит, значит, я сам готов нахамить. Так что обижаться не на кого.

№2 *Правило Выбора*. Я понимаю и осознаю, что все происходящее в моей жизни есть результат моего собственного выбора. Так что не к кому предъявлять претензии. Автор – я сам.

№3 *Правило Ответственности*. И я готов взять ответственность за свой выбор и отказаться от любых самооправданий. Самооправдания бесполезны.

№4 *Правило Погрешности*. Я осознаю погрешность своих мнений и суждений. Привязанность к чувству собственной правоты рано или поздно приводит к личной катастрофе. Кто свято верит в свой образ мира, тот не видит сам мир.

№5 *Правило Соответствия*. Я имею ровно то и ровно столько, чему я соответствую, ни на йоту больше, ни на йоту меньше, касается ли это отношений, должности или денег. Так что все мои претензии бессмысленны. Меняюсь я – меняются и обстоятельства.

№6 *Правило Присутствия*. Я - «здесь и сейчас». Прошлого нет, потому что его уже нет. Будущего нет, потому что его еще нет. Привязанность к прошлому приводит к депрессии, озабоченность будущим порождает тревогу. Пока я жив – я бессмертен. Есть повод порадоваться.

**Шесть правил Зоны Поражения**. **(Не быть – Жизнеподобие).**

№1 Я критикую и осуждаю других – то есть пеняю на зеркало.

№2 Я предъявляю претензии к миру вместо того, чтобы осознать происходящее со мной как результат моего выбора и ничьего иного. Кто или что угодно, только не я – причина происходящего со мной.

№3 Я отказываюсь от собственной ответственности за происходящее со мною и стремлюсь переложить ее на других людей или на обстоятельства. Я иждивенчески ожидаю, что кто-то придет ко мне и подарит мне счастье.

№4 Я категорично убежден в собственной правоте и верю в безоговорочную истинность своих концепций, мнений, установок.

№5 Я предъявляю притязания и претензии на то, чему не соответствую – то есть я хочу обладать тем, что мне не принадлежит.

№6 Я привязан к опыту прошлого и постоянно огладываюсь назад.

Из сказанного видно, что жить легко приятнее, чем мучиться в рутине. Прояснив правила, каждый для себя может решить – Быть ему или Не быть.

Однако при этом важно осознать, что всякая соревновательность в Большой Космической Игре неизбежно приводит к поражению.

*Однажды одного чемпиона мира по бильярду попросили объяснить причину его успеха и, почему никто не может у него выиграть. Тот ответил: «Все очень просто. Пока другие играют со мной, я в это время играю в бильярд».*

**Глава 6. Что такое проблема?. .**

Греческое слово problema дословно означает «нечто выступающее, брошенное вперед» - «выступ» – «преграда».

Двухосновное слово, раскладывающееся следующим образом: pro- «впереди», «перед» + blema «бросок», произошедшее от ballo «бросаю», «**мечу**», «накидываю».

От чего мы мечем и мечемся? От того, что сами создаем в жизни своей муть, замутняем то, что изначально пребывает в ясности и накидываем под своими же ногами груды мусора, о которые непременно и спотыкаемся. Все это сдерживает естественный ход событий и тормозит, а впоследствии и блокирует развитие поступательного движения, приводя к застою и распаду. Ибо накопившийся мусор, когда достигает некой критической массы, неизбежно начинает разлагаться, ускоряя смертоносные процессы тления.

 С другой стороны мы имеем известное евангельское предостережение «Не мечите жемчуг ваш перед свиньями, чтобы они не попрали его ногами своими, и обратившись, не растерзали вас».

Жемчужина в психоаналитической интерпретации представляет мистический Центр и сублимацию и тем самым отождествляется с человеческой душой.

Символическое ее значение связывается с такими качествами как: жизнетворящая сила, связь с первоисточником энергии, образ негасимого божественного света, тайна превращения потустороннего в ощутимое, проявление Бога в космосе – у гностиков. Ее скрытое развитие внутри раковины связывается с чудом рождения и возрождения, процессом трансформации, означающим переход от примитивных стадий развития к спиритуальным статусам бытия человеческого. В алхимическом контексте можно говорить о феномене преобразования материи в философский камень.

Свинья в символизме означает обратный процесс превращения высшего в низшее. Свинью также связывали с плодовитостью физической, что указывает на ее аспект прежде всего плотский, стадный. На некоторых фресках изображение свиньи у ног св. Антония означало победу духа над животным началом.

Исходя из представленных символических толкований, становится ясным зашифрованный подтекст евангелического предостережения: «Не стоит свои духовные достижения подчинять деструктивным, хтоническим импульсам бессознательного, которые, вырвавшись из-под контроля, способны хаотической и неуправляемой силой своей оказать разрушительное действие». Достигающий более высоких измерений своего бытия, на первых этапах трансформации подвергается риску подпасть под влияние искусов прошлого с его отлаженными и заученными стереотипами и таким образом вновь регрессировать до состояния, обусловленного примитивными позициями. В этот период важно вспоминать и осознавать, что достигнутое внутреннее достояние принесет куда более весомые плоды, чем те, которые давно уже съедены и переварены.

Семантический ряд. Проблема – Мусор – Муть – Смятение – Мучение.

Почему мы испытываем мучения?..

Слово мучение происходит от индоевропейского корня корень **men**- «мять», «щемить», «дробить». Сравним, как развивается данное понятие в других языках.

Греческое masso – «давлю», «угнетаю», «мну».

Древнеиндийское macate – «дробит», «раздробляет».

Древнерусское *мутити* – «волновать», «смущать», «тревожить»; мутьный – «грязный», «неясный», «тревожный»; муть – «смятение», «волнение».

Поскольку одно из значений рассматриваемого смысла – «грязный», то было бы вполне закономерным здесь проявить внимание к понятию «мусор», восходящему к протоязыковой базе **mud:moud** от корня **meu:mou**- «сырой», «нечистая жидкость», также «грязнить», «сорить». Однокоренное греческое слово mudos означает «пятно», «бесчестие», «позор», mudaros – «гнусный», что соотносится с русским «мудак».

Семантический ряд. Мучение – Мутить – Мусор – Смятение – Смущение.

Таким образом причина мучений становится понятной. Когда жизнь мутна и присутствуют в ней смута и муть, то накапливается всевозможный мусор, в котором совсем несложно и захлебнуться, и задохнуться. Муть сминает, и мусор давит нечистой массой. Оттого и мучения.

Следовательно, как только в существовании субъекта вносится ясность, проясняются его отношения – с собою, другими, миром, муть исчезает и как само собой разумеющееся, уходят мучения. Стало быть, чтобы не мучиться, достаточно просто быть ясным.

Ясность же достигается тогда, когда мы анализируем динамику и закономерности собственного существования.

Следовательно, если говорить на простом языке без нагромождения затемненной и туманной «оккультной» терминологии, целью любой эффективной трансформации человеческого существа становится Ясность его Бытия.

Именно в применении к понятию «ясность» употребляются метафоры с позитивным смыслом - «ясное сознание», «ясные и чистые отношения», «просветленная душа». Когда же хотят подчеркнуть наличие проблемного состояния, то употребляют прямо противоположные по значению выражения – «затуманенный мозг», «жизненная путаница и сумятица», «затмение рассудка» и т.д.

Опираясь на принцип Ясности, сделаем уместный акцент и на то, что сам трансформационный процесс необходимо предполагает наличие четкости, последовательности, структурной организации, а потому и не допускает никаких фантазийных искажений и хаотической скомканности.

**ЧАСТЬ 2. ЗАКОНЫ И ЗНАКИ.**

**Глава 1. Базовые законы.**

**ЗАКОН ЗАКОНА.**

**Все, абсолютно все, происходящее в нашей жизни, обусловлено соответствующим законом.**

**Случающееся не случайно.**

Слово «закон» традиционно означает - «завет», «установление, противоположное обычаю, покону». Корень kon означает конец, предел, искони, испокон. «Покон» - «обычай», «начало». Стало быть, Закон – это то, что до начала, за пределом, предвечно, до человека.

Стало быть, ЗА-КОН – это нечто данное человеку и независящее от последнего в силу своей за-предельности, за-разумности. Здесь выражается идея наличия некой логики, которая по отношению к нашему существованию является обусловливающей, предопределяющей. Подобные свойства с незапамятных времен приписывались некоему качеству, которое именовалось «божественной силой» в тех или иных вариациях.

И поскольку наше бытие структурно и обладает всеми признаками организованности, мы можем говорить о наличии определенных закономерностей, присущих ему. Само понятие «закономерность» опровергает возможность какой-либо случайности. Следовательно, мы можем говорить о существовании законов – как о наличествующей непреложности, изначальной заданности, не зависящей ни от личной воли субъекта, ни от каких иных факторов, кроме разве тех, что могут стоять выше самого закона. Но это уже Трансцендентное и совсем не доступно разумению…

Если есть закономерности, стало быть, есть закон, который ими управляет. Всякое же управление всегда *осмысленно* и свидетельствует о наличии Разума. В разумном устроении случайностей не бывает. Если случайностей не бывает, стало быть, все закономерно. Если все закономерно, то все определяется и управляется законом.

Иными словами, я споткнуться не могу, если на то нет соответствующего закона.

Таким образом, можно утверждать, что во вселенной кроме гравитации, молекулярного распада, синтеза и иных физических, химических и биологических законов существуют и законы "аварии", "семейных распадов", "несчастной любви", "предательства", "счастливой любви", "успеха" или "невезения" и т.д.

**Праксис** (от греческого praksis – действие; то же самое, что и упражнение, только без наличия школьного оттенка, присущего последнему).

*Предлагается в течение трех дней осознавать каждое событие, даже самое незначительное, с точки зрения представленной информации и воспринимать его как результат действия аналогичного закона.*

*Например, при выходе из дома я споткнулся. По прошествии моментальной психофизической реакции я просто произношу про себя: «Я привлек закон спотыкания». Если, вдруг, я ощущаю, что у меня заболел живот, то в подобной манере констатирую и этот факт: «Я привлек закон заболевшего живота».*

**NB!** Какой бы негативный эмоциональный отклик ситуация не вызвала, ни в коем случае не следует прибегать к его подавлению, не говоря уже о радостных чувствах. Никаких “проработок”, “коррекций”, “извлечений уроков”, “утешений” в данном опыте не допускается. Только механическая и чуть даже отстраненная формулировка “Я привлек закон такой-то” – при всем разнообразии аффективных реакций. Одно другому не помеха.

**NB!!** В какой-то момент может наступить чувство нелепости, курьезности, бессмысленности своего положения, сопровождаемое мыслями типа: “выгляжу, надо сказать, совершенно по идиотски”. Не стоит излишне эмоционально реагировать на свои сомнения, поэтому констатации и формулировки продолжаются. Одно другому не помеха.

На четвертый день резко прекратить подобную практику и в полной мере насладиться чистотой тотального переживания жизни и собственным спокойствием.

**ЗАКОН ЦЕЛИ.**

**Все существующее имеет цель.**

**Каждое действие всякого существа задается единой целью, подчиняется единой цели и согласуется с единой целью.**

Цель определяет смысл. Поэтому смысл всегда совпадает с целью. Какова цель, таков и смысл.

Цель, по определению, это «то, к чему стремятся».

Цель – единственный фактор, не допускающий никаких случайностей и организующий хаос в стройную, хотя и изощренную систему взаимообусловленных связей. Во Вселенной нет и не может быть случайностей. Малейшее допущение хотя бы одной из них отрицает все мироустройство.

То, что не случайно возникло, не может случайно исчезнуть. И без причины не бывает следствий. Именно поэтому любое явление пребывает в контексте причинно-следственных отношений. То, что явилось - явилось закономерно, то есть, следуя соразмерности соответствующих законов. Организация закономерностей процессов не может обходиться без управления. Управление естественно предполагает Управителя. Управитель же непременно обладает Разумом, способным производить замыслы, которые в свою очередь реализуются в процессы.

Замысел Управителя и есть цель.

Следовательно, более логично говорить о цели не как о том, *к* *чему* стремятся, а как о том, *из чего* устремляются.

Если, к примеру, моей локальной целью является необходимость завтра проснуться раньше обычного, то сегодня я завожу будильник на нужное мне время. Таким образом, из моей сегодняшней цели исходят мои сегодняшние действия, ориентированные на завтрашний результат. И если он завтра случается, то я говорю, что цель достигнута. Но в этом случае речь уже идет о вчерашней цели – с позиции «завтра», которое стало «сегодня». Стало быть, цель как таковая находится не в будущем, а в прошлом! Это означает, что цель и **программа** (предписание) суть одно и то же.

В то же время об актуальном состоянии особи можно говорить только в ситуации «здесь и сейчас». Именно в данной точке особь существует реально – как факт, в то время как по отношению к прошлому или будущему ее бытие виртуально, то есть предположительно. В прошлом ее нет, потому, что ее уже там нет, в будущем ее нет, потому что ее еще там нет и неизвестно, что с ней произойдет в следующую секунду. Итак, ее нет ни там, ни там, и она остается здесь, пока она остается здесь. Из этого следует, что ее насущное пребывание «здесь» и есть достижением некой цели. Основное и самое главное свойство «здесь» – это осознавание себя живым. Ведь умерший на подобное осознавание не способен, и потому он не может заявить « я здесь». Вот и получается, что базовой программой, а стало быть, и целью, и смыслом всякой особи является – выживание.

**Праксис.**

*Предлагается выбрать какой-нибудь день, в течение которого с произвольной периодичностью повторять: «В настоящий момент я осознаю, что я жив. Но если я до сих пор жив, значит, я не совершил ни одной ошибки. И если сейчас я жив, стало быть, я достиг своей цели».*

*О следующем дне говорить пока рановато (да не с черным юмором будет сказано).*

**ЗАКОН ВЫЖИВАНИЯ.**

**Все живое стремится выжить.**

Почему мы говорим не о жизни как таковой, касательно особи, но именно, о ее выживании?

Выживание – это стремление остаться в живых, то есть сохранить себя.

Что касается жизни как таковой, то сама по себе она трансцендентна, то есть внеличностна. Ее потоки стихийны, истоки вне времени. Значит, жизнь как таковая – это, прежде всего, отсутствие смерти, то есть, строго говоря – бессмертие.

Однако, всякая особь в силу своей временности и наличия всяческих ограничений, неизменно сталкивается со смертью на каждом шагу.

Смерть – это то, что представляет непосредственную или опосредованную угрозу уничтожения, а последнее ассоциируется с болью.

 Все животное так или иначе связано с опытом боли, исходящей со стороны мира, который таким образом воспринимается двойственно: с одной стороны он представляется источником блага, предоставляющего все возможности для интенсивного переживания удовольствия, а с другой - несет угрозу лишения этого блага.

 Благодаря подобному восприятию возникает разделение Преследователь - Преследуемый, Хищник – Жертва, Охотник – Добыча. Между ними возможны периодические примирения, например, когда преследователь сыт и пассивен. Однако перемирие еще не есть мир, и пробуждающийся голод снова направляет охотника на поиски добычи.

Теперь становится ясным, что понятие «выживание» подразумевает под собой понятие «борьба». Не будучи в состоянии борьбы, выжить невозможно! Такое положение дел распространяется от амебы до человека.

Вместе с тем, и постольку, поскольку речь идет о борьбе, то совершенно очевидно, что принцип выживания полностью основан на агрессии. Выстраивающийся ряд Выживание – Борьба – Агрессия замыкает круг существования особи и зажимает ее в своеобразном бытийном замке.

Выживание – это стремление избежать боли-смерти и тем самым остаться при жизни, заручившись гарантией не расставаться с тем, в чем хочется оставаться.

Ведь *Остаться* и *Расстаться* – кардинально полярные статусы наших желаний. К примеру, особь попадает в какое-то место с комфортной и вполне подходящей для нее средой обитания. Она испытывает блаженство, ей хорошо. И у нее тут же появляется естественное желание *остаться* здесь, и если оно реализуется, срабатывает внутренний сигнал «все в порядке», обеспечивающий чувством защищенности и удовлетворения. В противном случае мы наблюдаем нарастание беспокойства и признаки дезорганизации, дезориентации, хаотической рассогласованности в поведении особи.

**Выживание – это борьба за то, чтобы остаться в жизни-удовольствии и избежать смерти-боли.**

Всякая борьба есть агрессия.

Агрессия – всегда разрушение, то есть все та же боль-смерть.

Получается странный вывод: **для того, чтобы избежать боли-смерти особь должна находиться в ситуации боли-смерти**.

Но, как уже говорилось, жизнь сама по себе – это отсутствие смерти, то есть бессмертие. И, следовательно, жизнь ни в какой борьбе не нуждается для того, чтобы утвердить себя самое. Она просто есть и находится в состоянии «быть». Жизни нет необходимости бороться за жизнь, потому что смерть ее не касается. Бесконечное не заканчивается и потому лишено страха перед собственным завершением-уничтожением.

Отсюда вытекает второй странный вывод: **выживание - это не столько стремление жить, сколько стремление не умереть.** Здесь срабатывает логика определения «свет – есть отсутствие темноты».

Два полученных вывода:

**1.** **Выживание - это не столько стремление жить, сколько стремление не умереть**

**2. Чтобы избежать смерти особь вынуждена быть со смертью** –

 в совместном сопряжении образуют то, что я обозначил как **1-й парадокс животного существования.**

В чем же парадоксальность парадокса? Сопоставив имеющиеся составляющие нашего уравнения, получаем: если жизнь есть отсутствие борьбы, а выживание – непременно борьба, то **жизнь и выживание совсем не одно и тоже**.

Иными словами, выживающий не живет, живущий не озабочен выживанием.

 Но, так как выживание – это избегание смерти, и в то же время выживание не есть жизнь, то выходит, что жизнь – это смерть. Получается, что как только особь перестает выживать, она начинает жить, и как только она начинает жить, она… умирает.

Чтобы стать бессмертным, следует умереть. Такова логика, таков парадокс… такова жизнь.

 Существует ли разрешение парадокса? Основываясь на очевидных данных, свидетельствующих о наличии определенного количества людей *живущих*, именно живущих, а не выживающих, мы можем на поставленный вопрос ответить утвердительно. Если же проявить интерес к практической стороне вопроса, то соответственно возможно познать и принцип перехода от состояния выживания к непосредственной и живой жизни.

Для решения предложенной задачи проясним конкретную суть явлений с тем, чтобы интересующие нас понятия даже в самой малой степени перестали быть умозрительными абстракциями. С этой целью, во-первых, определим элементарную разницу между выживанием и жизнью, введя такое понятие как  **Зона Бытия**, а во-вторых, изучим механизм, реализующий выживание особи.

**Зона Бытия** - обозначение состояния степени жизнепроявления и жизнеспособности человеческого организма. Различаются **Зона Жизни** и **Зона Мертвая**.

**Зона Жизни**.

Поведенческие признаки пребывающего в Живой зоне:

Наблюдение – неосуждение и безоценочная позиция.

 Принятие – понимание и осознание того, что случающееся неслучайно, а является результатом собственного выбора.

Доверие – готовность взять ответственность за свой выбор и отказ от самооправданий.

Уверенность в незнании - осознание относительной истинности своих мнений и суждений.

Пребывание в вопросе - понимание того, что любой ответ не может быть исчерпывающим в силу ограниченности рассудка.

Естественное знание – озарение вследствие пробуждения интуиции (например, естественное знание дается ребенку, который однажды встает на ноги и идет, при этом не нагружая себя никакими установками, концепциями или рассуждениями относительно того, как это нужно правильно делать).

Присутствие – тотальное переживание себя «здесь и сейчас».

 Участие – осознание себя соавтором собственной судьбы, восприятие собственного существования как мистического факта.

Сотворение – уподобление Творцу - Автору и активное взаимодействие с Ним.

Следовательно, живой тот, кто пребывает в непосредственном переживании каждого мига бытия. Он тотально в нем присутствует, а стало быть, и участвует, и значит, ежемгновенно сотворяет, становясь тем самым образом и подобием Творца.

**Зона Мертвая**.

Поведенческие признаки пребывающего в Мертвой зоне:

Склонность к осуждению и оценкам другого.

Претензии к миру вместо осознания собственного выбора

Самооправдания и отказ от собственной ответственности и стремление переложить ее на другого или на обстоятельства.

Самоуверенность (вовсе не тоже самое, что Уверенность в Себе) – как категоричная убежденность в собственной правоте.

Вера в безоговорочную истинность своих концепций, мнений, установок.

Рассудочность, притязания.

 Привязанность к опыту прошлого и ориентация на прошлое.

Отчужденность от себя как носителя мистических свойств.

Иждивенческая позиция по отношению к миру.

 У обитателя Мертвой зоны душа не сформирована как полноценная система и не соединена с духом. Жизнедеятельность обеспечивается за счет рефлексов и деятельности трех «низших» центров: инстинктивно-двигательного, эмоционального и ментального. И предел мертвого – смерть.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Аспекты жизнепроявления | **Живая Зона – Я – Индивидуум – Жизнь – состояние Человека** | **Мертвая зона – Эго – Личность – Выживание – состояние Робота** |
| 1. Отношение к другому  | Наблюдение – неосуждение и безоценочная позиция | Склонность к осуждению и оценкам другого. |
| 2.. Отношение к личным обстоятельствам | Принятие – понимание того, что случающееся не случайно, а является результатом собственного выбора. | Претензии к миру вместо осознания собственного выбора |
| 3. Мера ответственности | Доверие – готовность взять ответственность за свой выбор и отказ от самооправданий.  | Самооправдания и отказ от собственной ответственности и стремление переложить ее на другого или на обстоятельства. |
| 4. Чувство собственной важности | Уверенность в незнании - осознание относительной истинности своих мнений и суждений.  | Убежденность в безоговорочной истинности своих концепций, мнений, установок. |
| 5. Привязанность к личному мнению | Пребывание в вопросе - понимание того, что любой ответ не может быть исчерпывающим в силу ограниченности рассудка.  | Самоуверенность (вовсе не тоже самое, что Уверенность в Себе) – как категоричная убежденность в собственной правоте. |
| 6. Философия познания | Естественное знание – озарение вследствие пробуждения интуиции (например, естественное знание дается ребенку, который однажды встает на ноги и идет, при этом не нагружая себя никакими установками, концепциями или рассуждениями относительно того, как это нужно правильно делать). | Рассудочность, притязания. |
| 7. Проявленность в реальности | Присутствие – тотальное переживание себя «здесь и сейчас». | Привязанность к опыту прошлого и ориентация на прошлое. |
| 8. Приобщенность к собственной жизни | Участие – осознание себя соавтором собственной судьбы, восприятие собственного существования как мистического факта. | Отчужденность от себя как носителя мистических свойств. |
| 9. Креативность | Сотворение – уподобление Творцу - Автору и активное взаимодействие с Ним.  | Иждивенческая позиция по отношению к миру. |

Возвращаясь к истокам личной эволюции, осознаем, что изначально выживание вовсе не подразумевает под собой никакого негативного контекста, а напротив, оно призвано гарантировать необходимое жизнеобеспечение особи, ее эффективное приспособление к среде, предоставить возможности для поступательного и продуктивного индивидуального развития. Тогда можно говорить о смысле и цели выживания.

 **Смысл и цель выживания особи заключается в ее переходе от выживания к жизни.**

Если цель достигается, то таким образом постигается и смысл (вот он где раскрывается, этот пресловутый смысл жизни) и обретается самодостаточная целостность. Возможности для полной самореализации открыты. «Эго» уступает свои позиции «Я», личность становится индивидуумом, творческие потенции максимально актуализируются. Тогда можно говорить о полноценной жизни, свободе и переживании счастья.

В том случае, если цель не достигается, мы созерцаем картину прямо противоположную: не постигнутый смыл, обрастая заурядной рутиной, становится банальной бессмыслицей, а вместо целостной индивидуальности присутствует расколотое, расщепленное, подчиненное обстоятельствам существо с подавленным, глубоко запрятанным, потерянным и растерянным Я, вместо которого диктаторствует психофизический робот, называемый Эго.

В первом случае имеем Человека Разумного, во втором – человекообразного робота.

Человек живет, робот озабочен выживанием. Все мы рождаемся роботами, но при этом каждый имеет шанс стать человеком. Кто-то им становится, кто-то нет.

Разница между выживанием и жизнью в явном воплощении проявляется в тех признаках, которые отличают человека и робота.

**Механизмы выживания особи**.

При исследовании механизма выживания особи следует иметь в виду два его рабочих состояния. Одно естественное, нормальное, когда он исполняет присущую ему служебную функцию бесперебойного жизнеобеспечения. Второе – извращенное, при котором происходит нарушение изначально заданных функций.

С позиции психодинамической подобным механизмом является **ум**. Теперь определимся в понятиях.

 **Ум – это виртуальная алгоритмическая машина, которая определенным образом организует информацию в опыт**.

Ум – это пишущая машина. Ум записывает события, сортирует их, делает выводы, доказывает, составляет сценарии.

**Нормальная работа механизма: «Ум - Особь»**.

* Цель ума и его базовая функция – обеспечение выживания особи.
* Адаптация особи к миру начинается с ее идентификации с кем-либо или чем-либо, иными словами, только посредством подражания, отождествления особь способна развиваться и приспосабливаться к окружающей среде (см. **Закон Подражания**).
* Следовательно, целью ума является выживание особи и того, чем или кем особь себя считает, с чем или с кем себя отождествляет.
* Ум работает для выживания того, с чем себя особь отождествляет, как будто это необходимо для самой особи.

**Извращенная работа механизма: «Ум – Эго».**

* Извращение начинается тогда, когда особь отождествляет себя с умом. Такое состояние есть Эго.
* Когда особь начинает отождествлять себя с умом, а целью ума является выживание особи, то получается, что целью ума становится собственное выживание. И тогда он становится индифферентен к интересам и запросам особи.
* Ум постоянно ищет подтверждения того, что он жив, и что ничего не угрожает его выживанию.
* Это подтверждение постоянно присутствует на трех уровнях: Физическом, Эмоциональном, ментальном.
* *Физический уровень*: угрозу для выживания ума представляют боль, травмы, состояние шока, бессознательности. Подтверждением того, что ум жив на физическом уровне являются телесное удовольствие, ощущение комфорта, стремление к двигательной активности.
* *Эмоциональный уровень*: угрозу для выживания ума представляют ситуации отвергания, отказа, отверженности, отсутствие любви и гарантии длительных отношений. Подтверждением того, что ум жив на эмоциональном уровне и способом его борьбы за собственное выживание в данном случае являются скрытность, манипулятивность, лживость, принятие ролей.
* *Ментальный уровень*: угрозу для выживания ума представляет его неправота. Подтверждением того, что ум жив на ментальном уровне и его борьбой за выживание является чувство собственной правоты и стремление к спорам. Таким образом ум всегда ищет подтверждения своей правоты, а также оправдания и согласия.

**Извращенные стратегии выживания ума на социальном уровне**:

* *«Больше. Лучше. По-другому».* – Особь полагает, что ее жизнь станет удовлетворительной и счастливой, когда у нее окажется чего-то (как правило, речь идет о деньгах, имуществе, отношениях) «больше», «лучше» или «по-другому».
* *«Недостаточность».* – Особь исповедует убежденность в том, что у нее не хватает чего-то для того, чтобы быть счастливой. Обычно это установки типа – «не хватает времени… денег… сил… энергии… обаяния…» и т.п.
* *«Поиск врага».* – Особь воспринимает иную систему ценностей как враждебную.
* *«Так положено».* – Особь считает моральные предписания той среды, в которой обитает абсолютными и неоспоримыми ценностями.

Извращение механизма работы ума приводит к двум основным ошибочным установкам субъекта:

 1 – представление о том, что он есть то, на что он похож,

 2 – представление о том, что он есть то, с кем или с чем он себя отождествляет.

Чтобы начать жить, вовсе не требуется особых усилий. Для этого, во-первых, достаточно усвоить стратегии поведения, характерные для Живой Зоны, отказавшись от стереотипов Мертвой зоны, и во-вторых, разотождествить себя со своим Эго, перестав быть его покорным рабом.

**Праксис.**

Предлагается усвоить формулу.

*«Я отпускаю себя.*

*Я отпускаю себя, а это значит, что все свои мысли, чувства и ощущения я начинаю воспринимать как единый поток энергии, как единый поток осознания, и я позволяю этому потоку свободно протекать через мой организм, нигде не фиксируясь и не задерживаясь.*

*Я отпускаю себя, то есть я осознаю, что*

*я не есть мои мысли,*

*я не есть мои чувства,*

*я не есть мои ощущения,*

*я не есть мой ум,*

*я не есть мое имя,*

*я не есть мое тело,*

*я не есть мое мнение о себе,*

*я не есть мнение обо мне других,*

*я не есть моя история,*

*я не есть моя биография,*

*я не есть мое прошлое,*

*я не есть моя ситуация,*

*я не есть моя личность.*

*Я полностью отпускаю себя и разотождествляюсь со всем тем потоком иллюзий,*

*которые называют мыслями, чувствами, ощущениями,*

*концепциями, предписаниями, суждениями, установками,*

*понимая и осознавая, что я не есть этот поток.*

*Понимая и осознавая, что я не есть то, на что я похож.*

*Понимая и осознавая, что я не есть то, что я думаю и говорю о себе.*

*Понимая и осознавая, что я не есть то, что думают и говорят обо мне другие».*

Говоря об управлении нашим умом, важно осознаватьть, что все мы представляем из себя гораздо больше, чем наш ум. И было бы неправильно считать, что наш ум несет всю ответственность за то, что происходит в нашей жизни. Ум есть лишь инструмент, который вы можете использовать так или иначе. Он всегда к вашим услугам. И то, как вы его используете - дело вашего выбора. В наших мыслях и словах заключается мощная энергия. И, если вы используете свой ум в качестве инструмента изучения и управления этой силой, вы сможете достичь больших положительных результатов.

**Процесс «Освобождение».**

*Сделайте три глубоких вдоха и выдоха. Третий выдох форсируйте, выдохните как можно интенсивнее и больше воздуха так, чтобы возникло ощущение, будто в легких ничего не осталось, расслабьтесь и во время паузы скажите себе:*

*"Я освобождаю все напряжение. Я освобождаю весь свой страх. Я освобождаю все мои старые убеждения. Я освобождаюсь. Я испытываю чувство великого освобождения. Я чувствую спокойствие. Я - в безопасности".*

*Если вы можете, держите паузу на выдохе как можно дольше, пока воздух сам не "прорвется".*

Каждый день выполняйте этот процесс, и вскоре формулы, использованные вами, войдут в ваше подсознание и автоматически начнут положительно воздействовать на вашу жизнь.

**ЗАКОН СПАСЕНИЯ.**

**Любой поступок человеческого существа обусловлен мотивом личного спасения.**

**Иными словами, чтобы мы не делали, мы постоянно заняты собственным спасением.**

Данный закон логически и диалектически согласуется с законом выживания. Выжить – значит спасти себя. Теперь, когда известны механизмы деятельности ума, мы можем говорить о спасении на физическом, эмоциональном, ментальном уровнях. Кроме того, в силу имеющейся информации, мы получаем возможность определения способов спасения, используемых субъектом. Последние вытекают из функционального состояния машины ума и разделяются на продуктивные – такие, которые действительно приводят к спасению-счастью и извращенные – создающие лишь иллюзию такового.

Критерии спасения-счастья представлены признаками и свойствами **Живой Зоны**. Соответственно **Мертвая Зона** не предоставляет никаких шансов для того, чтобы спастись, и потому здесь возникают ложные, извращенные формы спасения, такие, например как алкоголизация, употребление наркотиков, искусственная стимуляция собственной жизнедеятельности. Нет надобности лишний раз говорить о том, что подобные склонности являются по существу своему деструктивными и представляют собой тенденцию к скрытому суициду.

Сказанное, однако, может вызвать, в общем-то, резонный вопрос, улавливающий некую противоречивость в предоставленной информации: «Как согласовать то, что с одной стороны главным стремлением особи является выживание, а с другой мы являемся свидетелями весьма многочисленных случаев, когда эта особь сама лишает себя жизни путем явного или замаскированного самоубийства в таких его формах как алкоголизм, наркомания, несчастные случаи и т.п.? О каком спасении приходится говорить, когда особь предпочитает смерть»?

На самом деле никакого противоречия тут нет, если учесть то, что самоубийство представляет собой одну из форм выживания. Ведь что такое самоубийство как не символическое убийство другого, на которого направлена агрессия? Этот Другой представляет собой несомненную опасность с точки зрения извращенного ума особи, и для того, чтобы защитить себя, остается один выход, а именно – избавиться от угрожающего объекта. Однако, в силу моральных табу или из страха перед наказанием подобный вариант представляется весьма проблематичным, и потому особь придумывает иной способ освобождения от угрозы – если нельзя устранить досадно мешающего Другого путем его прямой ликвидации, то можно ликвидировать себя и тем самым уничтожить Другого. Таким образом, ум жертвует телом особи, которую призван охранять, ради своего спасения – выживания на эмоциональном уровне.

Приведенный пример иллюстрирует психологическую достоверность Закона спасения даже в случае нарушения механизмов адекватной адаптации.

**Праксис.**

Предлагается прямо здесь и сейчас задать себе вопрос: *«Доволен ли я тем, как спасаю себя»?*

**NB!** Не стоит настраиваться на рациональное, логическое самообъяснение, ибо у него слишком много шансов оказаться ложным. Лучше всего настроиться на поток спонтанных впечатлений и интуитивно пережить внезапный ответ, ничуть не смущаясь его возможной парадоксальностью.

**ЗАКОН ВЫБОРА.**

**Все происходящее с особью является результатом ее собственного выбора.**

Мы постоянно и на каждом шагу вынуждены делать свой выбор. И даже, когда кажется, что никакого выбора нет, тем не менее, он присутствует. Отсутствие выбора, естественно, такой же выбор. Другое дело, что выборы наши далеко не всегда осознанны, и потому мы просто-напросто не отдаем себе отчета в них. Однако если с нами случилось некое событие, то ему предшествовал наш выбор. Потому оно и случилось.

Логика данного принципа легко выстраивается в виде цепочки простых соотношений.

1. Целью особи является выживание.

2. Поэтому любой поступок особи обусловлен соображениями ее личного спасения – выживания.

3. Всякий выбор задается целью. Например, если особь чувствует голод, то ее целью в данном случае является насыщение, в соответствии с этим она выбирает поиск пищи. Если особь не голодна, то цель насыщения у нее отсутствует, и она не выбирает поиск пищи.

4. Постольку поскольку среда предоставляет особи множество вариантов реагирования на те или иные стимулы, а особь ориентирована на глобальную цель – выжить, то из всего этого множества она предпочтет, то есть - выберет только тот вариант реакции, который с точки зрения ее ума соответствует цели.

5. Следовательно, все то, что с нами случается, есть результат нашего собственного выбора.

В этом месте напрашивается одно существенное уточнение относительно позиции особи в контексте связанных с ней событий. Дело касается активного или пассивного проявления субъекта. Представим ситуацию с неким прохожим, который почему-то разозлился и в сердцах пнул лежащий возле кирпич, в результате чего больно ударил ногу. В данном случае именно он, а не кто-то за него, выполнил действие и получил обратную связь. Проявление Закона выбора очевидно. В это же самое время, но в другом месте на другого прохожего свалился такой же злополучный кирпич и больно ударил по ноге. Оба получили травму, с той лишь разницей, что первый явно сам напросился на нее, а второй пострадал невинно. Тем не менее, Закон выбора срабатывает равно в обеих ситуациях. Ведь второй прохожий сам – как активно действующий субъект – оказался в данном месте в данное время. Потому что он выбрал быть в данном месте в данное время. И как бы это непривычно на первый взгляд не звучало, но и про второго прохожего вполне обоснованно можно сказать, что он сам выбрал ситуацию, в которой на него свалился кирпич.

**Наши выборы не зависят от того, в активном ли мы состоянии пребываем или же находимся в формальном бездействии.**

**Праксис.**

Процесс аналогичен тому, который описан в разделе **Закон закона**. Разница состоит в том, что вместо фразы «Я привлек закон такой-то» используется – *«Я это выбрал… Это мой выбор»*. Например, «Я выбрал споткнуться. Это мой выбор».

Рекомендации, соответственно, те же.

**ЗАКОН ИНКАРНАЦИИ (ПОГЛОЩЕНИЯ – ПОДРАЖАНИЯ).**

**Закон поглощения.**

Одним из первых факторов выживания является питание. Стало быть, наиболее ранние впечатления младенца касаются съедобности или несъедобности объекта. Соответственно следует заглатывание или выплевывание.

Все то, что способно доставить наслаждение, заглатывается – *поглощается (инкарнация)*. Не доставляющее удовольствие, выплевывается – *отвращается (экскарнация)*.

Питаясь от материнской груди, ребенок как бы впитывает в себя мать. Вышедший изнутри матери, он теперь вводит ее внутрь себя – через питание, поглощение. При этом грудь, являясь источником питания, представляется самой жизнью.

Механизм поглощения значимого объекта, называемый еще *интроекцией*, становится основой для следующего этапа развития, который управляется Законом подражания.

В детстве нам начинает открываться жизнь, и в детстве мы узнаем о жизни по реакциям взрослых – мы как бы «проглатываем», вводим в себя их образы.

Если вам пришлось жить с людьми, которые были не очень счастливы, злы или чувствовали себя виноватыми, то вы научились многому отрицательному в жизни как по отношению к себе, так и по отношению к окружающему миру. Вы привыкли думать о себе в отрицательном плане, как бы помещать себя в постоянное отрицательное поле энергии своих привычных мыслей. "Я никогда ничего не делаю правильно", "Я постоянно чувствую свою вину", "Меня считают плохим человеком". И вполне естественно, что эти мысли создают жизнь, наполненную разочарованиями.

Мы относимся к себе в точности также, как наши родители относились к нам. (Они продолжают жить в нас, будучи поглощенными нами).

 Мы ругаем и наказываем себя также, как ругали и наказывали нас наши родители.

 Мы также любим себя таким же образом, как нас любили, когда мы были детьми.

Мы все жертвы жертв, и они (наши родители) не могли научить нас тому, чего сами не знали.

Если ваша мать не знала, как любить саму себя, или ваш отец не знал, как любить самого себя, то для них было естественно невозможно научить вас любить себя.

 Спросите своих родителей об их детстве, и вы лучше их поймете. И, если вы будете слушать с состраданием, вы поймете происхождение их страха и их отношения к жизни. Люди, которые "причиняли вам страдание", были испуганы, как и вы сейчас.

**Праксис.**

*Предлагается символически вернуться в свои самые ранние годы, доступные памяти, и представить себя поглощающим своих близких людей.*

*Вдох – Зажмурились – Съели маму – Ощутили ее внутри – Присмотрелись и прислушались к собственным реакциям. Каково? Какие при этом возникают мысли, желания, чувства?*

*Вдох – Зажмурились… Поглотили папу… скушали бабушку.*

*Теперь обратим внимание на следующее:*

1. *Кого есть было приятнее всего?*
2. *Кого хочется выплюнуть обратно, а кого попридержать, или даже оставить внутри?*

*В течение часа рекомендуется походить со всей этой тяжестью, после чего разом освободиться от нее. Способы предпочтения сугубо индивидуальны: можно представить себя китом и лениво приоткрыть рот – пусть сами себе выплывают. Можно отослать всех обратно по схеме: Зажмурились – Выдох – Выпустили всех. И остались наедине с собой, только с собой и больше ни с кем.*

Первые минуты могут показаться дискомфортными, словно наступило какое-то опустошение, но они вскоре сменяются ощущением легкости и невесомости.

Наши не переваренные интроекты утяжеляют наше существование.

**Процесс "Сердечное дитя".**

*Представьте себя маленьким ребенком (5-6 лет). Посмотрите ему в глаза. Вы увидите в этих глазах глубокую тоску. Поймите, что эта тоска - по любви к вам. Возьмите на руки этого ребенка и обнимите его. Скажите ему, как сильно вы его любите. Скажите, что восхищаетесь им. Пообещайте ему, что вы всегда придете ему на помощь, если это будет необходимо. Теперь пусть ваш ребенок сделается совсем маленьким, величиной с горошину, и поместите его к себе в сердце. И пусть он будет там, чтобы вы могли ему все время давать всю вашу дорогую и такую важную для него любовь. И пусть это дорогое чувство начнет менять вашу собственную жизнь.*

**Вербата на каждый день.**

Начинайте свой день еще до того, как вы откроете глаза. Проснувшись утром, не вставайте сразу, а полежите некоторое время с закрытыми лазами и принесите благодарность за все, что вам дала жизнь. Затем резко вставайте; примите контрастный душ, встаньте перед зеркалом и произнесите вербату, вкладывая в нее всю свою душу, все свое существо:

*Ты прекрасен (прекрасна), и я люблю тебя.*

*Это самый прекрасный день в твоей жизни.*

*Все, что тебе но настоящему необходимо, придет к тебе.*

*Но самое ценное то, что ты обретаешь себя сам (сама).*

*Все прекрасно.*

Потом благословите себя и окунитесь в жизнь. Помните, что каждый прожитый день - это прожитая жизнь. И заканчивайте день этой же вербатой.

**Закон подражания.**

**Приспособление к миру возможно только через подражание ему.**

Адаптация особи к миру возможна только при ее идентификации с кем-либо или чем-либо, иными словами, только посредством подражания, отождествления особь способна развиваться и приспосабливаться к окружающей среде.

Выживание и развитие первоначально осуществляются через подражание.

1. Младенец, имитируя взрослого, приобретает знания.

 Младенец, имитируя взрослого, формирует опыт ориентирования в мире.

Младенец, имитируя взрослого, вырабатывает навыки и умения, необходимые для приспособления к среде.

2. Через подражание ребенок усваивает опыт поколений.

3. Через подражание реализуется родовая преемственность и таким образом поддерживается линия жизни отдельной особи.

Закон подражания органически связан с законом поглощения и в своем роде дублирует его.

Подражая объекту, мы усваиваем его, то есть делаем своим, то есть в конечном итоге поглощаем его, вводим внутрь себя его полномочия, которые становятся нашими полномочиями. Именно с этой целью дикари поедали органы своих умерших кумиров, или сильных врагов – дабы приобрести их мощь и влияние.

Мальчик вводит внутрь себя отца, и благодаря этому становится мужчиной. Отождествляя себя с отцом, он символически им становится, бессознательно применяя формулу идентификации Я = Он. Соответственно, девочка через отождествление с матерью, становится женщиной.

Это явление тотально распространяется на весь живой мир, начиная от человека и кончая насекомыми. Действительно, младенец, имитируя поведение взрослых особей, тем самым получает возможность элементарным образом поддерживать свою жизнедеятельность, укреплять ее и развиваться дальше. Он таким способом приобретает знания. Вообще же любое поведение основано на подражании.

"Подражание вообще глубоко коренится в органической природе и может быть обнаружено даже у низших организмов". (*В. М. Бехтерев)*

"Подражание делает ребенка способным к восприятию того, что было достигнуто прежними поколениями путем упражнений".

В данном случае нам представлены свидетельства, подтверждающие положительное значение подражания как способа адаптации к среде, формирование и развитие навыков и умений.

Но с другой стороны, которая содержит в себе известную двойственность, подражание также лежит и в основе всякого внушения.

По Бехтереву "к подражанию примыкает внушаемость, под которой мы понимаем оживление действия или следов протекших впечатлений не путем модели, как в подражании, а путем словесного символа, соответствующего данному действию или протекшим впечатлением. В этом случае словесный символ как бы заменяет образец для подражания, вследствие чего внушение прививает путем слова другому лицу определенные действия или даже впечатления и их следы".

Таким образом, исходя из наблюдений и здравых размышлений, мы понимаем, что отождествление помимо своего заданного значения, которое необходимо для жизни, способно также и причинить ущерб. Последнее происходит в случае уподобления тому, что несет в себе отрицательную информацию и оказывает разрушительное влияние.

**Праксис.**

Процессу отводится день, посвященный самонаблюдению.

*Отслеживаем свои реплики, действия, позы, жесты, темпоритмы, реакции, ненавязчиво адресуя себе вопрос: «Кто сейчас проявляет себя? Я или кто-то другой? Если я, то где граница моего Я, и начинается Я другого»?*

Таким образом, можно выявить всех тех, кто в нас действует, говорит, реагирует, думает, иными словами, всех тех, с кем мы неосознанно идентифицируемся и, используя схему предыдущего процесса, легко освободиться от нежелательных образцов поведения.

**ЗАКОН ПРОЕКЦИИ (ЭКСКАРНАЦИИ).**

**Наши внутренние состояния материализуются во внешнем мире.**

**«Что во мне, то и во вне».**

**Моя жизнь – это мои мысли.**

Жизнь проста.

Что мы даем, то и получаем.

Хотим мы того или нет, но авторами всех событий в нашей жизни, как самых хороших, так и самые плохи, являемся мы сами.

 Каждая наша мысль создает наше будущее, и все наши события создаются нами же самими с помощью мыслей и чувств.

Наши мысли и слова, в которые мы их облекаем, создают все то, что мы испытываем в жизни.

Мы сами создаем определенные ситуации в жизни, а потом расходуем свои силы, ругая других людей или кляня обстоятельства за наши расстройства. Источником всех наших переживаний и нашей действительности являемся мы сами.

 Человек никогда не попадает в ситуацию, он ее создает.

Можно сказать и так: сначала мы создаем ситуацию, а потом в нее попадаем.

Я - это я плюс мои ситуации и обстоятельства.

 Если наш ум гармоничен и сбалансирован, то в нашей жизни мы будем находить то же самое.

 **То, во что мы верим, становится нашей реальностью.**

Ибо любая теория, в конце концов, создает то, что описывает.

ЛЮБАЯ ТЕОРИЯ, В КОНЦЕ КОНЦОВ, СОЗДАЕТ ТО, ЧТО ОПИСЫВАЕТ.

И наше подсознание реализует наши мысли, импульсы, побуждения, желания.

*Проведите простой эксперимент, который убедит вас в этом. Представьте себе, как можно ярче и отчетливей, лимон. Вы берете острый нож из нержавеющей стали, ослепительно блестящей и холодной. Разрезаете лимон. Лезвие вонзается в зеленовато-желтую мякоть, брызжет во все стороны сок, капельки его вскипают на поверхности ножа. Зримо представляете себе ломтики лимона. Вы кладете их в рот, ваш язык ощущает их свежесть и прохладу. Во рту становится кисло. Рот наполняется лимонным соком.*

*Если вы достаточно интенсивно вызовете в своем воображении этот образ, только образ, то действительно почувствуете, как начнет выделяться слюна.*

*Не менее известный и столь же элементарный опыт носит название идеомоторного маятника.*

*Подвесьте грузик на нитке. Рука неподвижна. Ваш взгляд фиксируется на этом грузике, словно магнетизирует его. В это время представляйте себе, как маятник начинает раскачиваться из стороны в сторону. Рука остается неподвижной. Работают лишь волевые сигналы и воображение. Вскоре вы увидите, что маятник на самом деле раскачивается. Мысленно вы можете менять направление его движения, и оно будет меняться. Вы можете отдать мысленный приказ остановиться, и он остановиться.*

*Я рекомендую вам сделать себе такой маятник не только с целью проведения эксперимента, но и для ежедневных упражнений. Тренировка с этим простым прибором разовьет силу вашей мысли, сделает более концентрированной и динамичной вашу волю, активизирует психическую энергию. Те из моих учеников, кто постоянно занимались с ним, более легко и свободно переходили к дистанционному воздействию, которое также представляет собой идеомоторный феномен, только уже в более сложной форме. В данном случае, участвует тоже довольно несложный прибор, представляющий собой бумажный цилиндр или полусферу из фольги, помещенные на острие иголки (принцип компаса, но вместо стрелки - вышеназванные предметы).*

*Вы ставите этот прибор на некотором расстоянии от себя и концентрируете на нем свой взгляд, выражающий всю вашу волю, передающий энергию вашей мысли. А мысль у вас в этот момент одна, она сформулирована в виде приказа: вращаться! И, если вы натренировали энергию своей мысли, то через короткий промежуток времени цилиндр (полусфера) дрогнет, сдвинется с мертвой точки и начнет вращаться.*

*Принципиального различия между этим опытом и предыдущим нет. Вся разница заключается в том, что там проводником образа является рука, а здесь - пространство. Разница аналогичная между проволочным и беспроволочным телефоном.*

**Праксис.**

*Тщательно обдумав, составим подробный список свойств и качеств, которые нас больше всего раздражают в других, или злят, или отталкивают, или вызывают какие-то иные эмоциональные отторжения. Например так: «Больше всего в других мне не нравится…». Затем, какое-то время полюбовавшись списком, распишемся под ним, а еще припишем: «И это все мое».*

**ЗАКОН ОТРАЖЕНИЯ (ЗЕРКАЛА).**

Вытекает из закона проекции.

Сущность его заключается в следующем: **все то, что нас окружает, нас же и отражает.**

Если я приписываю свое собственное качество другому, то другой естественным образом отражает его в мою сторону, независимо от того, осознает он это или нет.

К примеру, если мне кто-то «незаслуженно» нахамил, значит это хамство в спрятанном виде присутствует во мне самом, даже если мое поведение мне представляется верхом вежливости, деликатности и корректности. Следует помнить, что наши отношения всегда стихийны.

Получается, что *окружающие нас люди – это своеобразные зеркала.*

И выходит, что душа человеческая вовсе и никакие не потемки. Она самым явственным образом представлена в тех, кто этого человека окружает (и соответственно его отражает). Поэтому если мы хотим разобраться в своей душе, нам достаточно понаблюдать за поведением и отношением к нам наших близких. Они – проявление неосознаваемых аспектов нашей натуры.

Осознав данный механизм, мы приблизимся к пониманию следующего бытийного закона, действие которого распространяется на сферу формирования всего жизненного уклада субъекта, его жизненной динамики, то есть судьбы.

Как мы уже говорили, мы сами выбираем себе мысли.

 И у нас существует множество возможностей выбора.

Вселенная же просто отражает наши убеждения, возвращает нам самих же себя. (Помните? - Стоит мне только подумать о том, что маятник вращается, и он приходит в движение!).

 Если вы предпочитаете думать, что жизнь одинока и что вас никто не любит, то именно это вы получите в вашей жизни. Однако если вы начнете концентрироваться на положительных мыслях, то и результат проявится соответствующий. Ваша жизнь преобразится, существование ваше заполнится новым содержанием - тем, которое несет в себе радость бытия.

**Праксис.**

*Предлагается выбрать день и позабавиться таким вот образом.*

*Подумаем о том, что все люди, с которыми приходится встречаться и взаимодействовать на протяжении дня – это наши маленькие «я». И все события и диалоги в течение выбранного времени осознаем как обширный и откровенный разговор с самим собой.*

Все, что происходит с вами в вашей жизни, есть отражение ваших собственных внутренних мыслей.

 Даже если кто-то скверно себя ведет по отношению к вам, важно понять, что это опять-таки ваши убеждения привлекают таких людей, которые относятся к вам именно подобным образом.

Если вы говорите или думаете: "Все критикуют меня, никогда ничего не делают для меня, подтирают мною пол", тогда этот ваш образ мыслей будет привлекать к вам именно таких людей. Если вы откажетесь от этой мысли, то и люди эти автоматически исчезнут из вашей жизни.

Что касается телесных проблем, то проанализируйте хотя бы чувство вины. Совершенно очевидно, что чувство вины всегда ищет наказания. А наказание всегда связано с болью. И у вас появляются болезненные симптомы. Вы начинаете болеть.

Поэтому для начала вам следует растворить все ваши страхи, сжечь агрессию, освободиться от негативных побуждений. Для того чтобы весь этот мусор не находился внутри нас, чтобы жизнь наша не была помойкой.

Начните с намерения простить кого-нибудь, кого вам очень трудно простить. Вы столкнетесь с мощным сопротивлением, но чем интенсивнее вы будете его преодолевать, тем быстрее оно исчезнет. Вместе с ним исчезнет и ваш заряд агрессии, душа ваша освободится, и это очищение даст вам мощный заряд положительной энергии. По-моему, мы до сих пор недооцениваем всю глубочайшую мудрость и психотерапевтичность библейского "Полюби ближнего твоего".

Любя ближнего, вы скорее научитесь любить себя.

Освобождаясь от ненависти, злобы, зависти, вы освобождаетесь от болезней. Но самое главное - вы развиваете любовь к себе. Когда вы любите себя, одобряете свои поступки и остаетесь самими собой, ваша жизнь меняется к лучшему - ваше здоровье укрепляется, вы привлекаете удачу, ваши личные отношения расцветают, и вы начинаете выражать свою личность в творческом развитии. И все это происходит без малейших усилий. Когда мы от души любим себя и уважаем себя, мы создаем определенную организацию ума, которая позволяет нам повысить эффективность взаимоотношений, работы и даже похудеть и установить идеальный вес.

Самоодобрение и самопринятие - ключ к положительным переменам в нашей жизни. А такое самопринятие начинается с того, что вы никогда, ни при каких обстоятельствах не критикуете себя.

 Критика своей личности замыкает тот образ мыслей, от которого мы хотим избавиться, и создает ситуацию порочного круга.

Осознайте то, что вы критиковали себя годами и ничего хорошего из этого не получилось. Измените тактику на прямо противоположную. Полюбите себя и посмотрите, что из этого получится. Что же такое любить себя? Любить себя – это, прежде всего, уважать свою индивидуальность, принимать свое "Я".

*Любить себя - это значит любить:*

*Саму Жизнь, сам процесс жизни.*

*Красоту, окружающую меня.*

*Другого человека.*

*Знание.*

*Способность мыслить, чувствовать, переживать и страдать; да, да, и страдать тоже!*

*Все живое, что окружает меня.*

*Этот мир, такой таинственный и непостижимый.*

Что вы лично еще можете добавить к этому списку?

А теперь давайте посмотрим, какой мы делаем выбор:

*Мы постоянно недовольны собой, ругаем и критикуем себя.*

*Мы постоянно жалуемся, что нам не хватает любви, денег, здоровья.*

*Мы сами создаем болезни и боль в нашем теле и нашей душе.*

*Мы привлекаем людей, которые унижают наше достоинство.*

*Мы не доверяем себе и склонны подозревать других в злом умысле.*

*Мы полностью отказываемся от идеи собственного совершенства.*

«Что во мне, то и вовне».

**Процесс «Зеркало».**

*А теперь возьмите зеркало или, еще лучше, станьте перед большим зеркалом, внимательно посмотрите на себя, загляните поглубже себе в глаза и громко скажите: "Я люблю Тебя!"*

 *Что вы при этом почувствуете? Досаду? Злобу? Раздражение? Иронию? Ощущение того, что вы довольно нелепо выглядите в довольно нелепой ситуации и вообще вы зря теряете время на всякую ерунду?*

*Все эти переживания - признак вашего внутреннего сопротивления. А задача вашего сопротивления - скрыть от вас вашу истинную проблему. Ибо наши истинные проблемы глубоко спрятаны в нас, они серьезнее, чем нам кажется, и потому они маскируются теми комплексами, с которыми мы привыкли иметь дело.*

Так в чем же заключается настоящая проблема? В недостаточной любви и уважении к себе. Не торопитесь со скепсисом относительно внешней простоты этой формулы. Она столь же проста, сколь и глубока.

А теперь давайте опять обратимся к прошлому и посмотрим, во что же мы верим, и произведем некоторую переоценку ценностей.

Вспомните, как вы убираете квартиру. На некоторые вещи вы смотрите с любовью и бережно стираете с них пыль. Другие вещи нуждаются в починке и вы организуете это дело. Некоторые же вещи, устаревшие и только захламляющие помещение, вы безо всякого сожаления выбросите и быстро забудете о них.

И то же самое произойдет, если вы займетесь своей умственной чисткой. Вы обязательно наткнетесь на те из своих убеждений, которые устарели и только мешают вам, а в вашей жизни существуют только как клише, штампы в силу вашей косности и инерции. Избавьтесь от них, как вы избавляетесь от бытового хлама, и не сожалейте по этому поводу. Они спокойно уйдут из вашей жизни, и вы не ощутите ни малейшей доли огорчения. Это - ваше вчера. Мы же не роемся в помойке, чтобы приготовить себе обед. Не стоит рыться и в своей умственной помойке, чтобы создать материал для нашего завтра. Но, с другой стороны, чтобы выкинуть весь мусор, вначале его надо собрать.

**ЗАКОН СООТВЕТСТВИЯ.**

**Мы имеем ровно то и ровно столько, чему мы соответствуем.**

Это касается всех аспектов нашей жизнедеятельности – отношений, денег, имущества.

Рядом с нами только тот, кто рядом с нами, и никто другой рядом быть не может. Не может, потому что его рядом нет. И рядом с нами тот, кто рядом с нами, потому что мы друг другу соответствуем. Нас окружают те люди, которые нас окружают, и другие окружать не могут, потому что они не окружают нас. Нас окружают те, кому мы соответствуем, и кто соответствует нам.

Денег у нас не может быть ни больше, ни меньше того, сколько их у нас есть. То же касается и остальных материальных благ.

Данный закон весьма наглядно выражается так называемой Формулой 4.

**Формула «4».**

 Для того, чтобы получить четверку путем сложения, существует несколько вариантов. Это не обязательно 2+2. Мы еще имеем 3+1, 1+3, 4+0, 0+4. И кроме того, мы напоминаем себе, что от перестановки мест слагаемых сумма не меняется. Таким образом, если наше внутреннее состояние соответствует четверке, то слагаемые внешних обстоятельств окажутся тоже равными четверке. Значит бесполезно воздействовать на какие-либо события, пока внутренняя сумма остается прежней. Бессмысленно в этом случае что-либо менять, ибо в очередной раз произойдет обмен «шила на мыло». Но как только изменится внутренняя сумма, внешние обстоятельства поменяются сами собой, не требуя в общем-то никаких затрат и личных усилий. Выражаясь арифметической метафорой, если субъект вместо имеющейся четверки дорастет внутри себя до внутренней пятерки, то автоматически изменятся и слагаемые. Появятся совершенно новые варианты, 3+2 или 5+0, например.

**Праксис.**

*Предлагается прямо здесь и сейчас осмотреться внимательно вокруг, приглядеться к тому, что вблизи и громко, не взирая ни на какие обстоятельства, заявить: «Я соответствую всему этому! И все это соответствует мне! И мы в равенстве». После этого понаблюдать за своими ощущениями.*

***NB!*** *«Громко» подразумевает индивидуальную силу собственного голоса, а не надрывный крик, предназначенный для расшатывания оконных рам.*

**О работе (семье).**

Некоторые из нас, недовольные выбранной нами карьерой (семьей), постоянно думают:

Я не выношу свою работу (семью).

Я ненавижу свою работу (семью).

Я мало зарабатываю. (Меня не уважают)

Меня не ценят.

Моя работа (семья) тяготит меня.

Иду на работу (домой), как на каторгу.

Это - отрицательные, защитные, а потому довольно вредные - токсические мысли. Какой толк, если вы постоянно будете думать об этом и ухудшать свое и без того скверное состояние? Вы подходите к проблеме не с того конца.

*Измените тактику мышления, и изменится ваша ситуация.*

 Начните с того, что благословите свою работу (семью). Она необходима для вас. Это необходимое испытание, которое вам следует преодолеть, чтобы ваша личность стала еще сильней.

*В конце концов, вы сейчас там, куда вас привели ваши убеждения.*

*Куда вы идете сами, туда вы себя и приводите.*

*И вы соответствуете тому, что имеете.*

Так что осознайте тот факт, что вы именно сейчас, именно на этой работе (в этой семье) занимаете свое место. Благословите все, что связано с вашей работой (семьей): здание, помещение, людей, начальников, подчиненных, сослуживцев, домочадцев.

 Если вы хотите уйти с этой работы (из этой семьи), постоянно говорите себе, что вы освобождаете эту работу (семью) с любовью и даете ее человеку, который будет просто счастлив ее иметь.

 Если кто-то на работе (или дома) беспокоит вас, благословите этого человека, думайте о нем с любовью. И, если такой человек критичен и несправедлив, то по отношению к вам он обязательно проявит свои прекрасные качества.

**ЗАКОН ВОЗВРАЩЕНИЯ.**

**Все возвращается.**

**События воспроизводятся.**

Вариант: мы с определенной периодичностью возвращаемся к пройденному и переживаем его повторно, но в новой форме и при возможно новых обстоятельствах.

Расширенная формулировка: **То или иное событие, происходящее в нашей жизни, не является первичным, но оно воспроизводит некое подобное событие, случившееся с нами раньше.**

Согласно данному закону, любая тенденция в жизни человека, однажды появившись, в дальнейшем склонна к неизбежному проявлению на том или ином уровне бытия – ситуативном, психическом или физическом. Проще говоря, **наша жизнь – это повторение.** Мы всего лишь повторяем навыки, усвоенные некогда. Может быть, это и покажется скучным, но благодаря этому мы обладаем возможностью существовать. Рассмотрим примеры.

Однажды, следуя программе, ребенок встает на ноги и идет. С тех пор ничего не меняется в принципе – ходьба остается как навык, не смотря на некоторые изменения в ее форме, стиле, ритме и прочем.

Однажды, человек начинает произносить слова, и в дальнейшем они в его речи повторяются. Слово "дом", произнесенное трехлетним младенцем, взрослым или стариком, имеет одну и ту же структуру – "д – о – м". Ни одной буквы не прибавляется и не убавляется.

Таким образом, если мы хотим понять и скорректировать актуальную ситуацию, нам следует задаться вопросом: «С каким событием из прошлого ее можно сопоставить»?

*Каждое «новое» событие соотносится с событием из нашего прошлого, содержащего в себе аналогичный контекст.* Это может означать, что первичное событие до сих пор не потеряло своей значимости и потому возвращается из вытесненного состояния в актуальное. Иными словами, *мы неизбежно возвращаемся к тому, что уже пройдено.* И подобное возвращение может закончиться лишь в двух случаях – либо со смертью субъекта, либо, когда оно потеряет свою актуальность. Говоря о последнем, мы подошли к понятию **программы**.

**КОГДА МЫ ВЫРАСТАЕМ, У НАС ПОЯВЛЯЕТСЯ ТЕНДЕНЦИЯ ВОССОЗДАТЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ОКРУЖЕНИЕ НАШЕЙ РАННЕЙ ЖИЗНИ.**

Это естественный закон развития и, хотим ли мы этого или нет, он срабатывает.

Мы формируем наши убеждения в детстве, а *затем мы движемся по жизни, воссоздавая ситуации, которые бы подошли нашим убеждениям.*

**Мы движемся по жизни, воссоздавая ситуации, которые бы подошли нашим убеждениям!**

Оглянитесь на вашу собственную жизнь, и вы увидите, что *практически создаете одну и ту же ситуацию, только в разных вариациях.*

**Мы практически создаем одну и ту же ситуацию, только в разных вариациях!**

И эта ситуация является материализацией ваших собственных подсознательных побуждений.

Поэтому следует хорошо осознать, что **ИСХОДНАЯ ТОЧКА СИЛЫ - В НАСТОЯЩЕМ МОМЕНТЕ.**

Все без исключения события вашей жизни до настоящего момента были созданы вами самими, с помощью ваших убеждений, на основе вашего же опыта. Они создавались сами - мыслями и словами, которые вы употребляли вчера, на прошлой неделе, в прошлом месяце, в прошлом году, N лет назад… Однако все это в прошлом.

 То, что важно сейчас - это ваш **выбор**, выбор мыслей, слов, веры. Помните, что именно эти мысли и слова создают ваше будущее. Настоящий момент - это тот трамплин, отталкиваясь от которого, вы совершаете прыжок в свое завтра. Отметьте, о чем вы думаете в настоящий момент.

**ЕДИНСТВЕННОЕ, С ЧЕМ ВАМ СЛЕДУЕТ РАБОТАТЬ - ЭТО ВАША МЫСЛЬ. А МЫСЛЬ МОЖНО СОЗНАТЕЛЬНО ИЗМЕНИТЬ.**

Неважно, какова природа вашей проблемы - она лишь отражение вашего хода мыслей. Например, у вас появляется мысль: "Я никчемный человек". Эта мысль вызывает мгновенное ответное чувство, которое оказывает подспудное, но довольно властное влияние на все ваше существо, и ваша личность стихийно развивается именно в этом направлении. Но в ваших силах прямо сейчас, в настоящем моменте отказаться от этой мысли, и ваша судьба повернет в иную сторону.

 Наше общее внутреннее убеждение "Я недостаточно хорош (хороша)" мешает создать радостную, благополучную, полную здоровья жизнь. Получается так, что это подсознательное убеждение "я недостаточно..." постоянно руководит поступками и поэтому всегда появляется в жизни.

**Праксис.**

*Определим, какое событие или переживание представляются наиболее актуальными, животрепещущими на текущий момент и поразмыслим над вопросом: «Какой период моей жизни сейчас воспроизводится? На что из моего прошлого похоже то, что происходит сейчас»?*

*Продолжаем рефлектировать до тех пор, пока не появится ощущение, или видение своей жизни как единой панорамы, в которой объекты и процессы прошлого, настоящего и будущего как бы располагаются в едином пространстве, где восприятие свободно улавливает их четко и конкретно проявившиеся взаимосвязи. Это и есть ясно-видение собственной жизни.*

**Процесс «Актуализация ресурса».**

*Вспомните какой-нибудь эпизод из своей жизни, когда вы чувствовали в себе силу, когда у вас все получалось именно так, как вы хотели, когда вы не испытывали никаких проблем, когда вы могли свое состояние назвать состоянием счастья. Мысленно войдите в этот эпизод, переживите его заново, вспомните, как вы при этом себя вели, какие у вас были мысли, слова, жесты и после этого поверните обратно колесо "машины времени" и возвратитесь в настоящее, но при этом возьмите с собой ту ситуацию, в которой вы только что побывали. Держите ее при себе и постоянно отыгрывайте в настоящем.*

Смысл этого процесса в том, что вы извлекаете определенный ресурс из своего прошлого положительного опыта. Вы используете одно из основных свойств организма - ресурсность.

Когда вы уверены в себе, вы автоматически принимаете свое Я, и, прежде всего, свое внутреннее Я, которое отличается от нашего внешнего Я. Внешнее Я - это всего лишь поступки, а наши поступки - это результат нашего раннего программирования. Внутреннее Я - более глубинное понятие, чем Я внешнее. Это - прежде всего нерасторжимая связь с Жизнью, это - сама Жизнь, которая самовыражается посредством той или иной личности. Именно о любви к вашему внутреннему Я идет речь. Загляните поглубже внутрь себя, и вы найдете достаточно оснований для любви к себе.

Важно осознать то, что сами мысли не имеют никакого значения. Они представляют собой спонтанный поток, из которого мы выбираем и оцениваем то, чему собираемся придать значение. И на нашу систему значимостей оказывает огромное влияние комплекс чужих мнений, оценок, установок и даже... желаний.

Личность большинства из нас распылена в других людях, вещах, ценностях, и довольно часто такая личность совершенно чужие желания принимает за свои собственные.

 Поэтому одним из важнейших условий самореализации и самопринятия является освобождение себя от подобной зависимости, высвобождение из замкнутого пространства посторонних влияний.

 Никогда не принимайте на веру то, что о вас отрицательно говорят другие.

 Как можно чаще произносите слово "Я", вкладывая в него как можно больше энергии и силы. Ежедневно по много раз повторяйте следующую формулу: "Я есьмь. Где бы я ни был, с кем бы я ни был, когда бы я ни был - я есьмь. Я - это я, и никто другой".

 Оберегайте от чужих посягательств свое бесценное, свое единое Я. Ибо вся наша жизнь - это наше Я.

 И вся ваша жизнь представляет абсолютную ценность, даже то, что вы называете недостатками.

 Не спешите исправлять свои недостатки, ведь то, что мы считаем недостатками, есть проявление нашей индивидуальности, неповторимости.

 Не следует также сравнивать себя с другими, каждый из нас уникален.

 Все соревнования друг с другом бессмысленны. В этих соревнованиях никто не выигрывает. Либо ты соперник, либо – победитель.

Мы пришли в этот мир, чтобы выразить себя и только себя. Цель жизни и смысл жизни - самовыражение.

**Процесс "Освобождение от прошлого".**

*Посмотрите на свое прошлое только как на воспоминание.*

 *Вспомните, что вы носили в первом классе, как выглядела классная доска, как выглядела дорожка, ведущая от школы до дома. Это воспоминание не вызовет никакой эмоциональной реакции. Оно нейтрально.*

*Теперь то же самое вы можете применить к остальным событиям вашей жизни. Вспоминайте, просматривайте картины, но помните, что это всего лишь картины.*

 Ведь по большому счету прошлого нет. Его нет потому, что его уже нет. Смотрите на него как на некую иллюзию, будьте спокойны и нейтральны и постепенно освобождайтесь от него. По мере своего освобождения от прошлого вы обретаете способность использовать вашу умственную энергию в настоящем моменте. Во время выполнения этого упражнения опять же наблюдайте за своей реакцией. Насколько вы хотите или готовы расстаться с прошлым? Каков уровень вашего сопротивления?

**Глава 2. ПСИХОАНАЛИЗ ПЕРВОРОДНОГО ГРЕХА.**

Никто из людей еще не пришел в этот мир с улыбкой на устах.

Более того, наше появление на свет сопровождается плачем, болью, муками, страданиями и всепоглощающим ужасом.

Что вполне естественно, если вспомнить заявление, согласно которому рождение ребенка – это смерть плода.

Стало быть, каждый из нас несет в себе опыт смерти и уже при жизни!

"Я умер – когда родился" – любой может сказать подобное, никоим образом не покривив душой.

К данной теме проявили интерес и представители психоанализа, полагая, что здесь можно отыскать один из ответов на те вопросы человечества о себе самом, которые принято называть "проклятыми".

Согласно психоаналитическим исследованиям, ситуацию, в которой оказывается очередное вновь прибывшее *сюда* существо, можно представить в следующем виде.

**Психоаналитическая парадигма первичной травмы.**

* Рождение рассматривается как глубочайший шок.
* Шок этот создает резервуар тревоги, порции которой освобождаются в течение всей последующей жизни.
* Травматический опыт рождения настолько ужасен, что вытесняется из детской памяти.
* Причина дальнейших проблем и кризисов кроется в содержании родовой тревоги.
* Отделение от матери представляет первичную травму.
* Последующие отделения любого рода приобретают столь же травматический контекст.
* Отделение при рождении "впечатывается" в мозг младенца в форме визуального образа.
* Любое наслаждение в конечном итоге стремится к воссозданию внутриутробного первичного блаженства, рая, утраченного при рождении.
* Препятствие для удовлетворения представляет родовая тревога, сигнализирующая об опасности возвращения в материнское лоно.

Кристаллизуем в наглядной схеме указанные положения.

1. **Внутриутробное существование – Эдем**, пребывание в котором сопровождается переживанием блаженства.
2. **Начало родовой активности матери – Нарушение райского гомеостаза**, зарождение тревоги, предвещающей грядущую катастрофу.
3. **Роды – Катастрофа** обрушилась во всей своей ужасающей мощи. Переживание кошмара изгнания. Полная утрата безмятежности, покоя и состояния нирванического единства. Паника и нарастающая тревога. Сотрясение. Потрясение. Крушение. Мгла бездны и удушье сжимающего коридора. Встреча с Неведомым, таящим в себе опасность и угрозу уничтожения.
4. **Рождение – Изгнание** свершилось. Падение в холод чужого мира. Переживание потери, утраты единства, брошенности, вы-брошенности. Взрыв отчаяния.

Если следовать путем дальнейших обобщений, можно обнаружить такую последовательность:

1. **Внутриутробный период – 2. Роды – 3. Рождение.**

Физиологическому трехступенчатому процессу соответствует цикл мета-физиологических состояний:

1. **Эдем – 2. Изгнание – 3. Изгнанность.**

Или на языке теологии:

**1. Стасис (состояние до Падения) – 2. Катастасис (состояние во время Падения) – 3. Апокатастасис (состояние после Падения).**

В контексте душевных переживаний проявляется адекватный ряд:

**1. Блаженство – 2. Ужас – 3. Тревога.**

Когда эмбриональный ум сталкивается с тотальным крушением мира, он реагирует непосредственно – то есть испытывает ужас – как ответ на мгновенное осознание событий, таящих в себе для него возможность гибели с одной стороны и драму произошедшего лишения покоя и защищенности с другой. Когда же младенец появляется на свет, он осознает, что жив, но мир, в который он попал – чужд и чуже-роден, а значит, *потенциально* опасен. Стало быть, можно говорить о том, что зародыш, попавший в водоворот смертоносных событий, охвачен страхом, а родившийся ребенок окутан тревогой.

Тревогу уравновешивает тоска.

Ибо тоска – это первый атрибут памяти, которая в любой момент несносного настоящего может нашептать о пленительном и прекрасном прошлом, например, таком, которое присутствовало в раю. И повинуясь этому властному, гипнотическому зову, душа обращает свой взор вспять и готова устремиться обратно. Но произошедшее – *уже* произошло. И оно способно быть реконструированным только в одном случае – если время повернет назад. Но как может повернуть в ту или иную сторону то, чего в действительности нет? Следовательно, и назад хода нет. Потому что свершившееся – свершилось, а значит, умерло.

Получается, что человека в первые мгновенья мучительно тревожной жизни тянет к смерти, так как его влечет, что вполне естественно, к водам обетованным внутриутробного Эдема.

Происходит своеобразная рокировка реальностей: смерть (ведь зародыш-то уже умер, когда ожил человек) представляется жизнью (в ее истинном смысле как перманентного блаженства и нарциссического переживания своего собственного бессмертия), а жизнь (наша реальность предметного мира) являет собой самую настоящую смерть (как состояние потери).

Младенческий мозг выводит формулу:

**Жизнь = Смерть.**

**Смерть = Жизнь**.

Однако человеческим ожиданиям не суждено сбыться. Факты таковы, что выход и вход – не одно и то же. И Рай закрыт.

Если тоска не растворяется, она обращается в отчаяние.

Итак, первое впечатление, равно как и самоограничение человеческого существа можно определить через следующие качества переживаний.

**Метафоры первых человеческих переживаний.**

"Я изгнан".

"Я смертен, то есть подвержен уничтожению".

"Я одинок".

"Я нахожусь в той ситуации, где мне постоянно что-то угрожает".

"Я беззащитен".

"Я дезориентирован во времени и пространстве, ибо не знаю, что меня ожидает в следующий миг".

"Я бездомен, постольку поскольку изгнан из того места, которое полагал своим домом".

"Я – вечный странник, лишенный уюта, приюта и покоя".

Безусловно, данные описания лишь метафоры, ибо переданы словесно, и младенец еще не мыслит такими категориями. Он вообще еще ничего не формулирует, а только лишь формирует. Но суть, исходя из логики событий, остается соответствующей приведенным выводам, основной же из которых может быть выражен следующим образом: "Жизнь – это страдание".

**NB!** Таким образом, получается, что первая инграмма (запись, запечатление) нашего мозга содержит в себе смысл:

 ИЗГНАННОСТЬ – СТРАННИЧЕСТВО – ОДИНОЧЕСТВО – ОБРЕЧЕННОСТЬ НА УНИЧТОЖЕНИЕ.

И, следовательно, человек, любой человек – по сути своей, по изначальному статусу – несчастен. Он Не- Счастен, потому что Не-Причастен счастью, не со счастьем.

Ведь в мире все проще, чем в наших умозрительных конструкциях. Несчастье – это отсутствие счастья.

Жизнь наша тотально пронизана отчаянно дерущимися друг с другом подспудными противоречиями.

И в силу неизбежности вступает парадокс: ЖИТЬ ТРЕВОЖНО, А УМЕРЕТЬ СТРАШНО. Капкан захлопывается, и наступает ад – эпоха кошмара.

Вообще, существование человеческое представляет собою сплошной тотальный парадокс. Рассмотрим вездесущие антитезы нашего бренного бытия, и возможно, такое рассмотрение приблизит нас к некоему прояснению таинственной ситуации.

Нам известно, что основной и базовой программой Вселенной является Выживание. В противном случае, какой резон в эволюционировании и поддержании жизнеспособности систем, составляющих ее структуру? Но тогда возникает еще вопрос. Зачем для реализации программы выживания создается процесс уничтожения, пусть даже и явленный в переживании психической реальности? Получается, что для того, чтобы выжить, необходимо умереть. Умереть – чтобы выжить! (См. **Закон выживания**).

**Глава 3. ЗЛО КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ РЕАЛЬНОСТЬ.**

Если говорить относительно человека, то, получается, что зло заложено на уровне инстинктов в самой его природе.

Тем не менее, оно уживается в нем с позитивными и созидательными силами любви.

При этом следует отметить, что такое явление как ненависть имеет свое предназначение – быть направленной на борьбу со злом в самом человеке, а не с другими людьми, и в этом заключается ее очистительный смысл.

 Извращение механизма регулирования деструктивных сил начинается тогда, когда они направляются на других людей. И тогда в конечном итоге получается, что личность в течение всей своей жизни занимается самоуничтожением.

Мы непрестанно сталкиваемся с одним из труднообъяснимых феноменов, который проявляется в склонности людей объединяться с деструктивными силами. А свидетельством тому является наполненность мира ненавистью, склоками, бессмысленными конфронтациями. Кстати, любопытная тенденция, подтверждающая сказанное, наблюдается и у пациентов – тех людей, чей уровень саморазрушения оказался уже критическим: нередко они вовсе и не стремятся к излечению. Откуда это парадоксальное и бессмысленное сопротивление?

Таким образом, инстинкты жизни и смерти пребывают в динамическом взаимодействии. Развитие же динамики этих отношений таково.

* Рождение проявляется болезненным неприятием негативных реалий, что вызывает противоречие с субъективным восприятием внутриутробного развития.
* Взросление подкрепляется убеждением, что путь удовольствия пролегает через неизбежные самоограничения и страдания.
* Период младенчества вынуждает ребенка столкнуться с пассивной формой ограничения, например, когда он испытывает голод, будучи оторван от материнской груди.
* Однако со временем приходит осознание того, что удовольствие неизменно сопряжено со страданием (голод сменяется насыщением и наоборот). И тогда самоограничение становится активным, что порождает сознательное принятие страдания.
* Формы саморазрушения хорошо известны – это неудачи, травмы, болезни, жизненные невзгоды, так называемые несчастные случаи.

Теперь рассмотрим механизм развития личного зла.

**Механизм развития личного зла.**

* С самого момента рождения, как уже выяснилось, ребенок наполнен агрессивностью, направленной на внешний мир.
* Любое ограничение вызывает даже у младенца неприятие и протест.
* Первым же ущемлением комфорта является сам акт рождения, когда приходится покидать благоприятную среду материнской утробы.
* Однако материнская ласка вскоре компенсирует подобную утрату. Объятие имитирует теплое чрево и тем самым обеспечивает чувство безопасности, а питающая грудь насыщает силой.
* В этот момент любое обстоятельство, несущее угрозу лишения удовольствия, резко повышает агрессивность ребенка с целью уничтожить опасный объект.
* Следовательно, подсознательная цель любой агрессии есть уничтожение угрожающего объекта, иными словами, его убийство.
* Значит, побуждение убить обусловлено примитивным и конкретным мотивом самообороны.

В повседневной жизни добропорядочного субъекта эти порывы подавляются. Но, будучи подавленными, они не исчезают, а формируются в комплексы.

Подавление связано с возникновением вторичного страха – перед возможным возмездием. Отсюда и желание избавиться от объекта, вызывающего страх. При осознании невозможности его прямого уничтожения включается механизм косвенного, символического убийства, видами которого являются: устранение, уход, отторжение. Или же включается механизм подавления подобного импульса – во избежание возможного возмездия.

Здесь мы можем говорить о «точке бифуркации», то есть точке, где происходит разделения влечений.

**1). Импульс уничтожения приобретает скрытую, символическую форму.**

**Символические формы убийства.**

* проклятия
* угрозы
* оскорбления
* ирония
* сарказм
* претензии
* упреки
* осуждение
* устранение раздражающего объекта - например, изоляция ребенка, если он докучает
* действия «в отместку», или «на зло»
* стремление к спорам и непременному отстаиванию собственной правоты
* не прошеные советы, навязывание кому-либо своего мнения.

И в конечном итоге убийство, так или иначе, завершается самоубийством. Такое происходит из-за того, что подсознательное желание убить разворачивается от объекта к субъекту. Срабатывает универсальный механизм:

 **любое отношение к другому человеку автоматически переносится и на себя самого**.

Данное явление называется идентификацией – воображаемой подменой собственной личности посторонним объектом. Нам хорошо известно, как родители разделяют чувства своих детей, и наоборот. К примеру, отец бессознательно переживает удовольствие сына от успехов в школе – он идентифицирует себя со своим ребенком.

Такое поведение подразумевает перенос эмоций на собственную персону, и последняя начинает восприниматься как внешний объект.

Следовательно, если речь идет о враждебных чувствах, то рано или поздно, они перенаправляются на собственную личность. И возмездие все равно наступает.

 Схема же довольно проста.

**Механизм деятельности совести.**

* Любой человек, с которым мы общались или общаемся, находит свое место в нашей собственной душе. Очевидность данного положения доказать совсем несложно, если осознать, что даже в отсутствие объекта мы можем о нем помнить – на основании того, что несем его образ в себе. Такое свойство называется интроекцией – включением другого в структуру своей собственной психики.
* Значит, всякая атака, адресуемая другому, в первую очередь находит этот адрес в душе атакующего. Удар приходится по себе самому. Следствие неизбежно.
* Как уже выяснилось, всякая агрессия сводится к импульсу убийства. Убийство – преступление. Стало быть, раз убил – значит виновен.
* Всякая вина ищет наказания.
* Наказание – всегда боль.
* Боль приходит в форме болезней, травм, несчастных случаев, катастроф – психических или ситуативных, «хронического невезения», неудач.
* Правосудие свершается, и равновесие восстанавливается.
* Ведомство, ответственное за исполнение подобных функций имеет свое название – **Совесть**.

**Глава 4. СОВЕСТЬ.**

 Восходит к таким смысловым корням как: языке«разумение», «понимание», «значение», «согласие». На древнегреческом suveidosis означает также «сознание», «совместное знание», «познание, получаемое с кем-либо».

Таким образом, выходит, что совесть как некий механизм надличного сакрального регулирования присущ как всему человеческому **роду**, так и каждой особи отдельно. В этом смысле мы можем говорить об архетипическом явлении, безотносительно от среды, условий, времени. Оно внесоциально, метаисторично и метафизично. Совесть никто не придумывал и не внедрял – в отличие от **морали**. Она коллективна, бессознательна, и в том ее универсальность. По сути дела совесть и представляет собою некий высший суд, осуществляющийся внутри личности, и законы его не юридические, но спиритуальные. В этом смысле Кант подчеркивал, что совесть «есть инстинкт, а не просто способность оценки; но это инстинкт суда, а не суждения».

Примером того, как функционирует внутренний суд совести, может послужить ситуация «преступление – наказание», которую мы только что рассмотрели. Тем не менее, кратко воспроизведу ход рассуждений.

Под символическим убийством другого понимаются угрозы, упреки, претензии, осуждение – в его адрес. И как только это происходит, тут же срабатывает алгоритм воздаяния, исходящий из следующего принципа: любой человек, с которым мы общались или общаемся, занимает определенное место в нашей собственной душе является ее частью. И всякий агрессивный импульс, направленный на другого, прежде всего, задевает эту самую часть. Таким образом, душа саморазрушается. Одновременно активизируется и прямая логика, выражающаяся в цепочке причинно-следственных отношений: убил – стало быть, виновен. Всякая вина возмещается наказанием. Наказание – всегда боль. Боль же вполне конкретно проявляется в форме болезней, травм, несчастных случаев, катастроф. Правосудие свершается, и равновесие восстанавливается.

**2). Трансформация ненависти в любовь.**

Мы знаем примеры, когда заклятые враги становятся закадычными друзьями, бывшие соперники заключают верный союз. Преображение деструктивных влечений в творческие и созидательные называется сублимацией.

Обобщая сказанное, мы выделяем основополагающие понятия, которые предопределяют ход развития того или иного индивида. Это:

**Страх – Агрессия – Ненависть – Вина – Любовь**.

Настоящий ряд представляет собой первичные аффекты, к которым в конечном итоге могут быть сведены все остальные человеческие побуждения.

Когда речь заходит о личностных так называемых «негативах», представляющихся не столь уж и «непростительными», например, такими как обида, или желание поспорить, в глубине своей они все равно восходят к базовым, изначальным влечениям.

**ТАКИМИ ЛИ УЖ НЕВИННЫМИ**

 **ЯВЛЯЮТСЯ НАШИ НЕВИННЫЕ ПРОСТУПКИ?**

Проанализируем некоторые из них, уже располагая знаниями о том, как работает наша Психо-Логическая система.

**Обида. Зависть. Ненависть.**

 **Обида.** Словарное определение: «обида – несправедливо причиненное огорчение, оскорбление, а также вызванное этим чувство». (Толковый словарь русского языка. С.И. Ожегов и Н.Ю. Шведова, М., 1999).

Этимология. Древнерусское и старославянское обида значит «обида», «ссора», «вражда». Корень vid. Соотносится с общеславянским zavida, zavistь, zavideti – то есть «зависть», «завидовать».

Смотрим «**зависть**»: «чувство досады, вызванное благополучием, успехом другого». Завидовать – «испытывать, переживать чувство недоброжелательства и нерасположения к кому-либо, питаемое действительным или мнимым превосходством, преуспеванием кого-либо».

Этимология: корень vid. Старшее значение – «смотреть, засматриваться недоброжелательно, косо или зло», «видеть искаженно».

Касательно корня vid имеем еще одно хорошо знакомое понятие – «ненависть».

**Ненависть –** «чувство острой вражды, злобы к кому-либо или чему-либо». (П.Я. Черных. Историко-этимологический словарь современного русского языка. М., «Русский язык», 1999).

Этимология: сербскохорватское *ненавидети* – «ненавидеть» и «ревновать», «завидовать». Словенское nenavist – «зависть». С другой стороны сербскохорватское *навидети се* – «жить согласно, в дружбе». Чешское navideti – «быть терпимым», «любить», отсюда navist – «симпатия», «приязнь», «любовь».

Выходит совсем просто: если *нависть –* это любовь, то не-нависть значит не любовь.

Таким образом, на основании выявленной историко-этимологической взаимосвязанности рассматриваемых понятий, мы можем говорить об их несомненном корневом и смысловом единстве, с которым вполне согласуется и аспект психоаналитический.

Стало быть, мыслить чувство обиды как отдельное качество, элементарную реакцию, эмоциональный ответ на чей-либо выпад, мнимый или действительный, не имеет смысла, постольку поскольку оно прочно сцеплено в аффективной связке Обида –Зависть – Ненависть.

Если я на кого-то обижаюсь, значит, я его ненавижу и завидую ему.

Постольку поскольку ненависть содержит в себе агрессивное побуждение, то ее окончательным импульсом становится стремление к уничтожению.

Вспомним динамическую цепочку, где примитивный страх потери желанного объекта преобразуется в агрессию, направляемую в сторону объекта, несущего мнимую или действительную угрозу такого лишения.

**Глава 5. ПРИБЛИЖЕНИЕ К СУДЬБЕ.**

По сути дела мы подошли к тому месту, где происходит формирование судьбы, или индивидуального стиля существования.

**NB!** Не следует особо пугаться понятия «судьба». В нем вовсе нет ничего фатального. На примере изучения действия механизмов программирования мы уже знаем, что таковые можно регулировать, подчиняя своему намерению. Следовательно, и в применении к судьбе допустимо говорить о возможности коррекции.

**NB!!** Психоаналитический аспект вполне согласованно сочетается с известной традиционной формулой “что во мне, то и вовне”. Поэтому здесь мы делаем акцент на диалектику отношений “Субъект – Мир”, заменяя тире знаком равенства “Субъект = Мир”.

Исходя из закона Зеркала, мы с очевидностью убеждаемся, что наши собственные проекции неизменно возвращаются к нам же самим.

Нам остается только выяснить, где возникает и каким образом формируется наше отношение к миру (отношение мира к нам).

**Базовое формирование отношения к миру.**

* В первую очередь представляется несомненной важность связи младенца с материнской грудью.
* Дитя в зависимости от степени удовлетворенности собственных потребностей различает грудь "хорошую" и грудь "плохую".
* В соответствии с этим сама мать начинает восприниматься младенцем как "плохая" или "хорошая".
* Постольку поскольку фигура матери является для ребенка первым значимым объектом, то взаимоотношения с матерью формируют качество взаимоотношений с миром.
* Механизм этих взаимоотношений связан с процессом, который определяется как интроекция **–** включение индивидом в свой внутренний мир образа другого человека.
* Если интроецируется "хорошая" мать, то развитие ребенка происходит гармонично в силу того, что в этом случае мир представляется также "хорошим".
* В противном случае процесс становления делается проблематичным, и личность начинает чувствовать себя расколотой, тревожной, ненужной, незначимой.
* "Хороший" вариант формирует чувство благодарности.
* "Плохой" – порождает зависть.
* Зависть и благодарность представляют собой базовые и первичные мотивы, обусловливающие поведение и состояние индивида в этом мире.
* Зависть – это чувство гнева, которое испытывает субъект, опасаясь, что кто-то другой воспользуется и насладится чем-то желанным для него самого.
* Благодарность – это чувство признательности. Оно связано со счастьем и с моментом слияния воедино с другим человеком.

**Механизм развития зависти и благодарности.**

«Мама – это Мир»

(«потому что кроме мамы я никого не знаю»)

«Мама – это Грудь»

(«потому что мама меня кормит»)

 Она кормит меня вкусным молочком. Она не всегда меня кормит.

И как только я захочу. И молоко не всегда вкусное.

Хорошая грудь! Плохая грудь!

Хорошая мама! Плохая мама!

Хороший мир! Плохой мир!

Я испытываю благодарность, Я испытываю зависть,

потому что: потому что:

Мне хорошо, и я хороший Мне плохо, и я плохой

Я значим и нужен сам по себе. Я отвергаем в угоду кому-то.

Я люблю себя. Я не люблю себя.

Я люблю маму. Я не люблю маму.

Я люблю мир. Я не люблю мир.

Формирование базовой любви. Формирование базовой ненависти.

В то же время, изначально находясь в поре своего раннего, младенческого состояния, ребенок не может воспринимать свою мать осознанно. Он еще *не знает*, что она для него – мать. Лишь позже он приучается ее *узнавать* и *называть* подобным именем. Хотя и в этом случае *знание, у-знавание* и *называние* суть далеко не одно и то же.

И из этого очевидно следует, что родительские фигуры ребенком воспринимаются вне-личностно, то есть они представляются для него некими воплощениями огромного и непостижимого мира и на первых этапах этим миром и являются.

**В первую очередь организм взаимодействует с неопределяемым, неописуемым и глобальным Миром. Можно сказать, что он оказывается в ситуации один на один с Миром, и между ними нет посредников.**

А посему переживания «плохой» или «хорошей» матери, переносясь на мир в целом, становятся тем, что закрепляется в заключительных выводах: «Мир плохой», или «Мир хороший».

Рассмотрим признаки этих качеств.

«Мир плохой» – это значит:

«Мир меня не любит

Мир для меня несет угрозу

Мир меня преследует.

Мир меня наказывает».

«Мир хороший» -

« Любит.

Обеспечивает безопасность.

Защищает.

Поощряет».

Переживание Мира как «плохого» неизбежно порождает тревогу – напряженный страх перед будущим. Но в то же время одним из первичных деструктивно-агрессивных чувств является зависть. Таким образом, исходя из представленных данных, мы можем вывести нечто вроде показательной шкалы, на которой в довольно наглядном виде прорисовываются эмоциональные полюса человеческого существования:

**Зависть – Разрушение – Тревога.**

**Благодарность – Созидание – Любовь.**

*Радость Рая*

*Сменяется мучительной досадой ада.*

*Оползни зла атакуют.*

*Как от них защититься?*

*Но является озарение –*

*Пришедшие в ненависти,*

*Мы можем возвратиться в Любовь.*

*Отпавшие в одиночество,*

*Мы способны обрести Единство.*

**Глава 6. ГРАММАТИКА ПРОГРАММ.**

*Нам вручают расписание уроков и отправляют на каникулы,*

 *чтобы хорошенько его выучить.*

*Это и есть жизнь.*

В современном лексиконе слово «Программа» в применении к человеческой психике стало чрезвычайно популярным, и само это понятие сделалось чуть ли не мифологическим. О нем говорят, кто с трепетом, кто со скептической иронией, кто – преисполнившись таинственной многозначительности. Как только мы проясним значение этого слова, многое значительно упростится.

Греческое programma – «объявление», «предписание», «предварительное описание».

Сам же процесс программирования осуществляется посредством того, что мы называем умом.

Что такое ум?

**Ум – это такое психическое устройство, которое организует информацию в опыт**.

Через него индивид получает возможность планировать и прогнозировать свои последующие действия.

Можно сказать, что техническим обеспечением этой виртуальной машины является система рефлексов. Если я обжегся о горячий утюг, то вряд ли в следующий раз я буду безалаберно хвататься за этот предмет. На основании определенного действия и связанного с ним состояния моим умом был сделан вывод, а последний в свою очередь сформировал очередную стратегию поведения.

Значит, ум оценивает и делает выводы. Он – думает. В этом его отличие от разума.

Разум – нечто другое. Сама частица *раз-* в применении к некоему понятию означает нечто оппозиционное тому, что в данном понятии заложено. Обиходные примеры хорошо это иллюстрируют: раз-деть противоположно – одеть, разуть – обуть, разъять – объять. В своем ядерном значении означает также *через, сквозь.*

Стало быть, разум как-раз демонтирует ум. Он его раз-девает, раз-увает. Разум раз-умеет. Он не думает, а раз-думывает, раз-мышляет. Ум примитивен, разум интеллектуален и в этом смысле, в какой-то степени, духовен. Можно сказать, что разум, проникая *через* ум, *сквозь* ум, находится *за* умом. Ум чистит зубы и отдергивает руку от утюга, разум создает теорию относительности и Лунную сонату. Животное может быть умным, но никак не разумным. Homo sapiens – человек именно разумный, а не умный! Даром ли говорят о Всемирном – Разуме, но никак не о Всемирном Уме? Разумный означает – способность проявлять себя креативно – творчески и созидающе.

Разум – также и то, что не только *за* умом, но и *над* умом. В этом их основное отличие.

 Ум на самом деле индефферентен к его носителю. Он, что называется, себе на уме. И потому вовсе не озабочен нуждами своего обладателя. Это как компьютер, который призван обслуживать потребителя, но которому вовсе нет никакого дела до своего хозяина. Он холоден и безучастен и просто делает свое дело. Ум – только умеет и не более того.

Однако это вовсе не означает, что не следует заботиться о своем уме. Как и всякий механизм, он требует к себе известной заботы и внимания. Важно здесь другое – остаться в состоянии *над умом*, а не отождествляться с ним, что и происходит с большинством особей.

Теперь в конкретике рассмотрим алгоритм, по которому работает машина ума.

**Алгоритм работы ума.**

1. Каждое событие, происходящее с индивидом или имеющее к нему хоть какое-то отношение, неизбежно интерпретируется умом, то есть оценивается с точки зрения его позитивных или негативных свойств.
2. На основании произведенной оценки ум делает соответствующий ей вывод, выносит свой категорический вердикт.
3. Постольку поскольку всякий вывод представляет собою некое завершающее суждение, четкий итог, то вскоре он становится **предписанием**.
4. Предписание можно определить как руководство к действию в соответствии с принятым выводом, который теперь уже обладает статусом закона. Следовательно, речь здесь идет уже о программировании.
5. Программа, до поры до времени существующая как тенденция, при определенном напряжении, сгущении ее параметров, конденсируется в **Установку** – непосредственный импульс к действию.
6. Действие приводит к Результату – финалу всего процесса.

Вырисовывается следующая цепочка:

СОБЫТИЕ – ВЫВОД – ПРОГРАММА – УСТАНОВКА – ДЕЙСТВИЕ – РЕЗУЛЬТАТ (СОБЫТИЕ).

Причем, получаемый результат, который мы можем обозначить также как Событие 2 являет собой своеобразное повторение изначального События 1. Символический круг замыкается. Особь попадает в западню замкнутого цикла, действие которого на данном этапе отнюдь не заканчивается, но содержит в себе тенденцию к постоянному воспроизведению через определенные интервалы времени. Заданность присутствующей записи прокручивается периодически с механическим упорством магнитофонной ленты до скончания биологических дней субъекта, кроме тех случаев, разумеется, при которых происходит перепрограммирование.

Таким образом, получается, что цепочка последующих событий неизбежно возвращает нас к одной и той же ситуации. Не смотря на формальное разнообразие ситуаций, их скрепляет единый контекст.

Можно сказать, что каждое последующее событие Сn+1 фактически является очередной копией события предыдущего с подобным смысловым содержанием Сn. Последнее же, в свою очередь, также представляет собой не более чем звено в некоем ряду, содержащем в себе универсальный смысл общей заданности.

С1 = С2 = … Сn = Сn+1.

**То есть речь идет по сути об одном и том же событии!**

**АЛГОРИТМ РАБОТЫ УМА.**

СОБЫТИЕ 1 (С1)

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ (И)

ВЫВОД (В)

ПРОГРАММА (П)

(Предписание,

план действия)

УСТАНОВКА (У)

(Руководство к действию)

ДЕЙСТВИЕ

{СОБЫТИЕ 2 (С2)}

 (Репродукция С1)

**Житейская иллюстрация.**

 Любой пример, взятый из повседневной жизни, убедительно проиллюстрирует действенность вышеприведенной выкладки.

 Не столь уж редко приходится наблюдать семейные коллизии, где супруги расходятся друг с другом, вынуждая ребенка делать выбор, с кем остаться.

**Комментарий к житейской иллюстрации.**

 Но детская душа еще не готова взять ответственность за подобное решение, и потому ум малыша избирает иную стратегию, которая предпочитает построение внутренней логической конструкции со своей, в общем-то, убедительной, но и разрушительной системой смыслов. Ребенок, еще не способный к общему осмыслению ситуации, относит последнюю на свой счет. И, собственно говоря, это универсальный механизм:

 **каждую ситуацию мы подсознательно относим на свой счет**.

Он не замечает конфликта между взрослыми, но полагает, что кто-то из них уходит от него, оставляет его, хотя это может и не иметь отношения к правде совершенно никакого. И данного предположения оказывается вполне достаточно для возникновения целого каскада цепных реакций взаимообусловливающих выводов и установок.

Причем мы с известной долей достоверности можем описать систему умозаключений, выстраивающихся в смысловом аппарате детской психики, имея в виду описанный алгоритм.

**Пример негативного программирования.**

1. *Событие 1.* – Уход одного взрослого от другого взрослого.
2. *Интерпретация ума.* "Уход от меня!"
3. *Вывод ума.* "Если от меня ушли, стало быть, я уже не нужен. Раз я не нужен, значит, меня не любят. Коли не любят, то и не за что любить. Следовательно, я плохой и во мне что-то не то".
4. *Программа.* "Меня не любят и меня бросают".
5. *Установка* (реализующаяся через определенные, возможно, и продолжительные интервалы времени). «Если любовь и есть, то я ее не достоин».
6. *Результат* (Событие 2). Уход мужа или жены.

Подобная механика объясняет и то, почему фактором риска для последующего семейного или личного благополучия является развод родителей одного из супругов, произошедший, когда он или она были еще детьми.

Основываясь на приведенной схеме, мы можем прояснить любую ситуацию, случающуюся в жизни индивида. Используя подобные принципы, мы способны ход событий изменить. Практика пере-программирования базируется на тех же законах и механизмах. Но, прежде чем приступить к ней, полезно осмыслить следующие базовые положения:

ЛЮБОЕ СОБЫТИЕ НЕЙТРАЛЬНО.

Это значит, что само по себе оно ни плохое, ни хорошее. Оно случилось и имеет место быть. Ту или иную значимость ему придает наш ум.

ЛЮБОЕ СОБЫТИЕ ДУАЛЬНО.

Это значит, что оно включает в себя антагонистические составляющие, которые при взаимодействии друг с другом и уравновешивании друг друга и порождают его конечную нейтральность.

Следовательно, прибегая к сокращенному языку схем, представляется совершенно некорректным сделать запись: Событие С(-) или Событие С(+).

Но вполне обоснованно записать: Событие С(+\_).

 (С+\_) = Н. То есть в конечном итоге любое событие нейтрально (Н).

Нейтральность – это завершающий синтез, благодаря которому поддерживается установленный порядок вещей.

Ум выбирает то или иное свойство данного события, исходя из степени своей причастности к последнему, наделяет его актуальностью и значением, а затем выводит частный эпизод в ранг обобщения.

Ум занят тем, что постоянно обобщает. Самобытная же истинность данного обобщения, то есть его адекватность реальности в расчет не берется.

Из этого следует весьма важный вывод:

**если организм способен управлять своим умом, то он может перенаправить его внимание к другой смысловой составляющей события и тем самым активизировать новую цепочку причинно-следственных связей.**

Негативное самопрограммирование можно представить такой схемой:

УМ (СН = С+\_) = С-.

В случае перепрограммирования, заключающегося в перенаправлении энергии ума на другую составляющую события, формула предстанет в следующем виде:

УМ (СН = С+\_) = С+.

Обратимся к нашему примеру с ребенком. Первый вариант – выделения из ситуации одной ее части и интерпретации ее как негативной, мы рассмотрели. Теперь же осмыслим способ, посредством которого можно совершить позитивное перепрограммирование.

**Пример позитивного программирования.**

1. *Ситуация.* Взрослый уходит от взрослого.
2. *Интерпретация ума.* "Взрослые расстаются, но я-то остаюсь!"
3. *Вывод ума.* "В любом случае я остаюсь. И если я остаюсь, то я продолжаю жить. А раз я жив, то представляю собой несомненную ценность. Стало быть, я нужен, и во мне есть что-то особенное. И поэтому меня есть за что любить!"
4. *Программа.* "Я всегда и в любом случае остаюсь жив. И эта моя жизнеспособность притягивает окружающих".
5. *Установка.* "Я достоин любви, и во мне присутствует сила".
6. *Результат.* Способность к установлению эффективных взаимоотношений с миром, людьми, самим собой.

Подобным же образом можно нейтрализовать любую сиюминутную ситуацию, представляющуюся актуальной. При этом меняется не отношение к ситуации, а сама сумма обстоятельств!

Ниже предлагается алгоритм самоосознания, позволяющий депрограммировать, то есть стереть нежелательную психоинформационную матрицу и сформировать позитивное предписание.

**Алгоритм перепрограммирования.**

«1. Я осознаю, что происходящее со мною само по себе не является ни плохим, ни хорошим.

2. Тем не менее, происходящее со мною, беспокоит и тревожит меня.

3. Но теперь я знаю, что некая механическая часть моей личности, называемая умом, на основании своей логики просто сделала вывод о том, что данная ситуация для меня вредна.

4. С другой стороны мне известно, что любое событие само по себе нейтрально. И в то же время оно – дуально, то есть двойственно, а это означает, что оно не только содержит в себе плохой для меня фактор, но и хороший.

5. И постольку, поскольку я осознаю, что я не есть мой ум, я могу отделиться от него и подняться над ним, заняв позицию разума.

6. Это означает, что я обретаю тем самым способность управлять и руководить моим умом.

7. И я направляю внимание своего ума на позитивную составляющую актуальной для меня ситуации.

8. Я осознаю и знаю, что происходящее со мною есть для меня – благо.

9. А потому я испытываю чувство доверия, принятия и благодарности к тому, что со мною происходит!»

**Глава 7. КРИЗИС.**

Многие принимают разнообразные трансформации устоявшихся жизненных структур за беды или наказания, в связи с чем и начинают испытывать растерянность, недоумение, страх, тревогу и теперь уже предаются реальному самоистязанию. Круг замыкается и становится порочным. И, увы, эта порочность оказывается слишком прочной, чтобы мановением здравой мысли в одно мгновенье разорвать ее. Основная беда обывателя заключается в его обиде на мир, что действенно усугубляет начатое разрушение, и углубляет внутренний конфликт между бессознательным разумом и начиненным всевозможными программами, умом.

Тем не менее, выход из западни существует. Для этого исследуем своеобразную анатомию явления, получившего название Кризис.

Прежде всего, следует отдать себе отчет в том, что появление на этом свете человека сопровождается для него болью и ужасом. И свет этот оказывается мраком. Повинуясь инстинкту самосохранения, новорожденное существо стремится выбраться из тупика, каковым для него становится мир, куда оно пришло. В качестве способа спасения новоявленная особь испытывает стремление пробраться обратно в эдем материнского чрева, но такой вариант невозможен в силу необратимости происходящего, ибо в прошлое невозможно попасть. Согласно даже элементарной логике, никакого прошлого нет – потому что его *уже* нет. Вот почему путь в прошлое заказан. Как можно попасть в то, чего нет?

Итак, появившаяся особь, не смотря на ее инстинктивное влечение вернуться в мир нирванического блаженства, не способна его реализовать. Но, тем не менее, ее нужда удовлетворяется – при посредстве матери, которая в новой ситуации остается все тем же объектом защиты. Она снова замыкает ребенка в себе, заключая его в объятия и прижимая к живительной груди. По сути дела объятие представляет собой имитацию материнского чрева, и по этой причине оно способно утешить и успокоить, усыпить и погрузить в расслабленное состояние. Мы инстинктивно обнимаемся, чтобы регрессировать на детский уровень и получить ощущение слитности и единства. В подобном состоянии пребывает и младенец, взаимодействующий с матерью. Он получает пищу, тепло, чувство защиты и безопасности как некое подтверждение того, что он жив.

В психоанализе эта фаза в развитии человека известна как "**магическое галлюцинаторное величие**", когда ребенок чувствует, что его желания могут тут же исполниться. Период жизни от рождения до примерно шести месяцев называется «**симбиотическим**».Дитя не разделяет мир на внутренний и внешний. В его восприятии нет границ и разграничений. Между ним и матерью устанавливаются отношения, воплощающиеся в чувстве полного слияния. Такое слияние и есть симбиоз. Травма и драма рождения теряют свою остроту и вытесняются новыми возможностями обретения покоя. В данной ситуации как бы воспроизводится изначальная благость непосредственной связи с космическим ритмом.

Однако к шести месяцам наступает неизбежное отделение матери и ребенка, получившее название «**сепарации – индивидуации**», что переживается как новое потрясение, вторичный шок, следующий за тем, которым сопровождалось рождение.

В общем получается, что сама жизнь человеческая – это шок.

В неоформленное сознание врываются новое отчаяние и разочарование. К ребенку является понимание того, что они с матерью вовсе не единое целое, рушится иллюзия всемогущества. Началась эпоха кризиса и новых испытаний. И естественным образом возникает вопрос – а для чего, собственно, предуготовано последнее? Ответ же вполне очевиден – ради выживания.

Ведь если особь продолжит свое пребывание в состоянии симбиотической слитности, она не сможет самостоятельно познавать реальность, то есть реализоваться, что неизбежно приведет к потере ориентации в мире, а это создает уже непосредственную угрозу гибели.

Поэтому в начинающейся жизни человека подобный кризис представляется поворотной точкой – моментом начала постижения действительности, переходом на качественно новый этап развития и существования. И здесь важно присутствие гармоничного соотношения предоставляемой свободы, то есть степени отделенности – сепарации и наличия опеки, защиты.

Получается, что

 **только посредством кризиса можно изменить качество жизни в сторону ее усиления**.

 Именно таким образом – через разделение, ребенок переходит на следующий уровень развития – постижения и освоения.

Теперь же обратимся к исследованию так называемой взрослой жизни, которая представляет собой повторение и воспроизведение тенденций, сформированных на начальных этапах бытия человека.

Проще говоря, наша жизнь – это повторение. (См. **Закон возвращения**). Мы всего лишь повторяем навыки, усвоенные некогда, и в сущности, благодаря этому мы обладаем возможностью существовать, в связи с чем и приведу примеры, очевидность которых не вызывает никаких сомнений.

Однажды, следуя программе, ребенок встает на ноги и идет. С тех пор ничего не меняется в принципе – ходьба остается как навык, не смотря на некоторые изменения в ее форме, стиле, ритме и прочем.

Однажды, человек начинает произносить слова, и в дальнейшем они в его речи повторяются. Слово "дом", произнесенное трехлетним младенцем, взрослым или стариком, имеет одну и ту же структуру – "д – о – м". Ни одной буквы не прибавляется и не убавляется.

Теперь мы можем сделать более широкое обобщение. Психобиологическое соотношение "Симбиоз – Сепарация", то есть «Слияние – Отделение» также повторяется, правда в несколько видоизмененной форме на протяжении всей жизни, явно или скрыто.

Данная тенденция осознается более четко и явно, если мы изучим такое понятие как **быт**. Само это слово, столь распространенное и обыденное, на самом деле таит в себе множество загадочных смыслов. За внешней простотой, чуть ли не примитивностью, скрывается завораживающая глубина.

**Быт как материнский символ.**

Проведем исследование и, прежде всего, зададимся вопросом – а что, собственно, такое быт? Каково его определение? Обобщенно, хотя в равной мере, столь же конкретно, можно данное понятие определить следующим образом.

Быт – это то, что окружает человека и вступает с ним в отношения собственности.

И здесь обнаруживаются следующие аспекты быта:

1. Свойство ограждать.

2. Свойство защищать.

3. Свойство принадлежать.

4. Свойство утешать.

Важно при этом иметь в виду, что не все окружающее нас, является нашим бытом, а только то, чему придается значение «своего», «собственного», «родного». Таким образом Быт представляет собой Материнский Символ.Он воплощает архетипическую фигуру матери, материнского чрева.

Действительно, позиции: 1. Окружать – Обволакивать - Защищать и 2. Принадлежать – Относиться друг к другу в пространстве смысла "мое – мое" -моделируют отношения матери и ребенка. Мать окружает – защищает "мое" чадо сначала во чреве, затем в объятиях, прижимая это "мое" к животворной груди.

Известно, что как только мы преступаем порог своего жилого пространства и помещаем себя в домашние тапочки, мы регрессируем, то есть символически возвращаемся в младенческое, а порою даже и эмбриональное состояние.

Следовательно, бытовые отношения есть отношения симбиотические.

Но не будем забывать, что симбиоз благотворно действует лишь на определенном этапе развития, после чего он уже становится угрозой этому самому развитию. И тогда наступает неизбежная сепарация – в силу действия программы выживания. Существо отделяется от матери для того, чтобы вступить в самостоятельные отношения с Миром и в конечном итоге научиться воспроизводить себе подобных.

**NB!** Значит, если личность регрессирует до такой степени, что это уже начинает представлять опасность для ее программы выживания, то включается механизм сепарации как действенный противовес симбиотическому регрессу.

Как уже говорилось ранее, сепарация переживается как некий кризис и связана с лишениями. Наши кризисы с математической точностью адекватны степени нашей регрессии. Если последняя не велика, то и потери малы и могут проявляться в лишении каких-то вещей. Более глубокий уровень регрессии лишает нас каких-то отношений, к примеру, дружеских, семейных, деловых. Крайняя степень регрессии лишает человека здоровья или жизни. Он умирает – для того, чтобы выжить.

**Житейские драмы.**

Приведу примеры из практики моей консультационной работы. На прием пришла женщина и рассказала такую историю. Она вполне благополучно жила с мужем и дочерью. Семейная ситуация складывалась весьма удовлетворительным образом, и не возникало никаких причин для беспокойства. Дочь поступила в престижное учебное заведение, муж успешно работал в одной влиятельной фирме. В общем, недостатка в достатке не наблюдалось. Жизнь складывалась ровно и спокойно, с тихими домашними досугами, общими друзьями и безоблачным времяпрепровождением. Как-то в очередной раз они выезжают отдохнуть на море. И там глава семейства погибает от внезапного приступа удушья, случившегося с ним в воде, вблизи берега, при ясном солнечном дне.

Другой случай. Муж, жена, их ребенок. Достаток. Комфорт. Ровная жизнь. Общие интересы, хозяйство, радости. Семья собирается провести выходные на даче. Муж уезжает накануне, чтобы подготовить дом. На проселочной дороге, изъезженной им не одну сотню раз, машина переворачивается. Исход аварии – смертельный.

В обоих случаях обращает на себя внимание одно – внезапность, неожиданность происшедшего на фоне совершенного благоденствия. Однако, анализируя события, я обнаружил и в той и в другой ситуации ряд настораживающих знаков.

Анализируя представленные случаи, обратим внимание, что и там и там упоминается одна особенность – люди достигали определенного уровня бытового комфорта и, вдруг, среди полнейшего благоденствия с ними случались трагические происшествия.

Какая здесь взаимосвязь?

С учетом обнаруженных закономерностей можно полагать, что в обоих семьях наступила выраженная регрессия до симбиотического состояния, превысившая некий критический порог, и в качестве неизбежной реакции включился процесс сепарации.

Важно заметить, что крайняя степень регрессии наступает не сразу, не одномоментно. Процесс происходит поступательно и постепенно, и вся беда в том, что зачастую люди не улавливают признаки начинающейся регрессии. А ведь о них можно судить по тем ситуациям, которые называют неприятностями, коллизиями, напастями. Все они – миникризисы, призванные вытащить человека из симбиотической ловушки. И вместо того, чтобы осознать это и переформировать свою стратегию взаимоотношений с миром, личность начинает озлобляться, или роптать, или же вступает в борьбу со всеми этими "наваждениями", которая в конечном итоге оборачивается в борьбу с самим собой. А в этой борьбе победителей нет, схватка заканчивается фатально.

Что же следует предпринять, дабы не быть раздавленным собою же придуманными тисками? Ниже я привожу рекомендуемую мною формулу осознавания и переформирования контекста текущего события.

**Алгоритм проработки критической ситуации.**

"1. Я осознаю, что в настоящее время нахожусь в ситуации кризиса.

2. Я также в полной мере осознаю, именно осознаю, а не внушаю себе и не уговариваю себя, что мой кризис для меня – благо.

3. Ибо он позволяет мне выйти из заточения той ловушки, которая представляет угрозу моему развитию, моей жизни.

 5. В этом смысле кризис предоставляет мне возможность трансформации.

 6. Ведь настоящая, истинная трансформация возможна только через кризис, когда разрушаются уже отжившие свое, старые формы, расчищая дорогу новым возможностям, новым качествам жизни.

 7. Именно благодаря кризису я выживаю и живу. И это не внушение, не настрой, не утешение, а осознанное понимание происходящего.

 8. Через кризис и в кризисе я обретаю освобождение и свободу, ведь при этом рвутся мои цепи и рушатся оковы.

 9. Потому, я с уверенностью ставлю знак равенства между кризисом и трансформацией. КРИЗИС = ТРАНСФОРМАЦИЯ.

Я вспоминаю, что по гречески Krisis – это решение, поворотный пункт, исход. И я благословляю свой Krisis!".

*Личинка лопается –*

*Бабочка освобождается.*

*Для личинки это кризис,*

*А для бабочки – полет.*

*Наша личность – это личинка.*

*Наши кризисы – лопнувшие личинки.*

*Вырвавшись на свободу, мы можем обрести Вселенную.*

А Вселенная – это, прежде всего, отношения.

Жизнь – это, прежде всего, отношения.

Только через отношения мы реализуем свою потребность в общении.

Цель же общения, как явствует из самого слова, есть общность.

Мы постигаем это искусство, чтобы не быть больше искусственными.

Но следует помнить, что с кем бы мы ни общались, мы продолжаем общение с самими собой. Ибо между «мною» и «не мною» нет границ. Где граница между душою и телом?

Взаимодействуя с миром, мы общаемся с самими собой. Осознание данного положения высвечивает перед вами Срединный Путь – мистический и таинственный путь самопостижения, который, в конечном итоге, приводит Вас к столь желанной встрече с самим собой. По латыни слово «середина» звучит как media. Отсюда и происходит понятие – медитация, то есть прохождение по Срединному Пути. На этом пути появляется возможность стать имагинатором – Оптимизатором жизненных пространств.

**ЧАСТЬ 5. ОПТИМИЗАТОР ЖИЗНЕННЫХ ПРОСТРАНСТВ.**

**Глава 1. Вершины глубин.**

Когда мы говорим о медитации, мы хорошо представляем себе, о чем идет речь, хотя не совсем ясно представляем себе, что же такое сама медитация. Более того, каждый из нас каждый день непроизвольно медитирует или неосознанно входит в медитационное состояние. Медитационное состояние - специфическое состояние. Это не сон и не бодрствование. Оно чем-то сродни трансу, но и не транс. Оно возникает, когда мы занимаемся деятельностью, которая полностью поглощает нас. Теряется ощущение собственного Я. Мы полностью переключаемся на объект своего внимания, сливаясь с этим объектом, становясь этим объектом. Медитационное состояние в наиболее элементарном виде возникает, когда мы:

- читаем захватывающую книгу;

- смотрим увлекательную передачу;

- стоим перед картиной, заворожившей нас;

- думаем о чем-то приятном и полностью поглощены этим;

- углубляемся в поток воспоминаний.

Можно привести еще множество примеров. И сколько бы они ни отличались друг от друга, их объединяет нечто общее. Это общее заключается в своеобразии психических ощущений: мы как бы "выпадаем из реальности", уходим в иное измерение, где нам открывается новая реальность, не менее и даже более реальная, чем та обыденная, которая окружает нас. Сознание изменяется, изменяется все наше существо, хотя мы этого и не замечаем, подобно тому, как мы не замечаем движения вагона поезда, находясь в самом вагоне. Меняется сама система координат нашего существования.

Эта измененность и есть медитационное состояние (МС). А путь к нему - медитация. Значит, медитация представляет собой процесс движения сознания. Но понятие движения многозначно. Необходимо подумать о направлении, в котором движется вектор сознания. При трансе этот вектор направлен в глубь личности. При медитации - тоже. Но медитация не есть транс, как машина еще не есть мотор. Транс - лишь инструмент медитации, один из путей, по которому движется медитатор.

Для того, чтобы более ясно представить себе, что же такое медитация и медитационное состояние, изучим структуру психической деятельности.

Человеческую психику можно условно рассмотреть как пространство, состоящее из трех уровней, трех этажей.

I

 II

 III

Если быть еще точнее, то представленная схема будет выглядеть несколько иначе, отражая не только наличие этих уровней, но и их соотношение.

 I

 II

 III

I – Сознание.

II – Предсознание.

III – Бессознательное.

Вспомним тот знаменитый айсберг, где сознание, идентичное части, выступающей над водой, является лишь одной восьмой от всей его массы, в то время как подводная часть представляет собой основную массу айсберга. Эта подводная масса и есть Бессознательное. Оно скрыто от нас, но именно оно является источником наших мыслей, желаний, импульсов, поступков. Именно оно управляет всей нашей жизнью, нашим поведением и взаимоотношениями с окружающим миром. Чаще всего мы сталкиваемся с ним во сне. Сновидения есть символический язык, на котором разговаривает с нами наше Бессознательное. Наши мечты, фантазии, грезы являются опять-таки проявлением Бессознательного. Это тоже язык, но язык зашифрованный. Поэтому деятельность Бессознательного представляется нам непонятной и загадочной. Оно ничтожно малой частью прорывается в Сознание и оставляет последнее в недоумении. А между тем, Бессознательное - это океан энергии, психической энергии, самая творческая часть личности. Стихия, содержащая в себе абсолютно полную информацию о том, что с нами происходило, происходит и будет происходить. Бессознательное и есть тот Высший Разум, о котором мы так много сейчас говорим. Но этот Высший Разум никогда не откроется нам, если мы сами не начнем пытаться открыть его. Путь к этому Высшему Разуму и есть медитация. Сознание вначале углубляется в себя, а затем, через себя, просачивается в глубинные пласты Бессознательного.

Предсознание - это мостик, по которому проходит информация из Бессознательного в Сознание и наоборот. Условно говоря, Предсознание является нижней границей Сознания и верхней границей Бессознательного.

Медитативный процесс

 I

 III

Из приведенной схемы видно, что медитационный процесс представляет собой движение Сознания в область Бессознательного. Данная схема также показывает, что Сознание замкнуто, Бессознательное открыто. По мере своего движения Сознание расширяется, охватывая новые пространства.

 I

 I

 I

 I

 III

Значит, медитация есть не только процесс углубления Сознания, но и процесс расширения Сознания. А Бессознательное остается бесконечной открытой системой, объединяющей микрокосм человека и макрокосм Вселенной.

В этом заключается основное отличие медитации от транса, где Сознание только углубляется, лишь погружается внутрь.

Вместе с Сознанием при медитации происходит и довольно мощная трансформация собственного Я.

Но что же такое Я?

Я - это чувство того, что я - это я.

Я - это точка. Точка в пространстве и во времени. Точка Сознания и Сознания того, что я есть.

Я - это Сознание того, что я есть.

Я - это чувство того, что я - это мое тело.

Я - это чувство того, что я есть желание или отсутствие желания.

Я всегда замкнуто на себе.

Я ограничено также, как ограничено Сознание.

Графически это можно изобразить примерно следующим образом.

 III III

Я

 III III

III - Бессознательное.

При медитации происходит расширение Сознания и расширение Я.

Я перестает быть точкой и становится пространством.

По мере углубления медитационного процесса Я расширяется все больше и больше, и наступает момент, когда Я, как таковое, перестает существовать. Его границы растворяются, личность теряет очертания, и появляются новые и качественно иные - трансперсональные - переживания. Идет выход за пределы собственного существования. Человек приобретает новый опыт, новые знания. В интуитивном потоке ему открываются новые перспективы, новая панорама Бытия. Разрываются оковы собственных амбиций, и существо получает ощущение абсолютной внутренней свободы.

Опыт медитации может фундаментальным образом изменить всю вашу жизнь, открыть вам Путь, следуя которому, вы обретете все, что хотели бы обрести.

ЦЕЛЬ МЕДИТАЦИИ - САМА МЕДИТАЦИЯ

Но помимо этой общей универсальной цели у каждого существует своя, личная цель, которая реально достижима при медитативной практике. В зависимости от склонностей, мировоззрения и актуальных проблем того или иного индивида с помощью медитации можно:

- избавиться от хронических заболеваний;

- укрепить здоровье;

- повысить работоспособность;

- обрести душевное спокойствие и равновесие;

- активизировать творческий потенциал, развить творческие задатки;

- познать себя;

- познать людей;

- переживать экстаз;

- обрести Просветление;

- достичь слияния с Абсолютом, Богом, Высшим Разумом (для религиозно ориентированных людей).

Как видите, цели, задачи и возможности различны, а практика медитации универсальна и приемлема для всех, независимо от того, религиозны вы или нет, и независимо от вашего вероисповедания, если вы религиозны.

В начале пути вы овладеваете техникой, подобно художнику, овладевающему техническими приемами, или композитору, постигающему законы полифонии, но затем вы творите самостоятельно.

МЕДИТАЦИЯ - ЭТО ТВОРЧЕСТВО

Вы пишите картины своей жизни, вы создаете музыку своей судьбы, вы творите Себя.

Ибо цель и смысл вашей жизни - Вы Сами.

Теперь дверца в таинственный и удивительный мир для вас приоткрыта. Сделайте первый шаг и войдите внутрь Вселенной, где вы познакомитесь с различными упражнениями. Выберите себе одно или два, наиболее подходящие для вас, и работайте с ними. Успех придет сам.

ПЕРВЫЙ ШАГ, ИЛИ ВХОД В МЕДИТАЦИЮ -

ВЫСВОБОЖДЕНИЕ СОЗНАНИЯ, ОСВОБОЖДЕНИЕ УМА.

Помните, в самом начале мы говорили о том, что входим в медитационное состояние, когда чем-то поглощены, и тогда полностью забываем про себя, как бы отключаемся от себя? Мы, в данном случае медитируем непроизвольно, неосознанно, только перестает существовать тормозящее сознание причина, и, конечно же, она не может дать того результата, который дает осознанное, активное медитирование, где причиной измененного состояния являемся мы сами, а не внешний стимул.

Но для того, чтобы быть такой причиной, быть медитатором, необходимо научиться манипулировать своей психикой.

Наше Сознание привязано к нашей личности, наш обыденный ум скован косностью и предрассудками нашего Я. Наши эмоции буквально захлестывают нас, наши мысли подчиняют нас себе, и мы сами создаем проблемы, которых могло бы и не быть. Проблемы порождают новые или усиливают старые отрицательные эмоции и мысли. Возникает ситуация замкнутого круга.

Отделите друг от друга Сознание, Мысли, Эмоции, возвратите им их самостоятельность и первозданность, и вы выйдете из этого заколдованного круга. Вы разорвете патологический стереотип и освободите себя. Ваша ситуация изменится.

Для этого начните выполнять упражнение **"Высвобождение Сознания".**

*Примите удобную позу, расслабьтесь, расфокусируйте свой взгляд и дайте ему возможность рассеянно блуждать, ни на чем его не фиксируя и ни к чему его не привязывая. Через несколько минут закройте глаза и предоставьте, своим мыслям полную свободу. Пусть мысли приходят и уходят. Не привязывайтесь ни к одной из них. Не настраивайтесь на что-либо определенное. Не давайте себе никаких установок. Просто созерцайте свои мысли, как вы созерцаете море или океан, сидя на берегу. Мысли могут быть самые различные: плохие и хорошие, мрачные и радостные, темные и светлые, но ни одна из них не трогает вас. Ваше Я - лишь зеркало, которое отражает движение этих мыслей. Поток ваших мыслей и есть ваше Сознание. Отпустите свой ум. Пусть он блуждает, как ему вздумается. Вы лишь наблюдаете за тем, как он блуждает. Вы - зеркало. Вы только отражаете то, что происходит внутри вас, при этом не принимая никакого участия. Вскоре у вас появятся определенные желания и эмоции, но и к ним оставайтесь безучастны, изучайте их, смотрите на них со стороны, хладнокровно созерцайте и фиксируйте.*

*Ваши мысли и эмоции - морские волны. Они приходят и уходят. Вы остаетесь.*

*Ваши мысли и эмоции - блуждающие огоньки. Они вспыхивают здесь или там и гаснут. Вы только отражаете.*

Выполняйте подобное упражнение ежедневно по 10 минут в течение двух недель, и вы обнаружите в себе явные перемены. Ваше Я, которое до того представляло собой мусорную яму, очистится, станет прозрачным, спокойным и созерцательным. А чем вы созерцательнее, тем лучше и эффективнее действуете.

ОЧИЩЕНИЕ СОЗНАНИЯ

Очищение сознания - второй шаг к медитации, открывающей в нас Самость.

Наше обыденное сознание засорено различного рода оценками, чаще всего чужими. Мы проглатываем без всякой критики эти различные штампы и клише и набиваем ими наше сознание и руководствуемся ими всю жизнь. Мы постоянно оцениваем, и чем чаще оцениваем, тем больше создаем проблем. Совершенно необходимо отказаться от оценочной позиции, извергнуть обратно все те стереотипы, которые мы глотали без разбора или которые насильно впихивали в нас наши "доброжелательные" воспитатели.

Начните с осознания того, что все относительно. Рассмотрите такие понятия, как право и лево, высоко - низко, хорошо - плохо, тепло - холодно, твердо - мягко, в их относительности, неоднозначности и сотрите между ними границы. Вы обнаружите, что никаких оппозиций не существует, и придете к осознаванию Единства.

Спросите себя: пятый этаж - это высоко? И если вы ответите: да, высоко, - в таком случае мысленно взгляните на свой пятый этаж с вершины Эвереста. Если ответите: низко, - то мысленно (или на самом деле) проделайте простой эксперимент. Возьмите доску шириной в полметра и длиной метров 10-15, поднимите ее на метр от земли и пройдите по ней из одного конца в другой. Вы проделаете это совершенно легко и свободно. Затем эту же доску поднимите на высоту пятого этажа. Задача остается прежней, но в этом случае ваша реакция изменится - вы или не пойдете, или, сделав попытку, быстро вернетесь обратно, или упадете (если вы, разумеется, не акробат). Почему? А потому, что ваше сознание начнет сигнализировать вам: высоко - опасно. Мысли об опасности автоматически создадут напряжение во всем теле, а напряжение вызовет нарушение координации. Хотя, по существу, ничего, кроме оценки, не изменилось. Ваше оценивающее сознание изменило ситуацию и сделало ее опасной для вас. Очистив сознание, вы также легко пройдете по доске на высоте пятого этажа, как и в метре от пола. Для вас уже не будет существовать таких оппозиций, как высоко - низко, как их не существует и в природе.

То или иное ваше психологическое состояние - это ваш выбор той или иной оценки. Вы говорите себе, например: "Я не могу расслабиться, во всем теле напряжение". В таком случае ощупайте себя и ощупайте бетонную стену, сравните свои ощущения, и вы поймете, насколько вы расслаблены. Вы говорите: "У меня полная расслабленность". Поставьте на один из углов на краешек стола пуховую подушку, и вы увидите, что такое расслабленность. Вы не расслаблены и не напряжены. Ваш ум создает иллюзию расслабленности или напряжения. Вам ни хорошо, ни плохо. Ваш ум квалифицирует и оценивает. Но ум глуп. Сотрите все оценки и не принимайте всерьез свои мысли.

Итак, НЕ ПРИНИМАЙТЕ ВСЕРЬЕЗ СВОИ МЫСЛИ.

А теперь я хочу дать несколько текстов, которые вы можете использовать в качестве медитационного материала. Вы можете их или выучить, или просто каждый раз читать про себя, или записать на магнитофон, или, отталкиваясь от них, придумать что-то свое, подобрать индивидуальные слова и образы. В любом случае дайте простор своему воображению и активизируйте творческие ресурсы своей личности.

После того, как вы освоите данный медитационный материал, работайте с ним как можно интенсивнее, но без напряжения. С каждым разом ваши результаты будут улучшаться. И, наконец, настанет момент, когда только мимолетный образ того, о чем здесь говорится, введет вас в глубинное медитационное состояние.

**Текст 1**

*"Я погружаюсь внутрь себя. Я отпускаю свои мысли и свое сознание. Мои мысли - это всего лишь волны океана. Волны набегают одна на другую. Волны идут одна за другой. Волны приходят и уходят. Волны появляются и исчезают. Океан остается. Мысли идут свободно, накатывая друг на друга. Мысли приходят и уходят, а Сознание остается. Сознание - океан, мысли - волны. Мысли - это волны и морская пена. Пена некоторое время пузырится, шипит, но потом уходит в песок и бесследно исчезает. Мое Сознание погружается в подводные глубины и растворяется в них. И я ощущаю только тишину и покой. Тишину и покой. И больше ничего. Ничего".*

**Текст 2**

*"Те мысли, которые в данную минуту проплывают перед моим внутренним взором, не оказывают на меня никакого влияния. Я смотрю на них глазами путника, идущего по ночному лесу и созерцающего то здесь, то там вспыхивающих во тьме светлячков. Мысли - те же светлячки. Это - блуждающие огоньки, которые, вспыхнув, гаснут и на несколько мгновений загораются вновь, чтобы опять исчезнуть. Они также эфемерны и мимолетны, если не разжигать их искусственно. Я иду своей дорогой и не обманываюсь иллюзорными мерцаниями, окружающими меня. Движение путника легко и свободно. Его Сознание также свободно, как свободен его Путь. Ибо его Сознание - это его Путь, и его Путь - это его Сознание. Я - этот путник. Я узнаю себя, и я ощущаю свою внутреннюю свободу. Мое дыхание легко и спокойно. Я с интересом смотрю на блуждающие огоньки, сопровождающие меня, но не более того. И никто не может и ничто не способно помешать мне на пути моем. Ведь Путь мой свободен, Сознание мое свободно".*

Цель этого текста ничем не отличается от цели предыдущего. Разница лишь в имагических каналах, ведущих в медитационное пространство. Поэтому вы можете выбрать любой из них, ориентируясь на свой вкус.

**Текст 3**

*"Мне вовсе не надо бороться со своими мыслями. Ведь для того, чтобы освободиться от спертого воздуха в помещении, нет никакой необходимости бегать по комнате, размахивая платком или полотенцем. Достаточно лишь открыть окна, чтобы помещение проветрилось и воздух в нем стал чистым и свободным. Поэтому мне следует открыть окна в своей голове и выпустить наружу весь тот хаос мыслей, который теснится внутри меня. Я не буду проявлять никаких усилий. Я просто открою окна и буду ждать. И я точно знаю, что настанет момент, когда весь спертый воздух выйдет вон и комната заполнится свежестью и чистотой. Мой разум свободен, ибо мысли, тяжелые и ненужные, покидают его легко и свободно, и я расстаюсь сними без всяких сожалений. Мой ум пуст, а дыхание мое легко и свободно. И теперь я отпускаю себя, ни к чему себя не привязываю и не думаю ни о чем. Пустота Первозданности заполняет мое существо. Пустота".*

Отрабатывая эту медитационную технику, стремитесь к тому, чтобы ощутить всю материальность той субстанции, которую мы называем мыслью, ощутить ее "вещественность", "весомость", и тогда вы научитесь на уровне физических ощущений улавливать свои мысли. И тогда вы будете "открывать окна", вы без всяких усилий ощутите их движение и выход в окружающее пространство. Вы легко начнете управлять хаотическим потоком своих мыслей, и вам никакого труда не составит в считанные секунды освобождать от них свое сознание.

**Глава 2. Освобождение сознания.**

И по сию пору многие проявления человеческой души таинственно окутывается мистическим ореолом. Дабы не вовлекаться в философские дискуссии, разыгрывающиеся между материалистами и идеалистами, сразу отметим, что **с позиций современной психофизиологии мистика реальна.**

В гипнологии существует такое понятие как *органический язык,* и оно обозначает то, что **наш мозг воспринимает любую информацию буквально.** Даже метафоры или идиоматические обороты понимаются как нечто конкретное и однозначное. Например, выражение "протянуть ноги" означает чью-то смерть, но в нем есть и буквальное значение, которое воспринимается подсознанием. Подобный феномен был обнаружен как раз у субъектов, находящихся в гипнотическом состоянии, где разум и логика уступают место и власть такому восприятию. Если человеку, погруженному в транс, задать вопрос: "Ты не смог бы ответить, сколько тебе лет?", он ответит: "Смог бы" и ничего больше, хотя, находясь в обычном состоянии тот же человек на подобный вопрос сразу называет свой возраст.

Не следует думать, однако, что органический язык является специфическим признаком, проявляющимся только во время гипноза - здесь он просто более демонстративен. На самом деле он также активен и оказывает свое мощное влияние в любом другом состоянии, включая и бодрствование. Именно он обусловливает и реализует тончайшие механизмы самопрограммирования, в том числе и негативного. Д.Гриндер и Р.Бэндлер описывают пример, где женщина в шутку повторяет привычную для нее фразу, не вкладывая в нее никакого серьезного мысла: "Мои дети - сущее для меня наказание". Она не понимает, насколько серьезно она себя программирует - ведь ее подсознание-то как раз воспринимает эти слова буквально. И наказание действительно приходит. Оно может явиться в любой форме - в виде ли головной боли или несчастного случая, или еще чего-нибудь.

Теперь сделаем небольшой, совсем крохотный шажок в сторону другого примера. Предположим, вы или в качестве игры или развлечения, или эксперимента мысленно рисуете вокруг себя магический круг. Вы понимаете, что это всего лишь игра, ментальное упражнение, деятельность воображения. Но подсознание-то этого не понимает! Оно все также продолжает воспринимать буквально. Теперь остается вспомнить известный психоаналитический афоризм: "Сознание размышляет, Бессознательное управляет".

**И то, что в вашем сознании является игрой воображения, в вашем подсознании становится реальностью.**

Вы создали настоящий, неметафорический магический круг! Со всеми способными вытечь отсюда последствиями.

Итак, тайна начинает действовать.

Прежде всего, полезно осознать, что различные легенды и предания, рассказывающие о колдунах, заклинателях, чародеях, не являются полным вымыслом. Разумеется, в них присутствует элемент фантастики, но чаще всего он касается фактора времени - таинственные превращения не происходят на самом деле в считанные мгновенья. Для осуществления той или иной трансформации необходим определенный период, который может длиться дни, недели или месяц.

Если вы используете возможности поту-стороннего, то они обязательно проявятся, хотя, быть может и не сразу, в посю-стороннем.

Этот принцип, кстати, идентичен весьма важному положению гипнологии, согласно которому нет неудачных гипнотизаций, а есть мало времени.

Для реализации психоэнергетической операции необходимо наличие одного значимого фактора - динамизации и концентрации воли. Например, кто-то испытывает агрессивное чувство по отношению к другому человеку. Сама по себе агрессия представляет мощный поток отрицательной энергии, способный пробить полевую оболочку и оказать на организм патогенное влияние. Но при одном условии: если этот поток направлен, жестко задан и управляем концентрированной волей. И если в момент агрессивного выброса это условие соблюдается (оно может выполняться на бессознательном уровне - негативная эмоция просто совпадает с тем биоритмом, когда воля человека находится в динамизированном состоянии), то возникает ситуация энергетического нападения - при этом возникает необоснованное ухудшение состояния, слабость, те или иные болезненные проявления или жизненные неурядицы.

Кроме неосознанных нападений, неумышленных отрицательных воздействий существует ряд намеренных энергетических атак, когда кто-либо активно желает вам зла и стремится его причинить вам или самостоятельно, или обращаясь за помощью к нечистым на руку экстрасенсам и колдунам.

С целью защиты и отражения удара Традицией выработаны не менее мощные приемы, отработанные тысячелетиями и апробированные самим временем, а потому жизнеспособные и актуальные и сегодня.

Эти приемы следует выполнять методически, в течение двух недель каждый вечер и каждое утро за полчаса до сна и через полчаса после пробуждения. При использовании этих средств необходимы некоторые навыки и определенная тренировка, которые, впрочем, формируются по мере их выполнения. Не следует забывать, что выполняемые вами приемы являются мощными операциями, и поэтому стремитесь динамизировать свою волю, учитесь ощущать ее физически. Данный подход повысит эффективность ваших действий и позволит вам достичь Состояния Имагинатора.

Несколько слов об этом уникальном состоянии. Состояние Имагинатора - это такое состояние, когда личность человека подчиняет себе все психические стихии: эмоции, импульсивность, ум, синтезирует их в содружественное целое и управляет этим единством. В Состояние Имагинатора входит оратор, когда выступает перед аудиторией, спортсмен перед началом соревнований, поэт в минуту вдохновения.

Состояние Имагинатора - это состояние полной уверенности в себе, ощущение своей силы, гармонии и власти над собой. Прямо противоположное ему - состояние разбросанности, когда личность не управляет, но управляема стихиями; тогда ее захлестывают такие отрицательные эмоции, как гнев, злоба, зависть, страх, агрессивность - разрушительные энергии, способные нанести удар изнутри.

А теперь перейдем непосредственно к конкретным приемам, сделав еще только одно примечание - выполняйте их хладнокровно, как бы созерцательно (хладнокровие и созерцательность - одно из самых главных свойств Состояния Имагинатора).

1. *Имагинативная защита.* "Я - Пустота". Если вы чувствуете на себе отрицательное воздействие, внутренне расслабьтесь, представьте себя бесплотной субстанцией, воздухом, пустотой и... подставьте себя удару. Мыслите себя как пустоту и пропустите удар через себя. Он пройдет сквозь вас и рассеется в пространстве. Будьте хладнокровны и не поддавайтесь сомнениям. Спокойно пропустите удар через себя, не бойтесь сделать это.

2. *Экзистенциальная защита.* Если вы ощутили удар, мысленно скажите себе: "Мы квиты", сохраняйте смиренное спокойствие и ничего не предпринимайте. Вскоре вы почувствуете, что неприятности исчезают (неприятность может быть возвратным ударом вам за ваши плохие поступки в прошлом - нечто вроде воздаяния).

3. *Поведенческая защита.* Выберите себе какой-нибудь день, не связывающий вас делами, чтобы вы могли "выпасть из социума". Обрубите все контакты, ни с кем не общайтесь, не произносите ни слова, перекройте все возможные доступы информации (не читайте, не смотрите телевизор, не слушайте радио). В этот день откажитесь от приема пищи, пейте только воду. Делайте как можно меньше физических движений и старайтесь реже дышать. При этом от вас начинают идти мощные возвратные удары.

Возвратный удар - это удар, выполненный оператором, но, будучи отраженным, возвращающийся обратно к оператору.

4. *Ритуальная защита.* Следующий прием является одним из самых мощных и самым сильным из указанных здесь. К нему следует прибегать в случае недостаточной эффективности трех предыдущих.

Сядьте на край стула, руки и ноги не скрещиваются, ступни всей поверхностью опираются на пол. Сделайте несколько интенсивных вдохов и выдохов, затем резко выдохните и держите паузу так долго, как только можете, пока "дыхание само не прорвется". Во время паузы сосредоточьтесь на копчике, ощутите его "расплавленность", пульсацию. В мыслях - полный отрыв, вакуум.

В тот момент, когда прорывается вдох, идут мгновенные возвратные удары к оператору.

Как правило, практикующий энергетические защиты выбирает один или два приема и успешно их применяет.

 Опыт работы с различными людьми подтвердил, что четвертое упражнение не только мгновенно отражает удары, но в какой-то степени даже усиливает их и выявляет оператора, который дает о себе знать вскоре после применения этого приема. Такой человек без видимых причин стремится заявить о себе: он или звонит вам, или, встречая вас, начинает расспрашивать вас о вашем самочувствии или ваших делах, к чему раньше он не был склонен. При этом его состояние значительно ухудшается.

Вам не следует, однако, информировать его о том, что вы применяете энергетическую защиту. Держитесь хладнокровно, естественно, спокойно и миролюбиво, как ни в чем ни бывало.

И никогда не бойтесь подобных испытаний, ибо каждое из них тренирует вашу волю, учит ее концентрироваться и приближает вас к *Состоянию Имагинатора.*

Только что мы рассмотрели способы защиты от энергетических ударов. Сформированные навыки и определенная энергетическая наработка позволят вам теперь перейти к более активным методам и, в свою очередь, самим влиять на окружающий мир и себя.

Для этого следует изучить методы формирования Состояния Имагинатора, по сути своей, мистического.

**Глава 3. СОЗНАНИЕ ИМАГИНАТОРА.**

**Мистическое сознание.** Формирование мистического мышления несложно, если учесть к тому же, что оно изначально присуще каждому из нас. По природе своей архетипичное, оно активно действует в недрах Бессознательного, временами спонтанно поднимаясь на поверхность сознания современного человека в виде отдельных своих проявлений, в большей или меньшей степени. Часто встречающиеся распространенные фразы типа "только бы успеть... только бы получилось... только бы все было хорошо... только бы..." и т.д. представляют собой ничто иное как видоизмененное, неосознанное заклинание. При некоторых неврозах или психотических состояниях наблюдается регрессия к так называемому магическому мышлению, которое демонстрирует себя в более явной форме, реализуясь в системе ритуальных актов. Это становится более очевидным, когда пациент заявляет, что выполнение того или иного символического ритуала облегчает его страдание, или даже временно прекращает его. И это значит, что, в общем-то, магия есть некая психопатология, примитивная форма психологической защиты – в отличие от более высокоорганизованного мистического сознания.

Для того чтобы овладеть мистическим мышлением, следует пройти определенный тренинг и войти в более тесный контакт со своим подсознанием. В этом плане наблюдается полная идентичность с основным принципом фрейдовского психоанализа, который звучит так: "То, что находилось в Бессознательном, должно стать принадлежностью Сознания". Сам Фрейд назвал это положение основным правилом психоанализа.

Однако психоаналитический метод внедрения в Бессознательное требует длительного времени и присутствия опытного аналитика. К тому же самому материалу можно подобраться и с другой стороны - путем практики Состояния ДЭВ, которая заключается в освоении суммы определенных алгоритмов.

**Алгоритм 1. Сила Мистического Сознания.**

Осознайте, что каждое преднамеренное действие по сути своей таинственно.

Выберите какой-нибудь день, который позволит вам изолироваться от будничной суеты, разговоров, дел, телефонных звонков. Отстранитесь от всевозможных контактов и различных источников информации. Это - ваше "священное" время, на которое никто не может посягнуть. И теперь вы можете погрузиться в *интроверсию* - мир собственный ощущений, мыслей, переживаний, самонаблюдений. В этом своем времени и своем мире будьте очень внимательны к каждому действию выполняемому вами, воспринимайте его как священнодействие и постоянно осознавайте себя. Открываете ли вы дверь, или же выполняете еще какой-нибудь элементарный акт, чувствуйте до мелочей то, как вы это делаете и воспринимайте любое простое движение как сакральное действо. А перед тем, как что-нибудь сделать, мысленно проговорите про себя: "Сейчас я это сделаю. Это - моя воля", после чего обязательно выполните то, что задумали, даже если в самый последний момент вы изменили решение.

*Ваша воля обязательно должна быть реализована.*

Это очень важное правило. Вам следует привыкнуть к мысли, что проявления вашей воли обязательно ведут к изменениям в окружающем мире.

Следующей особенностью этого "мистического дня" будет ваше символическое восприятие. Любое событие, пусть даже самое мелкое и незначительное, например, порыв ветра и хлопанье форточки об оконную раму, воспринимайте как некий "знак", исполненный таинственного смысла. Ни в коем случае не пытайтесь интерпретировать эти знаки, а просто фиксируйте их и думайте, что мир посылает вам некое сообщение, какое - неважно, это может быть просто приглашением к таинственной игре, или просто таким образом мир открывается вам для общения. Вы можете в таких случаях проговаривать про себя: "Это данное мне осознавание". Ту же тактику вы можете использовать не только при каких-то явлениях со стороны, но и при случайном взгляде на что-то. Немного задержите свой взгляд на том объекте, на котором он остановился и воспользуйтесь теми же формулами: "Это знак", или "Это данное мне осознание". Не называйте тот предмет, который вы созерцаете и не думайте о том, для чего он предназначен. Осознавайте, что он несет в себе некую скрытую информацию и для чего-то именно он среди тысяч остальных вещей попался вам на глаза. Однако не задерживайтесь на нем слишком долго, ибо незаметным для себя образом вы можете заснуть и утратить контроль внимания за собой. Впрочем, если вы уверены в том, что сможете не пропустить момент подобного перехода, то можете и не отказываться от него - только успейте воспроизвести формулу: "Сейчас я войду в транс (или засну). Такова моя воля", после чего "отпускайте" себя. По пробуждении (если вы заснули) полежите некоторое время с закрытыми глазами, затем отдайте мысленный приказ: "Глаза открываются" и немедленно откройте глаза. Остаток дня продолжайте тем же способом.

Первый раз подобное времяпрепровождение может показаться вам несколько обременительным и к наступлению вечера вы можете испытать такое чувство, будто целый день шли по дороге, постоянно ведущей в гору. Могут появиться изменения настроения в сторону чувства усталости или раздражительности, или же, напротив, навалится тупое опустошение. Кто-то реагирует появлением экзальтации и ощущением "ирреальности происходящего". В любом случае, как бы это не проявлялось, ваш организм подвергся трансформации. Осознайте и примите происшедшие в вас перемены, не бойтесь каких-то негативных проявлений и завершите день "ритуалом выхода". Для этого расположитесь так, как вам удобно. Поза и положение тела не имеют значения. Главное, чтобы вам было удобно, и ваше внимание не отвлекалось на дополнительную работу. Закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха. На последнем выдохе, который постарайтесь выполнить как можно глубже, сделайте паузу, которую постарайтесь тянуть насколько на это хватит ваших сил. При этом полностью отключитесь от каких бы то ни было мыслей, эмоций, ощущений, ассоциаций и пребывайте в полнейшей ментальной пустоте - до тех пор, пока вдох не прорвется сам. В этот момент быстро произнесите про себя "Выход" и резко откройте, "распахните" глаза. Вы вышли из магического дня и переместились в ситуацию "здесь и теперь". После этого продолжайте свой привычный распорядок как ни в чем не бывало.

Это упражнение выполняется раз в десять дней в течение месяца. Такого цикла вполне достаточно, чтобы по окончании его вы поняли, что магическое мышление стало доступным вам. При этом ваша личность подвергнется очень мощной трансформации - за счет активизации творчества Бессознательного. Если вы проведет такую работу и не остановитесь на полпути, то обязательно получите "дополнительную прибыль" в виде усиления ваших ментальных способностей, которое проявится в следующих изменениях:

1. Обострение интуиции, проницательности.

2. Обострение наблюдательности и памяти.

3. Возросшее чувство уверенности в себе и своей воле, которую вы будете ощущать почти материально.

4. Эффект расширения сознания.

Само по себе мистическое мышление даст вам возможность видеть в этом мире более тонкие связи и соотношения, улавливать такие нюансы, которые недоступным обычному восприятию. Естественно, что ваша информированность об окружающем вас мире значительно вырастет. Следующая ступень, к которой желательно перейти после первого опыта с мистическим сознанием - это формирование мистического состояния.

**Алгоритм 2. Состояние ДИВО (Динамической Воли).**

Состояние сверх-человека периодически наблюдается у каждого человека. Задача этой системы упражнений сделать его постоянным и присущим личности, таким, чтобы оно стало характерной чертой и почти привычкой, а не возникало в виде случайных эпизодов.

Его отличительная особенность - собранность и гармония всех душевных, ментальных и физических сил организма.

Говоря языком Традиции, это такое состояние, когда "Я" управляет стихиями и согласует их. Под стихией понимается любое явление, которое возникает независимо от нас и, так или иначе, влияет на нас. Ветер, солнце, вода, земля, эмоции, мысли (да, да, эмоции и мысли тоже) - стихии. Стихия сама по себе нейтральна, не исключая и эмоций, но действие ее двойственно - она может как разрушать, так и созидать. Нет сил хороших или плохих - все зависит от того, каким образом они используются. Так, солнце несет жизнь и смерть одновременнно. Глоток воды спасает гибнущего в пустыне, и та же вода топит или обрушивается ливнями, смывающими урожаи. Мысли могут воскресить, могут убить. И наше эго - всего лишь поплавок в океане этих таинственных сил. И очень часто этот поплавок оказывается захлестнутым стихиями - личность страдает от обилия стрессов, психических блоков, неразрешенных проблем. В старину такое состояние объяснялось влиянием дьявола, символика которого изображалась в виде перевернутой пентаграммы.

Эта фигура схематически напоминает голову козла, с которым ассоциировался образ князя тьмы. Однако за любой метафорой и сказочным сюжетом всегда кроется строжайший реализм. Модель любого состояния очень удобно укладывать в графические символы. Они емко и концентрированно передают суть идеи. Почему сатану рисовали именно в виде перевернутой звезды, с точки зрения психофизиологии будет ясно несколько позже. Для этого нам необходимо исследовать символику прямой пентаграммы, несущей позитивное начало.

Эту фигуру мы можем встретить в самых различных эзотерических школах, принадлежащих различным этносам - от китайской натурфилософии до каббалистических откровений. И везде она в принципе означает одно и то же - единство и гармоничное взаимодействие основных космических стихий. Кроме того, звезда представляет собой схематический контур человека, изображение которого известно из знаменитого рисунка Леонардо. Вершина звезды соответствует голове, горизонтальные лучи - раскинутым рукам, диагональные – ногам. Спиритуальный же смысл ее таков.

Вершина символизирует "Я" индивида, остальные пронумерованные точки означают четыре стихии, или четыре космических первоэлемента (их нельзя идентифицировать с элементами химическими), взаимодействие и комбинация которых дает, по учению мистицизма, основу всему существующему миру. Это: Земля, Вода, Воздух, Огонь. Данные элементы имеют свои качества, которые определяют свойства каждого из них:

Воздух - влажный и теплый,

Вода - влажная и холодная,

Огонь - сухой и теплый,

Земля - сухая и холодная.

В свою очередь эти элементы составляют и суть организма как микрокосмоса и определяют его жизнедеятельность. Исходя из этого принципа, мы сразу обнаружим самую непосредственную взаимосвязь того, что еще древние определили лозунгом: "Человек - Вселенная", подчеркивая их изначальную гармонию и единство.

Стало быть, каждый из этих элементов имеет и свое психофизическое представительство. Та или иная психическая функция соответствует определенному элементу:

Сметь - Воздух,

Знать - Вода,

Желать - Огонь,

Молчать - Земля.

Указанные качества зашифрованы в символических знаках животных, упоминание которых мы можем встретить в Апокалипсисе Апостола Иоанна: Орел, Человек, Телец, Лев. Каждое из этих существ выражает волю той или иной стихии и соответствующей психической функции - Орел смел, Человек знающ, Телец молчалив, Лев пылок.

1. Кто *смеет,* тот заглушает в себе сознание опасности и устремлен к активности.

2. Кто полностью доволен собой и своим знанием, не проявляет ни активности, ни желания к приобретению новых знаний.

3. Кто *молчит,* тот себя не проявляет, но все впитывает и принимает к сведению.

4. Кто *желает,* тот и активен, и восприимчив.

Теперь, исходя из сказанного, мы условно разделим первоэлементы на внутренние и внешние - с точки зрения мистического мышления это может выглядеть не слишком обоснованно, ибо "то, что вовне, то и во мне", но сохраняющаяся инерция рационального сознания вполне допускает подобную условность, тем более, что для человека, восприятие которого работает вне традиций эзотерических концепций, подобный путь представляется практически более удобным.

Внешние первоэлементы - это силы природы, изначальные энергии которых проявляются в окружающей нас среде.

Внутренние первоэлементы - это свойства и качества организма, имеющие представительства в виде функций или систем. В данном случае можно говорить о внутреннем воздухе, внутренней воде, внутреннем огне, внутренней земле. Кстати, подобные элементы встречаются не в первый раз - их использует и беллетристика для обозначения тех или иных психофизических состояний. Внутренний воздух может быть адекватен ментальности, интеллекту. Внутренняя вода - интуитивности. Внутренний огонь - эмоциям. Внутренняя земля - воле и интроверсии.

Состояние Целостности достигается, когда "Я" управляет всеми этими элементами, так что они начинают действовать слаженно и в сторону укрепления силы личности. Если мы вновь обратимся к пентаграмме, то увидим, какие психические процессы могут быть выражены в звезде.

Четыре угла расположены ниже одной верхней точки, где и сосредоточено Эго, управляющее стихиями. Поэтому мистическое состояние выражается еще формулой 1+4.

Отсюда становится понятным психофизический смысл перевернутой пентаграммы, которая олицетворяет собой власть стихий над человеком, превращающих его в марионетку. Такая позиция соответственно может быть описана формулой 4+1. Теперь посмотрим, что может произойти, когда тот или иной элемент становится доминирующим в структуре личности и к чему это может привести.

Воздух, подчиняющий себе личность, отрывает ее от земли. Такие люди полностью уходят в сферы своих интеллектуальных построений, теряя адекватную ориентацию в реальности. Подобная тенденция постепенно ослабляет эмоциональные контакты, и человек подвергается все более глубокой шизоидизации. Таких людей раньше называли "странными", "чудиками", "не от мира сего". Если их и не боялись, то во всяком случае сторонились их и не доверяли им, полагая, что "здесь дело не совсем чисто".

Преобладание Воды легко может смешать интуицию с фантазией и инфантильной чувствительностью. В этих чертах можно легко себе представить возникновение истерического психоза. Таких уже напрямую и в открытую обвиняли в сношении с дьяволом, и не без осонований - они потрясали воображение не только средневекового обывателя, но и наиученейших мужей того времени, которое в качестве примитивной саморегуляции общественного порядка прибегало к инквизиторским методам. Неуемные фантазии вперемежку со страстным галлюцинированием приводило истериков на костер, в "очищающем" пламени которого они еще умудрялись петь, хохотать и выкрикивать свои последние заклятия, что и неудивительно - подобные состояния часто сопровождаются потерей болевой чувствительности.

Доминирующий Огонь сжигает личность, покоряя ее страстям и импульсам. Переполненные неуправляемыми влечениями, такие мити карамазовы и рогожины в готические времена также легко попадали в фокус неусыпного ока великих инквизиторов. Чрезвычайная эмоциональность, раскаленная до предела надрывная аффективность, рано или поздно заставляет человека совершать опасные для него самого или для окружающих поступки. Его поведение становится деструктивным. Чаще всего - это или половые психопаты, сексуальные маньяки, переполненные самыми различными перверзиями или истероиды с безудержными тенденциями к демонстративности. Повезет тому, кто при этом обладает гением Маркиза де Сада, но, как показывапет история, подавляющему большинству все же не везло, и его представители бездарно заканчивали свой путь или в петле или на горящих поленьях.

Когда Земля является властителем души, последняя замыкается в своем внутреннем молчании и становится неподвижной. Аутизм не является чертой, которая бы привлекала окружающих. На людей отгороженных, обособленных смотрят с некоторым подозрением. Их таинственность неизменно порождает догадки, а те в свою очередь - сплетни. Совершенно очевидно, что в далекие времена такой человек запросто мог спровоцировать вопрос: "А чем это он занимается там у себя?" и вызвать недвусмысленный ответ: "Не иначе как вступает в сношения с дьяволом". Людская молва всегда жестока и безапелляционна - тем и страшна. И вот уже подозреваемого по чьему-то доносу волокут на дыбу, где бедняга и сознается во всех своих мыслимых и немыслимых грехах.

Как бы то ни было, но указанные здесь примеры, несмотря на их кажущуюся метафоричность, раньше служили вполне достоверным диагностическим критерием, на котором основывалась примитивная психиатрия, хотя она и не называлась таковой.

Однако, отцы церкви, сами того не ведая, в большинстве своем были прекрасными психиатрами. Не располагая современной терминологией, они располагали интуицией и опытом, что позволяло им проводить первоклассную психотерапию на самом высоком уровне - практика экзорцизма тому пример.

С точки зрения современной психиатрии каждый человек располагает определенным набором характерологических черт, которые могут быть описаны и уложены в условные классификационные рамки. В том случае, когда какая-то черта начинает превалировать и становится слишком выраженной особенностью поведения, говорят об акцентуации личности. Если же данная особенность приобретает черты крайне резкие, гипертрофированные, то речь идет уже о таком явлении, которое в настоящее время принято называть термином психопатия.

У любого субъекта возникают минуты мнительности, склоности к уединению, повышения или понижения активности, снижения настроения или его колебания; иногда эти минуты могут растягиваться в часы или даже дни, но не более того - ее величество Норма включает механизмы компенсации, которые быстро приводят к уравновешиванию и восстановелению равновесия сдвинутого душевного гомеостазиса. Если же компенсирующие механизмы недостаточно сильны или деформированы, то этот акцент становится практически постоянным, и уже по жизни шагает армия мучеников - психастеников, шизоидов, аутистов, циклоидов, истероидов, эпилептоидов.

Не тот же методологический принцип мы наблюдаем и в мистическом подходе - если все элементы более или менее согласованы, то таковой является и личность - гармоничной, стабильной, то есть нормальной? Если же один из элементов является преобладающим, то это приводит ко всякого рода проблемам, причину которых раньше усматривали в дьявольском влиянии (аномалия), а сейчас усматривают в нарушении деятельности психодинамических структур (аномалия). И там и там - аномалия. Точки зрения спиритуально-теологическая и психиатрическая принципиально совпадают.

Существует еще один нюанс в отношении взаимодействия тех же элементов друг с другом и с Эго. До сих пор речь шла о возможном доминировании одного из них. Но как быть с тем, когда они все в равной степени сильны, наделены властью и одновременно выходят из-под контроля "Я"? В таких случаях уже говорили об одержимости. Сейчас вместо одержимости используется другой термин, который точно отражает сущность того процесса, который происходит внутри такой личности. Он произошел от слияния двух греческих слов: *Схизо* - расщепляю, расслаиваю и *Френ -* душа. И хотя термин Шизофрения ввел в ХХ веке швейцарец Блейлер, можно предположить, что слово это ненароком использовал и кто-нибудь из древних греков.

Во всяком случае и в магии, и в психиатрии суть в подходе к подобному состоянию одинакова - она интерпретируется как расщепление, рассогласование, дискоординация душевных процессов. Интересно также отметить, что как истинные одержимые плохо поддавались лечению, так и современные шизофреники в основе своей являются хроническими больными.

Проведенная параллель между психиатрией и мистической Традицией обнаруживает их несомненное сходство, и это дает нам основание считать, что методы, применяемые некогда мастерами мистической практики, обладали набором достаточных качеств, которые могут вполне отвечать требованиям психогигиены, психопрофилактики и психотерапии. В этом же ключе можно говорить и о следующем алгоритме.

**Алгоритм 3. Состояние Имагинатора.**

Выберите один их "мистических дней" (но не первый) и выполните ряд следующий упражнений.

1). Пентаграмма.

Вспомните рисунок Леонардо и примите такую же позу: чуть шире плеча расставьте ноги, руки отведите в стороны. Голова держится прямо. Глаза открыты. Постарайтесь мигать как можно реже. Взгляд прямой и неподвижный.

Если вы выполняете упражнение утром, то повернитесь лицом к востоку, если днем, то - к югу, вечером - к западу, ночью - к северу.

После того, как вы выполните основную стойку, сделайте три глубоких вдоха-выдоха и закройте глаза. Почувствуйте свое тело все целиком. Затем перенесите свое сознание в центр лба. Сконцентрируйтесь в этой точке и идентифицируйте ее со своим "Я". Подумайте о том, что точка "Я" наполняется волей, силой, становится концентрированной. Если вы ощутите легкую пульсацию или тяжесть в этом месте - хорошо, хотя специально стремиться к каким-либо сенсорным эффектам и не следует.

Спустя некоторое время, после того, как вы почувствовали или осознали, что ваша концентрация удалась, перенесите свое сознание в ладонь правой руки и сосредоточьтесь, просто сосредоточьтесь на таких понятиях как *сметь* и *интеллект*. Думайте об этих своих качествах - качествах Воздуха. Думайте о силе своего интеллекта и его способности действовать, несмотря ни на что.

Как только вы почувствуете, что готовы перейти к следующему звену, плавно и легко переходите к нему - перенесите сознание в правую ступню. Мысленно культивируйте в себе качества Воды - *знание* и *интуицию*. Думайте об этих качествах, но не забывайте концентрироваться на правой ступне.

Затем сконцентрируйтесь на левой ступне: Земля - *молчание* - *воля*.

Следующий шаг - левая ладонь: Огонь - *желание - эмоции*.

После всего этого сделайте глубокий вдох и на выдохе вновь переместитесь в точку "Я". Теперь отсюда, с высоты этой точки мысленно представьте себе одновременно четыре точки, на которых вы поочередно концентрировались. Думайте только о том, что они под вами, внизу. Ни одной из них не отдавайте предпочтения - все стихии уравновешены и подчинены единой воле, воле вашего "Я".

После того, как вы убедитесь, что это вам удалось, выполните *ритуал пентаграммы.*

Оставаясь в той же позиции, вновь перенесите сознание к левой ступне. Мысленно проведите линию из этой точки к вершине головы, оттуда опустите линию к правой ступне, затем диагонально поднимите к левой ладони, из левой ладони направьте луч в правую ладонь и наконец возвратитесь к левой ступне.

Вы мысленно нарисовали пятиконечную звезду. Визуализируйте каждую линию и всю пентаграмму в целом в горящем синем огне. Если визуализация вам не удается, тогда просто думайте о том, что вы соответствующим образом начертили пентаграмму ярко синего цвета.

По окончании упражнения сделайте глубокий вдох и на выдохе откройте глаза.

Благодаря проделанным манипуляциям вы актуализировали в себе *Новое* *Состояние.*

Изъясняясь оккультно, вы привлекли к своей работе астральные силы, которыми до известной степени и в определенном объеме можете теперь управлять.

Говоря языком психофизиологии, вы посредством ассоциированного образа дали позитивную программу своему подсознанию.

Но вспомним предыдущую главу - для мозга это одно и то же.

После того, как вы выполнили это упражнение в один из "мистических дней", сделайте перерыв с неделю и просто понаблюдайте за собой в этот период. Какие у вас будут появляться мысли, ассоциации, чувства, ощущения, сновидения? Не пытайтесь их оценивать тем или иным образом - просто наблюдайте и фиксируйте. По прошествии этой паузы можете приступить к ежедневному выполнению процедуры, тем более, что она не занимает много времени. По мере же ее выполнения ваша тренированность с каждым разом будет возрастать, и, в конце концов, вы сможете это упражнение проделывать в считанные секунды, что отнюдь немаловажно для современного человека - ведь скорость далеко не последний фактор в его жизни.

Следующей ступенью в достижении и укреплении Мистического Состояния является практика кристаллизации своего "Я". Об этом приеме рассказано у Гурджиева. Он утверждал, что это упражнение, само по себе очень древнее, сохранилось без изменений и выполнялось в монастыре на Афоне. "Монах стоит на коленях или в какой-то другой позе и, подняв согнутые в локтях руки, произносит громко и протяжно слово "Я" и выпрямляется, одновременно он прислушивается к тому, где звучит это слово. Цель упражнения заключается в том, чтобы чувствовать "я" в любой момент, когда человек думает о себе, и переносить "я" из одного центра в другой" (П.Успенский).

К сказанному я хотел бы добавить еще кое-какие комментарии и детализировать упражнение.

Само по себе слово обладает громадной энергией, чему свидетельствуют все те же молитвы, инвокации (заклинания) и внушения. Действие слова, изначально магическое, способно творить истинные чудеса. Однако на каждом шагу мы убеждаемся в обратном - часто можно услышать жалобы, что не помогло ни то, ни другое, ни третье. "Сколько я себе не внушал, ничего не выходит"! В чем же здесь дело? Все дело в том, что когда слово произносится механически, оно мертво. Большинство из людей произносит "я", но при этом совершенно себе не представляет его смысла, внутренней сути. Эти люди просто не знают, о чем идет речь. Поэтому в таких устах "я" - всего лишь звук. Тогда не приходиться удивляться, почему формула "я здоров" или "я счастлив" оказывается недееспособной - просто человек, который ее бездумно произносит, не имеет представления ни о том, что такое "Я", ни о том, что такое "Здоров", ни о том, что такое "Счастлив". То же самое можно сказать и в отношении любой молитвы и заклинания. Действенность последних возможна в том случае, если они будут "умными" - то есть такими, каждое слово которых произносилось бы с полным осознанием и вниманием. И, конечно же, все начинается с "Я". "Я" - это ось личности, ее первооснова. С "Я" начинается и алфавит. Это первая буква в алфавите - вспомним "Аз", "Буки", "Веди"... И вспомним священное "Аз есьмь". Именно поэтому столь важным оказывается то древнее упражнение, которое я называю *кристаллизацией Я.* Предлагаю его в своей модификации, хотя суть и структура его остаются неизменными.

**Алгоритм 4. Кристаллизация Я.**

Обратите внимание, что когда вы произносите слово "Я" вслух, оно резонансно отдается в той или иной части тела - у кого-то в голове, у кого-то в груди или в животе. Здесь нет метафор (в данном случае понятие метафоры ассоциируется с понятием суггестии). Это явление физиологично - звук не может не резонировать.

Внимательно проследите за тем, в каком органе зазвучит ваше "Я". Затем раскиньте руки в стороны, слегка приподняв их вверх и громко, но при этом резко выкрикните снова "Я". При этом постарайтесь представить, в какой точке пространства отозвалось ваше "Я". Это будет сделать уже несколько труднее, чем в первом случае, но при достаточном напряжении внимания вполне возможно.

Третий этап упражнения заключается в синтезе экстрапроекции (вне тела) и интрапроекции (в теле) вашего "Я". Также расставив руки и настроившись на сенсорную восприимчивость своего тела, громко, но уже протяжно и раскатисто произнеите "Я". При этом оно у вас растянется в в плавное "а - а - а...". В это время хорошо себе представляйте, как точка "Я" из пространства входит в ваше тело и сливается с внутренней точкой "Я". Это - синтез. Постарайтесь эмоционально как можно интенсивнее пережить новое состояние.

После того, как вы научитесь "вещественно", "материально" ощущать свое "Я", вы овладеете им.

После этого приступайте к освоению тем же способом любых других слов, которые вы собираетесь использовать для составления своих индивидуальных молитв, инвокаций или самовнушений.

Заклинания в разных школах Традиции звучат по-разному, хотя производят один и тот же эффект. Это говорит о том, что не существует единого универсального текста заклинания. Важна не формулировка, но то состояние, в котором она произносится. Отсюда следует, что более ценной для вас может оказаться ваша собственная молитва, если она составлена по указанному выше принципу. Если у вас религиозная ориентация, и вы не мыслите языка вне слова Бог, подвергните последнее тому же психосенсорному синтезу, что и по отношению к "Я". Где *это* звучит внутри вас, в каком месте *это* отзывается вне вашего тела? Что происходит, когда *это* и *это* сливаются?

Если вы проработали все три алгоритма, то можете сказать про себя, что в достаточной степени освоили основы мистической науки.

Теперь вы можете:

1. Владеть мистическим мышлением.

2. В любое время активизировать состояние ДЭВ .

3. Находить местопребывание своего "Я" и свободно управлять им.

4. Составлять индивидуальные инвокации, молитвы или формулы самовнушения, используя их потенциал с максимальной эффективностью.

Наработанные навыки обеспечат вам успех в прикладной магии, необходимые процедуры которой мы и рассмотрим ниже.

**Глава 4. ТАИНСТВЕННАЯ ПСИХОТЕХНИКА.**

Она исходит из тайн мистических Традиций.

Именно здесь получили свое начало процедуры, которые затем стали известными упражнениями, применяемыми в нейролингвистическом программировании (нлп), гештальттерапии и других психотехниках. Это еще раз подчеркивает их непреходящую терапевтическую ценность.

**Праксис (Упражнение, действие). «Энергетические круги». (Метод ресурсного круга в терминологии нлп).**

Мысленно на полу нарисуйте три круга. Один - в котором вы стоите - нейтральный. Другой - слева от себя - негативный. Третий - справа от себя - позитивный.

Сконцентрируйтесь на проблеме, от которой бы хотели избавиться. Как только концентрация достигнет нужной степени, сделайте глубокий вдох, закройте глаза и на выдохе шагните в негативный круг, где вы попадаете в негативную ситуацию и переживаете крайне негативные эмоции, связанные с этой ситуацией. Переживайте и саму ситуацию, и сами эмоции. Как только переживания достигнут максимальной интенсивности, сделайте глубокие вдох - выдох, откройте глаза и выйдите из круга, сделав стряхивающее движение. В нейтральном круге вы чувствуете себя спокойно. Постойте так некоторое время, отдохните. Вспомните ситуацию из своей жизни, когда вы чувствовали в себе силу, уверенность, внутреннюю собранность, активность и в то же время спокойствие (Мистическое Состояние ). Как только вы почувствуете, что такая ситуация открывается вам, шагните в позитивный круг, выполняя те же технические детали, что и на предыдущем этапе. Вы оказались внутри этой положительной ситуации. Переживите ее и переживите связанные с ней эмоции. Как только переживание достигнет максимальной интенсивности, выйдите из круга, но при этом не стряхивайте с себя эмоции, как в первом случае, а возьмите их с собой. Чтобы их удержать и закрепить, поставьте их на "якорь". Для этого коснитесь правой рукой запястья левой руки. При этом сработает рефлекторный механизм, который позволит вам воспроизвести данное эмоциональное состояние как только вы выполните этот жест.

Немного отдохните в нейтральном круге. Затем снова шагните в негативный круг и вновь окажитесь в отрицательной ситуации. Но при этом используйте тот эмоциональный потенциал, который вы извлекли из круга позитивного. Оживите "якорь", т.е. снова коснитесь правой рукой запястья левой, и вы сможете, находясь в отрицательной ситуации, актуализировать положительный опыт.

Выйдите из круга в нейтральный и закончите упражнение.

Эта процедура весьма эффективна в разрешении ситуационных, психологических и психосоматических проблем.

*Комментарии.*

Постольку поскольку это упражнение пришло из Традиции, рассмотрим вначале мистическую точку зрения.

Любая проблема, будь то болезненное состояние или неудачи, складывающиеся в жизни, есть следствие неблагоприятных астральных влияний, причины которых могут быть самыми разнообразными - это или "сглаз", "порча", т.е. энергетическое воздействие, идущее от недоброжелателя, или кармическая деятельность, которая учитывает грехи личности в прошлых воплощениях и воздает за них в настоящей жизни.

Как бы то ни было, в астральном плане появляются те или иные аберрации, которые со временем реализуются в плане физическом. Существует одно оккультное положение, согласно которому то или иное событие сначала происходит в астрале, а затем уже повторяется в мире физическом. Это одно из гениальных откровений оккультизма объясняет очень многое. К примеру, человек заболевает гриппом 10 октября. Следуя вышеуказанному положению, на самом деле 10 октября появились только симптомы, а заболел этот человек несколькими днями раньше, например, 5 октября. Разница лишь в том, что заболеванию подверглось его не физическое, а астральное тело (события вначале произошло в астральном плане), а спустя некоторое время "больной" астрал вызвал соответствующие изменения на физическом уровне.

Когда мы вычерчиваем ресурсные круги, мы оживляем астральные клише - в одном случае с патогенной информацией (негативный круг), в другом - с благоприятной (позитивный круг). После чего астральное клише с записью отрицательной программы мы стираем и тем самым освобождаемся от проблемы на физическом уровне.

Психофизиологическое объяснение заключается в том, что человеческому организму присуще такое фундаментальное свойство как ресурсность, которое выражается в способности к накоплению опыта. С другой стороны любой индивидуальный опыт может быть как положительным, так и отрицательным. То или иное событие в нашей жизни вызывает определенную нашу реакцию, осознанную или неосознанную. Ни сама ситуация, ни реакция на нее не проходят бесследно, а как бы записываются в виде информационных кодов и хранятся в Бессознательном. Этот процесс начинается в детстве, и все последующие события так или иначе воспроизводят эти первоначальные паттерны реагирования. Сама по себе ситуация не может быть ни стрессовой, ни благоприятной, таковой она становится от нашего отношения к ней, которое далеко не всегда диктуется рациональными соображениями. Оценивая ситуацию, мы невольно пытаемся вспомнить из нашей жизни подобную ей и воспроизвести наши действия, чтобы более уверенно сориентироваться в настоящем. В этот самый момент наш мозг невольно утилизирует тот или иной опыт. И если актуализированный опыт оказывается положительным, то ситуация, оцениваемая нами в настоящем как проблемная, успешно может быть решена. Если же организм пребывает в состоянии, где доминирует отрицательный опыт, ситуация как правило становится стрессогенной и представляющей реальную угрозу здоровью.

Упражнение через символические проекции позволяет войти во взаимодействие с этими опытами и усилить влияние положительных ресурсов.

О "якоре" уже шла речь во время описания самой процедуры. Как уже говорилось, его действие основано на рефлекторно-ассоциативных механизмах. Это фрагмент переживания, который способен воспроизвести все переживание в целом.

**В наше время принято противопоставлять две точки зрения - мистическую и психологическую, представляя их чем-то вроде тезиса и антитезиса. Но если существуют тезис и антитезис, то возможен и синтез. С позиций синтеза эти два мировоззрения всего лишь разными описательными средствами говорят об одном и том же. Посмотрим, так ли это. Еще раз вернемся к мистическому положению относительно природы событий, происходящих в жизни человека.**

**"То или иное событие вначале совершается на астральном плане, а затем реализуется на физическом плане".**

**Сравним его с психоаналитическим подходом:**

**"То, что случается в жизни человека, уже случилось в его Бессознательном".**

**Уравновесим грамматически эти два высказывания и получим следующее:**

**1. "То, что случается в жизни человека, уже случилось в его Бессознательном".**

**2. "То, что случается в жизни человека, уже случилось в его астральном плане".**

**Противоречия снимаются сами собой. И действительно, "астрал" - бессознателен, ведь это мир эмоций, желаний, воображения, импульсивный план. Он насыщен образами и картинами, которые управляют нашим поведением. С точки зрения мистической во сне мы попадаем в астральный мир. По заверению психоаналитиков во сне мы попадаем в мир Бессознательного. Уж не об одном ли и том же мире идет речь?**

Эти комментарии в принципе подходят и к остальным упражнениям, которые будут рассмотрены ниже.

**Праксис. Удаление отрицательного фантома и создание положительного (традиционная терминология). Метод субмодального взмаха (терминология нлп).**

Удобно расположившись, закройте глаза. Представьте себе экран и на нем спроецируйте черно-белое изображение - или в виде большой фотографии, или в виде картины - это ваш автопортрет, собирательный образ всех ваших отрицательных качеств, болезненных состояний и т.д. Он является символом всего того, от чего бы вы хотели избавиться.

Некоторое время созерцайте его. Быть может, вы нарисуете дополнительные детали, которые могли бы завершить этот образ.

Затем в правом нижнем углу изображения спроецируйте совсем крохотную цветную картинку - тоже ваш портрет, но вобравший в себя все мыслимые вами положительные качества, например, здоровье, силу, волю. В можете убедиться, что создать второй образ значительно труднее, будто какое-то внутреннее сопротивление мешает это сделать. Не обращайте внимания на трудности и продолжайте работать. Если визуализация вам плохо удается, то просто думайте о том, что вы создаете картинку и "знайте", что она есть. Возможно, вы ее недостаточно четко видите из-за того, что у вас сильнее развит не зрительный, а другой вид воображения.

Как только почувствуете, что цветной образ создан, начните его мысленно увеличивать. С каждым вдохом он растет в размерах, покрывая собой черно-белое изображение. Как только размеры вашего положительного портрета почти достигнут краев отрицательного, сделайте сильный глубокий вдох и представьте себе, как выросшая картинка резко разрывает оставшиеся серые кромки и полностью занимает все пространство вашего мысленного экрана. В этот момент откройте глаза. Продолжайте с открытыми глазами ощущать этот новый портрет - на расстоянии примерно в метр от себя. Теперь представьте (или подумайте), что он начинает плавно двигаться навстречу вам. Расстояние все ближе и ближе... Вот он почти касается вас. И тогда вновь глубоко вздохните и поглотите этот портрет, втяните его внутрь. Осознайте, что он вошел в вас и теперь находится внутри вашего существа. Свободно выдохните и откройте глаза.

Это упражнение имеет и другой вариант, который, впрочем, незначительно отличается от данного. Разница заключается в том, что вы не втягиваете в себя портрет, а сами входите в него. Делаете шаг навстречу и сливаетесь с ним. В обеих вариантах суть одинакова - слияние с новым созданным образом.

*Комментарии.*

Мистическая точка зрения объясняет существование тех или иных проблем тем, что (как мы помним) они уже были созданы прежде всего на астральном уровне. Иными словами, ваш астральный двойник несет в себе отрицательную информацию, которая на физическом плане реализуется в виде патогенных программ. Черно-белое изображение представляет собой проекцию этого отрицательного астрального двойника. Цветной портрет - рождение, развитие и победа положительного астрального двойника, несущего позитивную информацию. В некоторых школах Традиции употребляется понятие *фантом,* синонимичное астральному двойнику.

Следуя психологическому объяснению, каждый человек бессознательно формирует образ самого себя. Эта внутренняя картина личности управляет поведением и реактивностью организма. Если бессознательный образ позитивен, то таковыми же оказываются и модели взаимодействия индивида с окружающим миром. Негативное представление о самом себе, проецируясь вовне, способствует формированию адекватных состояний, для которых характерно наличие тех или иных проблем.

Например, человек мнительный и робкий, бессознательно "видит" себя таковым. Внутри своей психики он несет сформированный образ психастеника. Пока не будет удален этот образ, проблемы останутся на том же уровне. Стратегия упражнения направлена на то, чтобы, войдя в контакт с подсознанием посредством символических проекций, изменить интрапсихическую картину своего эго-состояния.

Не стоит удивляться, когда это упражнение оказывает целебный эффект в отношении психосоматических симптомов, как это, например, бывает в случаях астмы. Любой субъект, страдающий тем или иным заболеванием, также бессознательно создает внутреннюю картину болезни, так называемую аутопластическую картину заболевания, которую прочно ассоциирует со своим образом. Стирание такого образа означает стирание информации, согласно которой подсознание считает, что данному индивиду болеть или выгодно или необходимо.

**Праксис. "Огненный круг".** Можно проводить индивидуально и в группах, причем число участников не ограничено.

Индивидуальный вариант. Встаньте прямо, ощутите свой прямой позвоночник, мысленным взором скользните по нему от копчика до темени и обратно, несколько раз. Затем соедините руки, наложив левую на правую, образовав кольцо.

Затем представьте, как в левой руке зарождается энергетический вихрь и в виде яркого золотистого потока проносится по кольцу, все быстрее и быстрее. В это время вообразите свое тело как полый резервуар, где пылает мощное пламя, в котором сгорают все ваши недуги, неприятности, накопившаяся усталость. Вы можете даже "услышать" гул этого очистительного огня, сжигающего всю вашу грязь. И эта грязь некоторое время спустя вырывается через темя в виде столба черного дыма, который скапливается над вами в черное облако. Вы его мысленно отсылаете в стихию мусора, подальше от себя, на какую-нибудь свалку. После этого цикл повторяется: огненное кольцо, очистительное пламя внутри тела, но на этот раз вверх вырывается уже серый дымовой сноп, скапливающийся в серое облако, которое вы отсылаете вслед за черным.

Цикл снова повторяется. В конце его из темени выходит струйка белого, "чистого" дыма, и белое облако уплывает в открытое пространство, где и рассеивается.

После того как вы выполнили это упражнение, отдохните, расслабьтесь, ощутите свою обновленность и "очищенность".

Групповой вариант технически ничем не отличается от индивидуального, разница лишь в том, что в данном случае участники берутся за руки и образовавшуюся цепочку замыкают в кольцо. Затем, после условленного сигнала, один из участников "запускает" с левой руки золотистый импульс, который, переходя на его правую половину тела и правую руку, передается на левую руку следующего партнера. Таким образом энергетический поток пробегает по всему кольцу, составленному из участников, с каждым новым оборотом проносясь все быстрее и быстрее. В теле каждого горит целительный огонь. Затем, по сигналу, все одновременно выпускают вверх черный сноп дыма. После чего упражнение, повторяя циклы, доводится до конца и, когда окончательно исчезает белое облако, цепь размыкается.

Смысл группового варианта заключается, кроме энергетического очищения, еще в том, что появляется ощущение сопричастности и единения друг с другом, сознание расширяется, открывается понимание других людей на интуитивном уровне.

**Праксис. Микрокосмическая орбита.** Упражнение стабилизирует и уравновешивает энергию во всем организме.

Сядьте расслабленно, руки и ноги не скрещиваются, спина прямая. Язык соприкасается с верхними зубами. Сконцентрируйтесь на точке, расположенной в середине промежности. Затем сделайте медленный глубокий вдох, во время которого представляйте, как из этой точки выходит красный шнур и поднимается вверх по позвоночнику, переползает через голову и останавливается в области переносицы. В этом месте делается пауза и держится несколько секунд, после чего следует выдох, а шнур спускается с переносицы по средней линии и доходит до исходной точки, завершая круг. Затем цикл повторяется. Одновременно при вдохе мышцы анального отверстия сжимаются, анус как бы втягивается внутрь, а при выдохе мышцы ануса расслабляются.

Начальная длительность упражнения - пять минут. Затем время увеличивается до пятнадцати минут (через неделю ежедневного выполнения), потом до получаса (в течение месяца). После такого тренировочного курса вам будет достаточно нескольких секунд, чтобы стабилизировать свою энергию - буквально несколько вдохов и выдохов поднимут вашу толерантность (устойчивость) к воздействию психических вирусов и иных стрессогенных факторов.

И будучи свободным, вы можете свободно войти в Кабинет Раздумий.

**ЧАСТЬ 6. КАБИНЕТ РАЗДУМИЙ.**

**Глава 1.**

**Закон исполнения желаний.**

Человек есть самовыражающееся Бытие. И с другой стороны наше существо взаимодействует один на один с Бытием. В том случае, если это взаимодействие гармонично и сбалансировано, то поддерживается целительное состояние целостности, которое принято определять как здоровье. Нарушение баланса приводит к разрушению целостности и порождает болезнь. Причиной такого нарушения является ЭГО.

Теперь остается выяснить, что же такое Эго и чем оно отличается от "Я".

Обратимся к остроумному замечанию Ф. Перлза, который приводит тонкое различие между этими понятиями: выражение "я хочу признания" вполне можно заменить таким как "мое Эго нуждается в признании". Но замена "я хочу хлеба" на " мое Эго хочет хлеба" звучит довольно абсурдно.

Таким образом, становится очевидным, что "Эго" и "Я" - структуры отнюдь не идентичные.

"Я" - спонтанно, то есть свободно, аутентично, то есть равно себе и естественно, как естественен тот миг, когда ребенок произносит это слово, узнавая свое место в окружающем мире.

"Я" - и есть мир, концентрирующийся в точке своего самоопределения.

"Эго" - искуственно, пристрастно, претенциозно, амбициозно, чванливо и глупо.

"Я" - это момент истины.

"Эго" - точка абсурда.

ЭГО - ИСТОЧНИК ЧУЖИХ ЖЕЛАНИЙ.

ЭГО - ИСТОЧНИК СВОИХ ПРОБЛЕМ.

ЭГО - ИСТОЧНИК СВОИХ ПРОБЛЕМ ИМЕННО ПОТОМУ, ЧТО ОНО ИСТОЧНИК ЧУЖИХ ЖЕЛАНИЙ.

Почему так? Что за парадокс такой?

Все дело в том, что многие наши желания, которые кажутся нам нашими собственными, отнюдь и далеко не наши собственные. Они незаметно проникли внутрь нас в форме чьих-то установок и заняли соответствующие руководящие посты. И получается, что не мы ими, а они нами обладают.

Растет, к примеру, дитя. Растет и развивается, тихо, интимно и сокровенно общаясь со Вселенной. К нему подкрадывается сердобольная бабушка, гладит по головке и умильно лопочет:

- Внучек, если ты будешь плохо есть, то никогда не будешь большим и сильным. Ничего не оставляй на тарелке. В последнем кусочке - вся сила.

Ребенок, давясь проглатывает содержимое, которое кроме отвращения, иных эмоций не вызывает. Потому что хочет поскорее быть большим и сильным.

Строгий отец гулко вторит:

- Пока все не съешь, гулять не пойдешь.

Ребенок, как удав поглощает остатки остывшей пищи. Потому что побыстрее желает выскочить из-за стола и вырваться на улицу.

Обволакивающая нежностью, добрая мама экзальтированно щебечет:

- Кушай, маленький, кушай, а когда все скушаешь, получишь кое-что вкусненькое.

Ребенок обреченно кивает с набитым ртом и судорожно пытается протолкнуть непрожеванные массы в бунтующий пищевод. Потому что побыстрее жаждет получить нечто вкусненькое.

"Я" ребенка интуитивно стремится к движению. Его естественное желание - стать сильным, свободным и получать удовольствие. Но чужая воля блокирует эти природные стремления - оказывается, чтобы получить силу, свободу и удовольствие, необходимо много есть. В дальнейшем акт приема пищи превратится в акт символического поглощения.

И, превратившись во взрослого дядю (или тетю), маленькоре эго, став большим, заявит: "Для того, чтобы мне жилось хорошо, удобно, комфортно, мне необходимо поглощать много (здесь у каждого возможны варианты):

- нежности, заботы, ласки

- денег

- энергии

- сострадания

- помощи

- внимания

- вещей

- почитания

- секса

- еды, в конце концов.

Ах как слышен глас вопиющего ЭГО в пустыне опустошенного разума: "Я ненасытно и пожирающе"!.

И совсем нет ничего плохого, если человек зарабатывает деньги, любит секс, ищет внимания, нежности, заботы и ласки, стремится к самоутверждению. В данном случае вся беда заключается в том, что ничего этого он не получает! И ненасытное Эго, как коршун, терзающий печень Прометея, вопрошает: "Почему?! Почему у соседа это есть, а у меня нет?" и начинает ненавидеть тех, у кого это есть. Так ущемленное и ущербное эголюбие рождают ЗАВИСТЬ и АГРЕССИЮ.

Но возникает вопрос: почему же личность, так страстно алчущая этих благ, не получает их?

Ответ прост, хотя и формулируется в, казалось бы, парадоксальной форме - все дело в том, что:

НАША ЖИЗНЬ ЕСТЬ ИСПОЛНЕНИЕ НАШИХ ЖЕЛАНИЙ.

Здесь мы вроде бы точно попадаем в тупик. Как же так - с одной стороны жизнь - это исполнение желаний, а с другой - ничего подобного не происходит, а если и происходит, то настолько редко и по отношению к таким пустякам, что и упоминать о них обидно.

На само деле мы зашли в тупик только кажущийся, ибо смотря перед собой и видя стену, мы не замечаем боковую дверцу, через которую можно спокойно выбраться из лабирита, не возвращаясь обратно. Если, даже не углубляясь в проблему, мы посмотрим на нее несколько отстраненно, то легко обнаружим очевидные вещи, которые вполне согласуются с исследованиями, проведенными выше. Оказывается, нет ничего парадоксального в том, что жизнь исполняет все наши желания. И сразу же уточним - именно *наши* желания. А они бывают подчас настолько сокровенными, потаенными и запрятанными, что личность, носящая их в себе, может и вовсе не подозревать об их существовании - и действительно, трудно заглянуть в свое подсознание.

И в том, что такое происходит, вовсе нет никакого чуда (если не считать чудом, конечно, саму жизнь). Есть единый порядок вещей, единый поток Бытия, где закономерности следуют одна за другой в строгой гармонии, сбалансированной и детерминированной. "Я" человека, то есть глубинная часть его личности - существо, которое и представляет собой фрагмент Бытия, естественно, обладает и первозданной силой Бытия. И то, что на уровне психологическом кажется неким желанием, на уровне глубинном представляется энергетическим импульсом, порождающим каскад цепных реакций, что в результате приводит к определенной цели.

Значит, речь идет о желаниях "Я", а не "Эго". Последнее оторвано от спонтанного бытия, не обладает его силой и диссонирует с ним. Именно поэтому любая эгоцентрическая позиция и разрушается с той неизбежностью, с которой разваливается кариозный зуб.

Теперь более понятными становятся ситуации, где человек теряет именно то, чем более всего хочет обладать. Продолжим пример с нашим перекормленным младенцем. Его "Я" отвергает пищу и стремится только к свободе передвижений - ребенок хочет гулять, что вполне понятно, ибо для детей улица - плацдарм самовыражения. Оно столь же интуитивно, сколь интуитивен поиск заболевшего животного нужной, целебной травы. Но еда все же навязывается и при этом подкрепляется социальными стимулами и целой системой авторитетов. Таким образом стремления "Я" подавляются, а напряжения "Эго" культивируются. Вырастая, этот человек продолжает подсознательно отвергать символы обладания - деньги, вещи, отношения, секс, привязанность, нежность, но компенсаторно призывает силу Эго к их обретению, что вызывает внутренний конфликт, замыкающий порочный круг.

Подобными ситуациями изобилует и история. У Сальвадора Дали есть мысль о том, почему Гитлер развязал войну - чтобы с позором ее проиграть. Идея кажется эпатажной, скандальной - в духе личности самого мэтра сюрреализма. Но ведь, по сути, она довольно рациональна и психоаналитически выверена. Известно, что в личной жизни фюрер был мазохистом и испытывал огромное наслаждение, когда его унижали женщины, в чем мастерски и преуспевала Ева Браун и, благодаря чему она до конца дней оставалась рядом с "вождем". Диктатор Третьего Рейха впадал в буйную экзальтацию, валяясь в ногах надменной фрау и, лобызая ее туфельки, умолял, чтобы госпожа его пинала, унижала "своего лакея" и проявляла всю свою холодную властность. Разумеется, на трибунах предводитель арийцев, по римски чеканно выбрасывая правую руку над рокочущими толпами, забывал о своих интимных пассажах, но его "Я" жажадало саморазрушения, в то время как "Эго", раздираемое компенсаторными властолюбивыми комплексами, требовало разрушения мира. В конечном итоге Гитлер с позором проиграл войну. Но его позор был его триумфом. И, быть может, его смерть была величайшим оргазмом его жизни.

И сама Жизнь в конце-концов исполнила сокровенное желание этого мрачного маленького гиганта.

Таким образом демонстрирует свою объективную силу

ЗАКОН ИСПОЛНЕНИЯ ЖЕЛАНИЙ.

- Доктор, от меня ушел муж. Значит, я этого хотела?

- А я потерял работу...

- А у меня украли деньги...

- А мне морду набили...

- А у нас...

- И это что - наши истинные желания?!

Слушатели моих семинаров сначала недоумевают, пациенты просто отказываются верить: "Как же так, получается, что моя болезнь есть результат моего намерения"?

- Получается, что так.

- Но это же не так!

- А как?

- Н-не знаю. Вам виднее. Но то, что вы говорите... в это трудно поверить.

Когда предлагаешь людям эту информацию, сразу же наталкиваешься на сопротивление. Сопротивляется, конечно, Эго. Оно чувствует себя задетым и начинает выставлять свои всевозможные защиты.

**Глава 2.**

**По ту сторону эго.**

Как и всякое живое существо, эго не хочет погибать. Но цель терапии в том, чтобы разрушить Эго, в том, чтобы оно именно погибло. И возродилось Я. Это-то и является самым сложным в душевном лечении или коррекции личности. Но сложное - не значит невыполнимое.

Возможны и другие варианты, более изощренные. Они возможны не только потому, что Эго:

- агрессивно

- завистливо

- негативно,

но и потому что оно:

- хитро и коварно.

В настоящее время не трудно встретить Умудренных Пациентов, стремящихся переиграть психотерапевта и тем самым тонко намекнуть на дееспособность последнего.

Такой Умудренный Клиент, Пациент-Профессионал как правило завляет:

- То, что вы говорите, мне хорошо известно. Я это уже пробовал, но все бесполезно. Ничего нового для меня нет.

- А что вы пробовали?

- Ну, например, медитацию. Я прекрасно могу расслабляться. Мои конечности послушно наливаются тяжестью, теплом, лоб холодеет, и мысли уносятся в пустоту. Но на следующий день снова все по старому.

А другой разочарован в ребефинге:

- Я дышу глубоко и часто. Дышу и дышу - в общем, как положено. А душа все равно болит.

А кто-то язвительно чеканит:

- Вот вы говорите: есть Я и есть ЭГО. Я - спонтанно и естественно, ЭГО - искуственно и агрессивно. ЭГО является источником проблем. Чтобы чувствовать себя хорошо и преуспевать в жизни, нужно разрушить ЭГО. И тем самым высвободить созидательную энергию своего Я. Понимаю и принимаю. Но что из того? У меня не получается разрушить ЭГО. Мой разум, к примеру, ратует за вегетарианство, а душа тоскует по сочному куску мяса. И ведь душа побеждает!

И он прав, этот клиент! Прав! И не только потому, что клиент всегда прав. Вряд ли было бы осмысленным способом общаться с китайским крестьянином на шведском языке. Также и душа - она не понимает наречия разума.

Параллельные миры внутри нас. Это - душа. Со своим совершенно особым законодательством.

**Там, где заканчивается *логическое,* начинается *психо-логическое.***

А психологическое уже никогда не заканчивается.

Психономика - область, которая имеет дело с зазеркальем.

Я предлагаю своему подопечному чуть-чуть сместиться в сторону зазеркалья, отправиться по ту сторону Эго и немножко поскользить в пространствах Бытия.

- Итак, приготовьтесь. Мы выполним одно маленькое упражнение. Назовем его "Поток".

*Устройтесь поудобнее - без разницы, сидя или лежа. Закройте глаза.*

- Глаза обязательно закрывать?

- *Необязательно, но желательно.* *Ведь, когда мы закрываем глаза, мы символически их открываем внутрь себя. Мы автоматически обращаемся во внутреннее пространство. Таким образом, мы мягко и плавно перемещаемся из одного измерения в другое.*

- Хорошо, я закрываю глаза. Но вы ведь не будете меня гипнотизировать? Все равно я не поддаюсь гипнозу.

- *Что вы, я как раз наоборот, постараюсь вывести вас из состояния гипноза - того состояния, в котором постоянно пребывает большинство людей.*

- Ах, раз так... но у меня дрожат веки.

- *Ну и пусть себе дрожат. Это естественное напряжение мышц.*

- Вы думаете, я так смогу расслабиться?

- *А зачем вам расслабляться? Вот видите, вы уже демонстрируете тот факт, что находитесь в гипнотическом состоянии. В данном случае вы загипнотизированы стереотипом, расхожим мнением, согласно которому в задачу психотерапевта входит непременное расслабление пациента. А кто вам сказал, что расслаблением вылечивает?*

- Ну, если так, то я теперь спокоен.

- *Ну если так, то отпустите себя. Даже если бы вы и не были спокойны, все-равно отпустите себя.*

* *Отпустить себя - это значит все свои мысли, чувства, ощущения, которые переживаются в настоящий момент, начать воспринимать как единый поток энергии.*
* *Причем, здесь не следует что-либо себе воображать или фантазировать. Просто осознайте реальность - ведь в действительности все наши мысли, чувства, ощущения представляют собой некий энергетический поток.*
* *Когда мы фиксируемся на какой-нибудь мысли, каком-нибудь чувстве или ощущении, мы блокируем естественное и свободное протекание этого потока, что сразу же приводит к возникновению застойных явлений, которые и вызывают различные нарушения.*
* *Просто осознавайте то, что существует в реальности - через вас протекает поток энергии: проплывают образы, обрывки мыслей, какие-то воспоминания, ассоциации. Этот поток откуда-то входит в вас, проходит через вас и спонтанно, беспрепятственно выходит из вас. Он так же свободен и естественен, как ваше дыхание.*
* *И ни в коем случае не старайтесь.*
* *Никаких установок, внушений или настроев.*
* *Неважно, какие мысли, чувства или ощущения проходят через вас здесь и теперь - мрачные или светлые, грустные или радостные, плохие или хорошие.*
* *Это неважно, ибо все они - частицы единого потока. Каждую из них принимайте легко и отпускайте легко.*

- А если я начинаю испытывать чувство тревоги и желание открыть глаза? Легко сказать, а сделать?

- *А и делать ничего ненадо. В том-то и дело, что ничего ненадо делать. Просто пропускайте через себя этот поток. Подставьте себя ему. Как только вы начнете что-либо делать, сразу же станете создавать блоки.*

- Но я не чувствую, как через меня проходит этот поток. Вы, наверно, пытаетесь мне это внушить?

- *Никакого внушения. Это во-первых. А во-вторых, чувствовать и необязаательно. Разве вы чувствуете движение крови по сосудам? И разве это отрицает существование самой крови? Неужели вы чувствуете на себе давление воздушного столба в двести с лишком килограмм? И тем не менее такой столб существуеет, не так ли? А чувствуете ли вы свой мозг?*

- Нет.

- *Почему вы тогда думаете, что должны чувствовать и энергетический поток?*

*Не чувствуйте, а осознавайте. Отражайте происходящее, но сами не вовлекайтесь. Подобно тому, как вода в пруду, отражает движение облаков, но как бы и какие облака не плыли по небосводу, они не изменят зеркальной поверхности водоема. Ваше сознание - это зеркальная поверхность, которая лишь отражает.*

- А вот теперь у меня действительно проявляется ощущение некоего потока, оно неявное, нечеткое.

- Почти неуловимый, неосязаемый поток?

- Да, так. И в то же время возникает странное чувство, будто я... не то чтобы пустой, но что-то вроде этого... отрешенность какая-то...

- *Ну что ж, пока мы на этом и остановимся. Сосчитайте быстро до трех и откройте глаза. Откройте глаза и войдите в этот мир. Знайте, что что-то в вас изменилось. Не думайте, не внушайте, не настраивайтесь. Просто знайте.*

- Но что во мне изменилось?

- У вас рассеялась часть вашего Эго. А это значит, что высвободилось некоторое количество энергии, которое уходило на поддержание этой части. Стало быть, вы усилили себя.

- А почему появилось чувство отрешенности?

- Вы когда-нибудь чистили старую, запылившуюся, поблекшую вещь?

- Чистил.

- И после того, как вы ее почистили и придали ей первозданный вид, как вы ее начали воспринимать?

- В первые минуты она казалась чем-то совершенно иным, чем прежде, хотя и оставалась все тем же предметом. Я помню, что это была старинная серебряная рюмка.

- И теперь она смотрелась несколько отстраненно, да?

- Да.

- Отрешенно?

- Верно.

-То же самое и у вас.

- И теперь я смогу изменить свою жизнь?

- Еще нет, но уже близко к этому. Сделаем небольшое отступление в мистагогию.

Мистагогия - мировоззрение, ориентированное на понимание и восприятие того, что реальность мистична. Все мы ежесекундно творим какие-то превращения - перевоплощения, но даже и не подозреваем об этом. Хотя кто-нибудь смутно и догадывается... А кто-то и знает. Тогда про таких говорят, что они наделены способностями. Но, что такое способность?

Способность - это знание "как".

Когда у Ван Клиберна спросили, в чем заключается секрет его игры, он ответил: "Все очень просто. Я знаю, в какое время и какую клавишу нужно нажать".

Мистике учиться не надо. Она - внутри нас. Как гласит древняя формула: "То, что во мне, то и вовне".

- Но все-таки, как же мне изменить свою жизнь?

- Изменитесь сами. Тогда и жизнь ваша изменится.

**Глава 3.**

**Законы зеркала.**

Мысль о движении - уже движение. А сама Жизнь - единая пульсирующая мысль. И с чем бы мы ни сталкивались, мы соприкасаемся с разными проявлениями мысли - дома, деревья, водоемы, книги, люди, мечты, фантазии - все это мысли. И все это связано друг с другом и сбалансировано в единой информационно-энергетической системе, где действуют саморегулирующиеся законы, которые призваны поддерживать вечно меняющееся постоянство.

В данной системе различаются лишь уровни организации Бытия: вещество, поле, энергия...

И поэтому любая наша мысль, как и любое наше действие тут же вызывает каскад цепных реакций в окружающем мире. Подобно тому, как и любое изменение окружающего мира естественно отражается на нас.

Человеческий мозг - очень мощный генератор и чуткий приемник. Но этот же принцип - восприятия и продуцирования - лежит в основе Вселенной, подобной единому гигантскому мозгу, чьи процессы аналогичны тем, что протекают внутри нашей черепной коробки.

Но значит ли это, что череп - граница мыслей? Отнюдь. Потому что за его пределами идет точно такая же жизнь, как и внутри.

Это единство обусловливает действие **закона отражения** - принцип рефлексии пронизывает все мироздание - от элементарнейших действий, описываемых механикой Ньютона до механизмов, регулирующих душевную деятельность. Другое дело, что проявления данного закона не всегда очевидны, но наблюдаемые нами результаты, позволяют догадываться о его функционировании. Конечно, легко наблюдать этот принцип, когда вы бросаете мяч о стену и видите, как он отскакивает обратно. Труднее воочию убедиться в справедливости таких предписаний как "не суди - и не судим будешь", "не рой другому яму, а не то сам в нее попадешь". Но стоит только повнимательнее посмотреть на последствия их нарушений, как очевидность проявится сама собой.

"Что посеешь, то и пожнешь"... Какова причина, таково и следствие... Действие равно противодействию.

Все наши мысли, слова, фантазмы - такие вот мячи, которые мы бросаем в мироздание. Или бумеранги - неважно, все равно они возвращаются к тому, кто их запустил.

ВЕДЬ ТО, ЧТО НАС ОКРУЖАЕТ - ЭТО

И ТО, ЧТО НАС ОТРАЖАЕТ.

* *Теперь устройтесь поудобнее в кресле. Руки и ноги не скрещивайте. Отпустите себя. Вы уже знаете, как это делается - все свои мысли, чувства, ощущения воспринимайте как единый поток энергии. Этот поток входит в вас, проходит через вас и выходит из вас. Не мешайте ему, не контролируйте его. Просто подставьтесь и пропустите его через себя.*
* *А сейчас подумайте, но делайте это вяло, пассивно, отрешенно, легко, о том, что:*
* *"Я не есть мои мысли",*
* *"Я не есть мои чувства",*
* *"Я не есть мои ощущения",*
* *"Я не есть мои фантазии".*
* *Подумайте и отпустите эту мысль, пусть она уплывет частицей протекающего через вас потока.*
* *После чего плавно и спокойно перенесите свое сознание в ноги и скользните к ступням. Ощутите, как они опираются на пол. Это очень легко сделать, потому что вам ничего ненадо придумывать - просто осознайте, как ваши подошвы соприкасаются с полом, как они контактируют с землей.*
* *И следующим этапом вспомните, что земля является гигантским магнитом. Чтобы вам проще это было сделать, приподнимите ноги, оторвав ступни от пола, и вы почувствуете напряжение - действие требует усилий. Удерживайте позу в таком положении до тех пор, пока не почувствуете усталость и ощущение того, как ноги начинает тянуть вниз. И тут же отметьте важную деталь: Ваши ноги тянет вниз не от того, что вы устали, а наоборот - вы устали от того, что все это время ваши ноги тянуло вниз. Вы затратили определенное количество энергии на сопротивление магнитной силе. И у вас появилось желание опустить ноги потому , что они сами все это время стремились опуститься.*
* *Я намеренно сделаю повторение, так как данные положения очень важно осознать, пустить их "внутрь себя":*
* *"Ваши ноги тянет вниз не от того, что вы устали, вы устали от того, что все это время ваши ноги тянуло вниз.*
* *У вас появилось желание опустить ноги потому, что они сами все это время стремились опуститься.*
* *Таким образом, ваше желание вызвано не вашим стремлением.*
* *Можно сказать, что ваше желание является следствием "желания" Земли".*
* *Итак, вы ощутили напряжение, легкую вибрацию в бедрах, усталость - в этот момент быстро расслабьтесь и пусть ноги упадут на пол и "приклеятся" к нему.*
* *После чего осознайте, как огромный космический магнит притягивает вас к себе.*
* *Заметьте, я вам не внушаю того, чего нет, а предлагаю осознать то, что есть.*
* *И теперь направьте свой энергетический поток вниз, в ноги. Сделайте это легко, без усилий, просто подумайте о том, что этот поток сам собой направляется вниз - под действием магнитной силы земли. И уходит в землю.*

- А какова цель данного упражнения? Если предыдущее мне представляется чем-то вроде психического или энергетического очищения, то относительно второго у меня возникает вопрос - а что уходит в землю? И для чего?

- Во-первых, вы освобождаетесь от той энергии, которая создавала излишнее напряжение внутри вашего организма, что является тем же самым очищением. Во-вторых, за счет подобных действий, устанавливается более прочный контакт с землей, а, следовательно, и возможность получать ее силу, причем это приобретение происходит самым естественным образом.

- В чем же заключается этот естественный образ?

- Прежде всего, в естественности вашего поведения. Вы не стараетесь делать что-либо, вы просто делаете. Делаете - не делая. Происходит то, что, древние называли "недеянием". При этом иллюзорная дымка Эго ускользает, растворяется, исчезает.

У вас возникало когда-нибудь ощущение, будто что-то действует помимо вас, что не вы совершаете определенную работу, но сама работа совершается - всего лишь при вашем участии?

- Возникало. И при этом получались удивительные результаты, о которых я и мечтать не мог, находясь в другом состоянии, когда мне приходилось что-то вымучивать из себя, выдавливать последние идеи, как остатки крема из тюбика.

- Совершенно верно. Это потому что в первом случае вы не делали над собой никаких усилий. Свободная энергия не тратилась на поддержание и содержание аппарата Эго, но направлялась исключительно на спонтанную, творческую активность. Эти состояния обозначают по разному - вдохновение, медитация, озарение, инсайт, но в сущности, они указывают на одно и то же явление.

Кроме того, давайте вернемся к тем повторам, которые я позволил себе сделать в ходе упражнения. Они важны не столько как детали той или иной техники, сколько как универсальный принцип, применение которого возможно к любому явлению нашей жизни. Давайте еще раз вспомним: Ваше желание вызвано *не* вашим стремлением. Это раз. И второе: ваше желание является следствием "желания" Земли. В данном случае это так, постольку поскольку тематика данного тренинга касается именно земли. Но как быть с остальными случаями, где речь идет о других вещах?

- Ага. Кажется, я начинаю осознавать. Если я ощутил какое-то желание, то первое, что мне следует сделать, это поинтересоваться: "Чье это желание"?

- Верно! Вспомните, что многие наши желания, импульсы, целеустремления, которые мы принимаем за свои, Не являются нашими. И та небольшая медитация, которую мы с вами только что провели, физиологическим что-ли образом это подтвердждает.

- Да... физиология вещь упрямая.

- Как и всякий факт. Кстати, с осознавания таких вот "земных" реалий начинаются многие мистические системы. Нетрудно заметить, что такое понятие, как вера, мы даже и не затронули. Веру нам заменяет осознание. Сами посудите - нужна ли ребенку вера для того, чтобы он встал на ноги и пошел? Да ни одному младенцу в мире не придет в голову что-то внушать себе или как-то настраивать себя. Он просто в определенный момент получает знание, как *это* делается - и делает: встает и идет. И опять-таки, обратите внимание, данное действие отнюдь не продиктовано его желанием. Оно обусловлено "желанием" природы, которая подняла в свое время человека с четверенек.

- Теперь мне это ясно. Совершенно очевидно, что если я долго карабкаюсь в гору, то моя усталость вызвана силами, противодействующими моему движению. Одна из этих сил - земное притяжение. Или, скажем, наваливающаяся сонливость есть следствие желания природы, которая заботится об оптимальном использовании нервной энергии. Но как на счет того, если, к примеру, возникает чувство ревности, зависти... злобы? Чьи это желания?

- Вот вы и спрашивайте себя постоянно, как только у вас возникает подобное чувство: "Чье это желание"? Вначале каждый подобный аффект будет заслонять вашу мысль. Вы обнаружите, что забываете задать этот вопрос. Что вполне естественно - ведь вы сталкиваетесь с сопротивлением Эго, чьи желания вы и вскрываете. Но в один прекрасный момент у вас это получится, и вы выиграете. Вы непроизвольно спросите: "Чье это желание?", и в тот же миг почувствуете абсурдность происходящего. Голова станет ясной, сознание чистым, а душа спокойной. Вы войдете в мистическое состояние.

- Неужели это так просто?

- Самые великие, они же и единственные, истины - банальные истины. Но к ним и самый трудный путь. Иной раз, чтобы прийти к пониманию эдакой прописной скрижали, нужно прожить не один десяток лет. Мы просто сокращаем путь. Но, чтобы прийти к простому, необходимо затратить некоторые усилия.

- А зачем приходить к простому?

- А разве вы по своей воле хотели бы усложнять свою жизнь?

- Нет.

- Я думаю, что и остальные с вами вполне согласятся. Смотрите: если у человека достаточно денег, ему не надо думать о них. Если человек здоров, то ему нет необходимости постоянно беспокоиться о своем здоровье. То, что у вас есть, дает вам возможность меньше думать об этом. А, значит, и меньше тратить энергии, которую можно направить на реализацию других целей. Вот и получается, что чем проще жизнь - тем больше выборов. А чем больше выборов, тем проще жить.

- И тогда я в своих интересах смогу реализовать закон исполения желаний?

- Разумеется. Вы приобретете то, что хотите приобрести и избавитесь от того, от чего хотите избавиться. И станете настоящим имагинатором.

- Имагинатором? Об этом я что-то слышал, но не совсем представляю себе суть данного слова.

- Я вам расскажу. Все дело в том, что реальность неоднородна и, прежде всего, проявляет себя основным своим свойством – *расслаиваться*. Скорее, она представляет собой кружение с постепенным приближением к центру – точке неподвижности, в которой замолкает всякое движение, утихает любое действие. Здесь уже невозможны какие-либо заботы и волнения, ибо, кроме тишины и покоя в таком месте ничего нет. Впрочем, нет и самого места. Только состояние, невидимая ось, вокруг которой и происходит все вращение.

Этот тайный неподвижный центр есть sacrum, костяк нашего существования – исконное, истое бытие. В нем пребывает Я, сотворяющее реальность. Именно отсюда берет начало то *излучение*, которое затем во внешних кругах обыденности, уплотняясь и овеществляясь, проявляется как *случающееся*.

**То, что с-лучается, есть результат того, что из-лучается.**

**Что излучается, то и случается.**

Сам же процесс преобразования излучающегося – в случающееся и есть имагинация.

В неисповедимых глубинах наших пребывают невидимые наружному оку образы, которые впоследствии и прорисовывают единый образ, получивший название – жизнь.

Жизнь есть образ, предопределяющий образ жизни. И образ жизни ничто иное, как отображение этого первичного образа.

Познавший внутренние образы, обретает способность к преображению.

Имагинация – это, в конечном счете, сотворение реальности. А имагинатор – тот, кто ее сотворяет и, тем самым, становится ее автором, уникальным конструктором неповторимых миров. И тогда он сам становится образом, равно как и подобием, Великого Имагинатора, через пророка Исайю изрекшего: «Ибо как новые небеса и новую землю, которые Я творю, восстают предо мной»… (Ис. 66:22). Не сказано «я сотворил», но – «я творю».

Это – величайшее откровение, которое совершенно по-новому раскрывает всю нашу жизнь, растворяя ограничения предустановленных законов и отворяя двери восприятия.

Мы – узники уз связующих нас законов. Мы чихнуть не можем просто так – если нет соответствующего на то предписания.

И, тем не менее…

… тем не менее, сказано, что мир творится каждый миг. И каждый миг – новый мир. Это значит, что в любую секунду все может быть по-новому. И, вдруг, я проснусь в одно прозрачное утро и озаренно постигну, что мой сегодняшний день вовсе не похож на вчерашний, что все причинно-следственные цепи моих обусловленностей совершенно перестали меня обременять, они вовсе исчезли. Началась иная жизнь.

Каждую секунду, любое мгновенье нам предоставляется: шанс – возможность – случай – совершить переворот в своей жизни, осуществить прорыв к новым ее измерениям.

Просто следует знать, *как* это сделать.

И, стало быть, имагинация, как и всякое творчество, более того, аспект, воплощающий в себе предельную чистоту творческого принципа, требует своего изучения и постижения.

Человек изначально обладает имагинативной потенцией, но пока он не делает этого осознанно и не является управителем проистекающих процессов, он все еще, находится под влиянием стихий, будучи в них существом пассивным и повинующимся автоматической заданности жестких схем природы. До тех пор, пока он не проникает в таинство излучений, он случаен и может быть в полной мере уподоблен роботу, чье существование определено набором программ. Он все еще во власти закона. И он, как бы, и не реален, ибо не творит реальность.

Есть закон и есть то, что над законом. То, что над законом – благодать.

Постигая механизмы и пути имагинации, мы осуществляем свой переход и становимся осознанными творцами реальности.

**Глава 4.**

**Эхо Бытия.**

- Кстати, о воображении. Мне кажется, что в вашей системе есть кое-какие противоречия.

- Какие же?

- В том упражнении, которое вы предлагали, вами не раз подчеркивалось, что речь идет об осознавании.

- И что же?

- Вы говорили: "Я не внушаю вам то, чего нет, но предлагаю осознать то, что происходит на самом деле". Я понимаю это следующим образом: внушение апеллирует к воображению и задействует силу образную, в то время как осознание предполагает активное внимание. Мне показалось, что в ваших инструкциях прозвучало некоторое предостережение относительно воображения и фантазирования в пользу прямого наблюдения и контроля. С другой стороны, деятельность Имагинатора, если я не ошибаюсь, использует силу именно воображения. Ведь и имагинация происходит от корня *имаго -* образ. Как быть тут?

- Не следует ставить знак равенства между воображением и фантазией. Если первое является силой продуктивной, творческой и творящей, то последняя - проявление иллюзии и самообмана. Когда вы осознаете, вы отказываетесь от фантазирования и усиливаете потенциал воображения, которое можно еще определить и как воспроизведение реально существующего за счет силы ума. Если я предлагаю осознать землю как гигантский магнит, то невольно в сфере ваших представлений сознательно или бессознательно возникает данный образ. А образы управляют нашей жизнью. И деятельность нашего подсознания – это, прежде всего, деятельность образов. Энергия вашего внимания направляется в данном случае к символу, несущему позитивный заряд. Если же вы утверждаете, что ваша сила превосходит силу земли, то вы явно фантазируете. Вернее, фантазирует ваше Эго. Наши фантазии - это наши вампиры, которые, обкрадывая нас, находятся у нас же на содержании. Воображение зачастую разрушает фантазию.

Но что ж, давайте немного поупражняемся. Начнем с повторения.

* *Отпустите себя. Все ваши мысли, чувства, ощущения есть поток энергии, свободно существующий и свободно протекающий. Подумайте: "Я не есть мои мысли, я не есть мои чувства, я не есть мои фантазии". Отпустите и эту мысль.*
* *Теперь медленно и внимательно осмотритесь кругом, однако, не слишком задерживаясь на конкретный предметах.*
* *И четко, громко сформулируйте следующее утверждение: "Я - это то, что меня окружает". Вслушайтесь в эту фразу. Повторите ее еще несколько раз - до тех пор, пока не появится ощущение, будто она отделилась от вас и приняла самостоятельное существование.*
* *Подойдите к зеркалу, пристально всмотритесь в себя и произнесите: "Я - это то, что меня отражает". Затем отвернитесь и зафиксируйте взгляд на первом попавшемся объекте и снова скажите: "Это - Я".*
* *И займитесь своими повседневными делами.*
* *Поначалу данные действия могут вызвать чувство сопротивления. Теперь вам известно, откуда берется это сопротивление. Но, тем не менее, спокойно продолжайте тренироваться и периодически напоминайте себе: "Я не есть мое сопротивление".*

Какими же признаками может проявляться сопротивление? Самые характерные из них:

- чувство усталости

- тревожность

- ощущение бесполезности выполняемого упражнения

- ирония

- отвлечение внимания.

Как бы то ни было, вы уже владеете приемом, способным обезоруживать контратаки Эго: осознавайте все приходящее вам в голову как некий поток энергии. Он ни плохой, ни хороший. Как и любая энергия - которая всегда нейтральна.

- А как же говорят - черная энергия, белая, грязная, чистая и так далее?

- Это всего лишь условные обозначения. Сами посудите. Огонь - плохой или хороший, вредный или полезный? Он согревает, но он и сжигает. На нем готовят пищу, и его используют в качестве орудия пыток. Солнце дает жизнь и радость и в то же время отнимает жизнь и приносит горе, в засухе испепеляя урожаи. А вода? Последняя капля надежды для путника в пустыне и зловещая пучина, таящая в себе смерть. А ведь все это стихии. Энергии. Сейчас многие говорят о космической энергии, призывают ее и даже "исцеляются" ею. И при этом устремляют свои духовные очеса куда-то за горизонт. Лично меня это немножко удивляет. А Земля, по вашему, где находится, вне космоса что ли? Разумеется, в космосе. Стало быть, и все земное - это прежде всего космическое. Значит, и энергии наши - космические. И все они ни плохие, ни хорошие. Все зависит от того, в каких с ними отношениях мы находимся. Что касается человеческого организма, то законы, управляющие им те же, что и управляющие движением светил. И он наполнен теми же самыми энергиями, что и космос. Все зависит от того, в каких он с ними взаимоотношениях состоит. Важен баланс.

Поэтому с точки зрения энергетики не имеет значения, какие мысли у нас - мрачные или светлые, грустные или радостные. Все они - одна и та же энергия, что можно сказать и об эмоциях. Сама же эмоция - это всего лишь оценка.

Постепенно вы освобождаетесь от оценок и узнаете мир - то есть принимаете его таким, каков он есть. Автоматически вы принимаете и себя как частицу этого мира и свою волю направляете параллельно воле Вселенной. В этом случае Жизнь вас начинает защищать.

Однако, следует помнить и осознавать один довольно важный аспект: законы Вселенной объективны. Объективно и само мироздание. Когда я говорю, что Жизнь вас начинает защищать, это не означает факта некой вашей избранности. Это означает всего лишь то, что срабатывают механизмы, регулирующие деятельность, осуществляющуюся по принципу наименьшего сопротивления. Ваше существование просто перестает мешать, не более того. Логика вашего бытия созвучна логике вселенского Бытия. Возникает резонанс. В противном же случае рождаются диссонансные взаимодействия, обрекающие одного из участников последних на разрушение. Ясно, что разрушается более слабое звено. В нашем случае - человек.

Представьте себе, если на вашем огороде вырастает сорняк. Как вы с ним поступаете? Естественно выпалываете. Почему? Да потому, что его воля не созвучна вашей. Что делает Вселенная с тем существом, которое противодействует ее замыслу? Уничтожает. И дело здесь вовсе не в какой-то мести, желании или наказании. Просто совершается неумолимый процесс. Спросите у огня: радуется ли он или огорчается, когда сжигает кого-то или что-то? Вы не дождетесь ответа, потому что нет ни того ни другого. Он всего лишь делает свое дело - сжигает и не раздумывает при этом. Такова логика объективности. Иногда такую логику называют мистикой.

- Признаться, мне в мистику верится с некоторым затруднением.

- А вы и не верьте. Принимайте лишь факты и осознавайте то, что это факты.

- Например?

- Пример? Пожалуйста.

 Проявим интерес к теневой стороне существования - снам, интуиции, предзнаменованиям.

Начните прислушиваться к своему организму в течение дня и ночи, и вы обнаружите значительное количество информации, которая в большинстве случаев окажется для вас откровением. Возможно, вы найдете ответы на многие вопросы, до сей поры казавшиеся неразрешимыми, или новые интуитивные озарения высветят неожиданные ракурсы вашего бытия. Конечно, в данном случае вам понадобятся определенные знания и навыки. Но об этом мы сейчас и поговорим.

**Глава 5**. **По ту сторону зеркала.**

Прежде всего, осознайте, что любое сновидение, каким бы оно абсурдным на первый взгляд не казалось, представляет собой стройную систему кодов, содержащих в себе послания, адресатом которых является спящий. В хаотическом нагромождении образов всегда таится смысл. За знаком - всегда значение. Именно с подобного осознания, каким бы простым оно не выглядело, и начинайте свою практику изучения снов.

Подобное направление ваших мыслей сообщит сигнал подсознанию о готовности организма к сотрудничеству с ним, что приведет к активизации последнего, и между разумом и глубинными структурами психики установятся более тесные, доверительные отношения. Такой союз обеспечит возможность проникновения к тем информационным пластам, которые находятся практически за пределами личности. Внутри вас заработают тайные механизмы, которые и обеспечат новыми возможностями ваше существо и существование.

После того, как у вас появится ощущение сопричастности с областями таинственного, приступайте к технической стороне дела. Самый простой способ разгадать смысл своих сновидений начинается с первого упражнения, суть которого заключается в следующем:

* *Выберите себе какой-нибудь день, когда у вас не возникает необходимости в совершении срочной или напряженной работы, не беспокоят неотложные дела. Это может быть просто выходной.*
* *Проживите этот день как обычно, ничего не меняйте в его распорядке, не ломайте стереотипы. Единственной его особенностью будет то, что вы все происходящее воспринимаете как происходящее в сновидении.*
* *Легко и свободно играйте в увлекательную игру - словно все вокруг - это сон. С подобным же ощущением в свое время ложитесь в постель и засыпайте.*

По прошествии нескольких подобных "тренировочных" дней вы обнаружите в себе определенные перемены: ваши настоящие сны станут более четкими, запоминающимися, "явными". И, кроме того, у вас появится интуитивное ощущение того, что информация, передаваемая вам в ночных посланиях, сможет быть легко вами понята и воспринята.

Теперь начните осваивать символику сновидений. В различные времена и у различных авторов она предполагает самые разные интерпретации, не говоря уже о сонниках, в которых иногда предлагаются совершенно противоположные трактовки одних и тех же символов.

Следовательно, у каждого из нас может быть свой индивидуальный сонник, но составленный, однако, на основе универсальных подходов и разработок.

Я полагаю, что наиболее продуктивным подходом было бы рассматривать каждый элемент сновидения, соотнося его с той функцией, которую он выполняет наяву.

Это значит, что, например, приснившийся мне телефон, является тем же телефоном, которым я пользуюсь в повседневной жизни. Подобный параллелизм, однако, не следует воспринимать буквально. В данном случае следует помнить, что это **Символ**, который нуждается в интерпретации. И для того, чтобы выполнить последнее, зададим себе первый вопрос:

1. Что означает телефон в *нашей* жизни?

Ответ может включать несколько вариантов, но все они, так или иначе, объединятся в некий обобщенный стандарт, одинаковый для любого человека.

Телефон - это:

- Средство связи, которое можно считать основным в современном мире.

Теперь задается следующий вопрос:

2. Что означает телефон в *моей* жизни?

Набор ответов в данном случае может варьироваться в зависимости от индивидуальности того или иного человека. Для кого-то это:

- Необходимый помощник, используемый днем и ночью, дома, на работе, в машине.

- Досадная помеха, отвлекающая от раздумий в спокойной обстановке.

- Механическая и бездушная машина, не способная заменить теплоту и искренность непосредственного человеческого контакта.

- Интимный друг, посредством которого можно лишний раз услышать голос любимого человека, ощутить его дыхание и почувствовать, что ты кому-то еще нужен.

И так далее.

После того, как мы проделали столь нехитрые манипуляции, дверь, ведущая в лабиринты подсознания, приоткрывается, пропуская нас в мир информации, казавшейся доселе малопонятной и загадочной.

Но просто оказаться в этом пространстве еще мало, нужно в нем суметь сориентироваться. Для этого сделаем третий шаг - *обобщение,* представляющее собой тактику, при помощи которой мы как бы абстрагируемся от конкретного предмета и учитываем только его функциональное значение.

В нашем примере это будет выглядеть следующим образом.

Итак, вам приснился телефон. Телефон является элементом сновидения. Какое послание зашифровано в этом элементе? Начнем раскладывать.

- Что это понятие означает для людей?

- Основное средство связи.

- Что оно означает для меня?

*Вариант 1.*

- Необходимый помощник, использующийся днем и ночью, дома, на работе, в машине.

*Обобщение.*

- В моей жизни существует связь (ответ на вопрос 1), позволяющая мне опираться на некую помощь (вопрос 2), источником которой может быть или какая-то сила, или конкретная личность, или сумма обстоятельств.

*Вывод.*

Информация позитивна. Мне следует более пристально всмотреться внутрь своей жизни, где работает мой невидимый помощник, который, может быть, вскоре проявится в виде конкретного человека, или останется невидимкой, если это потусторонняя сила, излучаемая ангелом-хранителем. Во всяком случае мое существование в настоящее время позволяет мне собрать свою волю, сконцентрировать энергию и проявить активность, которая приведет к удаче, или, по крайней мере, к успешномк резкльтату.

*Вариант 2.*

- Досадная помеха, отвлекающая от раздумий в спокойной обстановке.

*Обобщение.*

Кто-то или что-то связывается со мной и внедряется в мою жизнь, которая сейчас нуждается в некоем осмыслении, затишье. Это внедрение явно мне мешает и выводит из состояния равновесия.

*Вывод.*

Информация негативна. Мои действия должны быть направлены на то, чтобы ограничить число контактов и обратиться внутрь себя. Энергетический потенциал снижен и поэтому мне следует занять пассивную и выжидательную позицию. И в этом нет ничего плохого. Ведь медведь набирает свою силу во время зимней спячки. Активных действий пока предпринимать не следует, так как результат будет или заблокирован, или искажен из-за различного рода помех, или невидимой помехи.

*Вариант 3.*

- Механическая бездушная машина, не способная заменить теплоту и искренность непосредственного человеческого контакта.

*Обобщение.*

В жизни моей складывается такая ситуация, в которой я вынужден поддерживать связь с окружающим миром или людьми на формальном, отчужденном уровне.

*Вывод.*

Информация негативна. Либо что-то чужеродное и механическое вторгается в мое существование подобно соринке, попавшей в глаз. Либо мое эго сделалось более жестким и очерченным, замуровывая скорлупкой мою внутреннюю сущность. Контакт, эмоциональный и энергетический, с миром нарушен. Действия должны быть направлены на расширение осознавания причастности к источникам мироздания, усиление доверия к жизни и прорыв к Бытию.

*Вариант 4.*

- Интимный друг, посредством которого можно лишний раз услышать голос любимого человека, ощутить его дыхание и почувствовать, что ты кому-то еще нужен.

*Обобщение.*

У меня есть возможность почувствовать присутствие друга, где бы он не находился и что бы из себя не представлял. Кем бы он не являлся, я могу на него положиться как на союзника и довериться ему.

*Вывод.*

Информация позитивна. Моя жизнь наполнена тем смыслом, ощущение которого дает сопричастность общению, любви, дружбе. Я не в одиночестве, и мне следует ценить это.

Мы разобрали один случай с одним элементом, но на основе представленной техники мы можем анализировать любое сновидение с различным количеством составляющих его элементов. Самое главное - четко придерживаться последовательности приемов, которые укладываются в представленный выше алгоритм:

*1. Вопрос об общем предназначении элемента - независимо от того, кем или чем он воплощен в материале сна - предметом, человеком, животным или фантастическим персонажем.*

*2. Вопрос, касающийся того значения, которое несет данный элемент в индивидуальной жизни сновидца.*

*3. Обобщение - действие, связанное с абстрагированием от конкретного элемента и объединяющее значения, полученные в результате ответа на первые два вопроса.*

*4. Вывод - оценка информации с точки зрения того, насколько она является негативной или позитивной, а также прогнозирование оптимальных действий.*

Причем здесь следует помнить о том, что сновидение несет в себе глубинную информацию, приоткрывая подводное течение жизни, ее энергетическую направляющую, которая лишь впоследствии реализуется на ситуативном плане. Ведь то, что мы можем ощутить, всегда проявляется из того, что недоступно нашим обыденным ощущениям.

Так, в первом варианте нашего случая помощник необязательно может существовать рядом с тем, кому он явился в форме символического посланника ночного мира. Сновидение указывает на ту тенденцию, которая определяет существование человека в данный период времени. Олицетворять же эту тенденцию может и конкретная личность, причем, возможно, даже еще незнакомая, и в таком случае информация сна указывает на приобретение друга. Но этим помощником может оказаться и некая неведомая сила, проявляющая себя или как определенное мистическое влияние, или как благоприятный отрезок судьбы, даже если на уровне обстоятельств особенно существенных перемен не происходит. Главное то, что они происходят на глубинном уровне! А, все то, что происходит на глубинном уровне является фактором судьбореализующим.

- Судьба… это что-то такое туманное…

- Совсем напротив. И ее можно даже вычислить. Судьба имеет свою формулу.

- Неужели?!

- Давайте разберемся.

**Глава 6.**

**Формула судьбы.**

Судьба имеет свою формулу.

Слово «судьба» происходит от праязыкового корня **dhe**, означающего -“ставить”, “устанавливать”, “класть” и приставки **som** – «су-», которая вносит значение сочетания, соединения, совпадения (например, со-весть – совместная весть).

Получается базовая праформа: Som-Dhe – буквально «с установлением».

Здесь обнаруживается явное соотнесение с древнеиндийским samdhi – «соединение», «договор», «мир».

С другой стороны корень **dhe** также является основой, из которой выходят понятия: «Дело», «Деть».

Рассмотрим проявившийся ряд понятий в вариантах их развития.

Древнерусское *Дело –* «деятельность», «деяние», «поступок», «способ», «работа», «труд», «сражение».

Соответственно, мы можем обнаружить и основные жизненные тенденции, или индивидуальные варианты развития, несущие в себе некие устойчивые позиции.

Жизнь – как деятельность.

Жизнь – как деяние.

Жизнь – как поступок.

Жизнь – как способ.

Жизнь – как работа.

Жизнь – как труд.

Жизнь – как сражение.

Значение слова *«деть»* проявляется смысловым рядом – «поместить, положить что-либо куда-либо».

Древнеиндийское dadhati – «кладет», «помещает», «ставит».

Древнерусское *деяти –* «делать», «трогать», «*говорить*». Последнее отсылает нас к таким понятиям как **Слово**, **Речь**. И здесь же уместно напомнить, что значение «**действие**» в истории индоевропейских языков переплетается со значением «**слово**», «**речь**»!

Примечательно также то, что на себя обращает внимание и тесная фоносемантическая связь между значениями «Речь» – «Рок». Оба они несут в себе один и тот жу праязыковый корень **rek**-.

На основании полученных данных уже можно проявить архитектонику изучаемого понятия.

Dhe- «ставить», «устанавливать» – «становиться».

Делать = Говорить.

Рок = Речь.

Соединение = Договор (Говорить. Речь).

Обращаясь к очередным источникам, имеющим непосредственное отношение к рассматриваемой теме, находим следующие смысловые соотношения.

Латинское fatum, известное в массовом сознании как «судьба», в своем первостепенном значении, однако, раскрывалось как: 1). Слово (изречение, воля, приговор) богов (fata deorum). И только затем уже означало: 2). Рок, судьба, удел, участь.

Корень слова fatum – for.

For – 1). Говорить, (воз)вещать, повествовать. 2). Воспевать. 3). Прорицать, предрекать, предсказывать.

С другой стороны известно еще одно значение корневой основы **dhe**-, а именно – «**Дух**».

Тогда получается Som-Dhe – «с Духом».

Наметившиеся смысловые контуры, позволяют приблизиться к возможности дать определение тому, что называют судьбой, но перед тем, как вывести формулу, более четко проясним сочетание значений.

Дух ставит – Явление становится.

Дух устанавливает – Явление становится.

Дух говорит – Явление делается.

Дух-----------------------------Соединение----------------------Явление.

Следовательно, получается, что:

1). Рок (**rek**-) есть функция **Речи** (**rek**-).

2). Явление (**uel**-) есть проявление **Воли** (**uel**-).

Если обратиться к традиционной математической символике, то запись получится следующая:

F = f(V), где

F – Fatum – Судьба.

V- Verbum – Слово.

f- функция.

Данное положение подводит нас к тезису – «То, что происходит в нашей жизни, происходит в точном соответствии с тем, что и как мы говорим».

Вместе с тем, в древнерусском языке понятие «Судьба» употреблялось со значением «суд», «суд **божий**».

Суд: одно из значений – «закон».

Обобщим сказанное.

Праязыковая база представляет собой сложение: приставка **som** и корень **dhe**- «ставить», «устанавливать» (отсылка к «деть», «**дело**»).

Древнеиндийское samdhi – «соединение», «договор», «мир».

*Деть* - «происходить», «твориться», «становиться», «говорить». Латинское fatum означает не только «судьба», но также и «**слово**», «изречение», «воля».

*Делать* – «создавать».

Выстраиваем ряд значений:

**Судьба** – **Закон** (доначальное, дообычное) – Устанавливать – Соединение – Договор (Завет) – Происходить – Говорить – Становиться.

Вглядываясь в этот ряд представленных смыслов, нетрудно уловить проступающий рельеф нашего главного понятия. И в данном случае мы усматриваем следующие сюжетные линии.

В данном ряду легко выделяются две глагольных группы: активная и пассивная.

*Активная группа*: «говорить» – «устанавливать».

*Пассивная группа*: «происходить» – «становиться».

Активная группа имеет прямое отношение к **Закону**, ибо исходит *от* него. Пассивная – к началу принимающему, то есть субъекту и обозначает некое свершение, результат.

Однако, это вовсе не означает наличия тотальной фатальности субъекта, подчиненного и подчиняющегося Закону и соединенному с ним, ибо в контексте их отношений мы замечаем еще одно понятие – Договор – Завет. И это весьма существенное примечание. С одной стороны выясняется, что человек никакой не хозяин своей судьбы. С другой же видно, что и заявлять о механистической, отчужденной предопределенности, некой тоталитарной «кармической» обусловленности также не представляется чем-то осмысленным.

*Человек, безусловно, не есть хозяин своей судьбы, и было бы совершенно неразумно и самонадеянно полагать подобное, но благодаря наличествующему Завету - Договору, он становится ее соавтором, вернее, получает такую возможность.*

Последнее добавление означает, что в субъекте также присутствует частичка активного принципа, который в какой-то части своего смыслового контекста можно назвать **волей**. Каждому дана воля, и каждый волен распорядиться ею. И тогда, если желание проявить свою активность присутствует, то посредством воли личность направляет ее на то, чтобы не просто оставаться роботическим исполнителем неких программ, но стать и быть дееспособным участником Завета. И в этом смысле между человеком и Автором исходящих предписаний устанавливаются отношения со-творчества, сотрудничества, со-авторства – через **Слово**.

Какова же прагматика материала, полученного в результате наших исследований? Цель одна – стать осознанным Со-Автором и снискать **счастье**.

Как и в отношении судьбы, о **счастье** ходит много толков, но в конечном итоге оказывается, что все толки совершенно бестолковы.

Обратимся к испытанному лингвистическому методу. Нетрудно заметить, что слово это самой своей фонетикой указывает на идею *Участия.* (По словарному определению Судьба трактуется как - 1. «доля», «участь». 2. «история существования кого-либо, чего-либо». 3. «будущее, то, что случится, произойдет». 4. «рок». В представленном ряду присутствует понятие «участь», которое и соотносится со смыслом «участие»).

Тут мы вправе задаться вопросом – а в чем, собственно, участия? Ответ же прост, ибо очевиден – *Участия в Завете,*

Если я принимаю участие, то становлюсь Участником, а значит, и соавтором. Возможность быть причастным к Участию есть один из величайших даров, ибо раскрывает врата, ведущие в свободу.

Связь между понятиями **Судьба** и **Счастье** прояснилась. Счастлив тот, кто использует шанс сделаться соавтором своей судьбы и стать активным участником Договора (Завета) между собою и Законом – До-начальным, Предвечным, то есть – Богом. В этом случае человек обретает Судьбу. Стало быть еще, счастье – это способность обрести свою судьбу. А значит, кто *вне* Судьбы, тот как бы и *вне* Игры, *вне* Счастья, постольку поскольку *вне* Участия.

Безучастный несчастлив. И кто не имеет участия, тот не имеет и участи.

Отсюда следует, что не бывает судьбы плохой или хорошей. Само по себе наличие таковой есть благо. Снискать последнее можно лишь одним способом – найти и обрести свою судьбу. Она есть у каждого, но у кого-то она в совместном бытии, у кого-то – совершенно отдельно и отделенно. Ощущение этой раздельности и порождает переживание тревожности, сиротливости, потерянности и одинокости.

Смысловой ряд: Судьба – Закон – Дух - Устанавливать – Соединение – Договор (Завет) – Воля –- Происходить – Говорить – Становиться - Рок – Речь –Слово.

Что ж, поговорим о том, как с помощью слов изменить собственную жизнь.

**ЧАСТЬ 7.**

**ИЗМЕНЕНИЕ ЖИЗНИ ПРИ ПОМОЩИ СЛОВ.**

**(ЛОГОНОМИКА).**

**Глава1.**

**Жизнь есть текст.**

**1. Жизнь есть текст.**

После кропотливых и интенсивных лет моей деятельности в области психоанализа и психотерапии я все же решился четко и открыто сформулировать вопросы, которые по умолчанию мною отодвигались на задний план, благонамеренно вытеснялись, и до поры до времени оставались в тени прохладного к ним внимания.

И дело заключалось вовсе не в том, что они заслуживали такого отношения, но как раз, наоборот, в силу своей актуальности, требовали их серьезной и честной постановки. Однако, явное, которое преднамеренно делается тайным, не может бесконечно быть тайным, и снова становится явным. Пришло время, а если быть более точным, то я пришел (ведь время приходит только тогда, когда приходим мы) к осознанию, что готов высказаться по поводу того, о чем раньше умалчивал.

Вопрос 1. «Почему со мною происходит то, что со мною происходит»?

Вопрос 2. «Почему то, что со мною происходит, происходит именно со мной»?

Вопрос 3. «Могу ли я изменить то, что со мною происходит, если происходящее со мной мне не нравится»?

Я поступил парадоксальным образом. Я наконец-то задал эти вопросы… но тогда, когда ответ уже был найден. И в первую очередь я стал предлагать их пациентам прямо на первом же собеседовании. «Подумайте и ответьте: Почему с Вами происходит то, что с Вами происходит? Почему то, что с Вами происходит, происходит именно с Вами? Возможно ли изменить - именно изменить, а не закрыть на это глаза - то, что с Вами происходит, если Вам это не нравится?».

Психотерапия – единственная область, где клиент не прав. Если же он считает обратное, я отправляю его в магазин – пусть там доказывает свою правоту. С другой стороны, если прав психотерапевт, то почему он исполняет функцию консультанта, а не Господа Бога?

Таким образом, я не ждал от посетителя «правильных ответов», но сопереживал с ним возможность его озарения, иррационального пробуждения тех душевных энергий, которые, преодолев инерцию рассудочных поползновений, способны *взлететь в самую глубину* сокрытого Сокровенного и обнаружить там живой смысл. А затем потустороннее «там» перенести в здешнее «здесь».

В результате наших совместных странствий по нейронным пространствам, этаких внутренних навигаций, мы кое-что прояснили, но к этому добавился еще один вопрос: «Действительно ли возможно, то есть реально ли на самом деле с помощью слов изменить происходящее, или это всего лишь красивая метафора, пленительный миф, чарующая сказка, космическая фантазия о предначальном глаголе Логоса, написавшем этот мир?».

Первые формулировки наших постижений оказали на нас впечатление и вдохновили на то, чтобы продолжить единожды начатую деятельность. Вопросы сами обнажили себя, и мы обнаружили в них спрятанные, словно зернышки в яблоках, ответы.

Вопрос 1. «Почему со мною происходит то, что со мною происходит»? – Ответ: «**То, что происходит со мною, происходит в абсолютно точном и строгом соответствии с тем, что и как я говорю**».

Вопрос 2. «Почему то, что со мною происходит, происходит именно со мной»? – Ответ: «**Потому, что именно я это говорю**».

Вопрос 3. «Могу ли я изменить то, что со мною происходит, если происходящее со мной мне не нравится»? – Ответ: «**Постольку поскольку происходящее со мною зависит от того, что я говорю, то если я изменю свою речь, поменяется и происходящее**».

Полученные выводы, однако, не показались ни абсурдными, ни фантастическими, ибо их согласованность с данными лингвистики оказалась вполне соответствующей. И поэтому, прежде чем изложить собственно оригинальность и инновационность авторского метода, который я назвал **психограмматическим**, напомню классические положения.

Одно из них, известное как Принцип лингвистической относительности Сепира – Уорфа, заявляет о том, что не реальность определяет язык, а наоборот, язык определяет реальность. Это значит, что язык в первую очередь создает реальность, структурирует ее, а не описывает.

То есть слова не описывают мир, они пишут мир.

В качестве иллюстрации достаточно вспомнить случай в лондонском метро, когда таблички на дверях «Выхода нет» по рекомендации социологов заменили надписью «Выход рядом», что уменьшило число самоубийств в Лондоне.

Столь же показательны примеры, которые я могу привести из собственной практики.

Однажды на консультацию ко мне пришел молодой человек и посетовал на собственную судьбу. На вопрос о том, что же его так удручает и печалит, он нерешительно пожал плечами, как-то нервно дернулся и выговорил нечто невнятное. Затем напрягся, сжался, съежился и, вдруг, заявил, словно наконец, решился: "В последнее время меня преследуют долги. Я никак не могу расплатиться со своими компаньонами. И даже если подворачивается удачный вариант, в самую последнюю минуту он срывается. Тут еще ни с того, ни с сего жена начала предъявлять повышенные требования, а сын стал дерзить. Наваждение какое-то».

Внимая его исповеди, я уловил, что в течение сорока минут он семь раз употребил слово «должен», причем безотносительно от рассказываемой ситуации.

Оказалось, что его основная жизненная опора приходится на слово «должен». И получилось, что его главное руководство к действию заключено в черной магии этого понятия: "Я постоянно кому-то должен – обществу, приятелям, родителям, детям, педагогам…». Наиболее коварный соблазн – расширение принципа долженствования и на себя – оказался также характерным для моего посетителя. Хотя бы такая его фраза как «Что я должен делать, доктор?» выразила довольно высокую степень его сцепления с проблемой.

Итак, мы выявили опорный, осевой тезис всей смысловой конструкции, которая ляжет в основу метода практической трансформации личности.

**Жизнь есть текст.** *И конкретная жизнь отдельного субъекта складывается в точном соответствии с тем, что и как он говорит.*

Однако в отношении вышесказанного мне довелось услышать нечто вроде возражения, причем внешне выглядящего довольно логично: «Как на счет тех, кто говорит хорошо, а живет плохо?». И на самом деле, замечание весьма существенное. Разве мы не встречаемся с великолепными говорунами, которым можно внимать беспрерывно, но при этом сама жизнь которых оставляет желать лучшего.

Вроде бы все правильно. Но здесь следует учесть один момент. Наша речь это не только то, что мы произносим вслух, но и то, что говорим про себя. Внутренняя неосознаваемая речь называется мышлением. По определению мышление и есть внутренняя речь. **Мы мыслим словами**. И даже наши нечаянные фразы оказывают на нас существенное воздействие. Как-то раз одна женщина в шутку обронила «мой ребенок, ну прямо одно наказание» и через минуту уже забыла об этом. А фраза, тем не менее записалась подсознательным умом и послужила своеобразным посылом для выстраивания логической цепочки, кстати, формально совершенно непогрешимой. Постольку поскольку наказание всегда связано с болью, то последняя не заставила себя ждать, и молодая мамаша с неприятным удивлением вскоре обнаружила у себя склонность к мигреням и травматизму, чего раньше за собой не наблюдала.

**2. Основное правило.**

Продолжая развитие темы, перейду к представлению оригинальной части повествования, излагающей базовые положения разработанного мною метода, получившего название **Психограмматика**. Иногда я использую синонимичный имеющемуся термин **Лингвопсихоанализ**.

Итак, мы выяснили, что разгадка жизни заключена в разгадке слов – своеобразных кодов, конденсирующих в себе все мистерии бытия.

Мы зачастую сами не подозреваем о том, сколь мощная и сакральная сила обитает в недрах слов, которые мы произносим.

 **Связывая друг с другом слова и предложения, мы связываем варианты своих судеб.**

Исходя из этого, мы можем обозначить и суть лингвопсихоанализа, которая сводится к тому, чтобы выявить в языке или в речи пациента определенные закономерности, в поле его бытия проецирующиеся в явления, называемые им проблемами.

**Постольку поскольку язык первичен, а ситуация лишь следствие, то, внося определенные коррективы в собственный лексикон, мы автоматически корректируем и контекст наших обстоятельств.** Данное высказывание является основным правилом лингвопсихоанализа. Выражаясь проще, как говорим, так и живем. Если хочется жить по другому, то следует и начать говорить по другому. Преимущество данного метода состоит в том, что он не требует от нас особых усилий, напряженного самокопания, болезненной рефлексии, затрат времени, но предполагает лишь наличие карандаша, да листка бумаги, с помощью которых можно изменить собственную жизнь. **Мы выполняем несложные, но точно согласованные действия, и в это время кардинальным образом меняется наша жизнь.**

**Жизнь каждого из нас – это грамматическая конструкция**. Грамматика языка – ее прообраз, первичный архетип.

 Последнее высказывание, не смотря на свою очевидность, нуждается в определенном прояснении, которое станет вполне явственным, если совершить короткое погружение в глубину эволюционных пластов той мистической руды, которую мы называем душой.

**3. Ядерная функция слова.**

С точки зрения лингвопсихоанализа семантическая (смысловая) структура любого слова, а таким образом и текста состоит из трех уровней.

Первый, самый поверхностный пласт – повествовательный, или буквальный. Он заключен в пределах внешнего, *экзотерического* круга восприятия и представляет собой значение, привитое обычным обучением. Экзотерический круг можно назвать профанным. В данном случае, когда мы говорим о профанном понимании, то имеем в виду прежде всего уровень понимания, свойственный общественному сознанию, не проявляющему особой склонности к устремлению в глубины явлений. Представленный уровень, если проводить аналогию с психоаналитической композицией психики можно обозначить как – «Сознание слова».

Следующий уровень – *мезотерический*. Он уже несет в себе информацию, расположенную за пределами буквального понимания и потому раскрывает в себе контексты метафорические, иносказательные. Они просачиваются в глубины сознания и оказывают свое влияние изнутри. Открывающаяся многомерность смыслов сдвигает психический аппарат с мертвой точки, делает его сопричастным логике иррационального. Створки внешней обыденности раздвигаются, открывая пространство иных измерений, затаившегося инобытия. Здесь обнаруживают себя наши душевные ресурсы. Через подобное обращение внутрь себя происходит обращение *к* Таинству и *в* Таинство. Посредством интуитивного озарения постигается Сокровенное. Это – «Подсознание Слова».

Внутренний, или ядерный пласт – *эзотерический*. Сокровенное становится Откровением, постигаемым мгновенно. Инобытие перестает быть инаковым и становится «своим». Пробужденное сознание расширяется до такой степени, что оказывается способным узреть скрытые связи мироздания. Единым Домом становится Космос. Перешедший на этот уровень, перестает уже быть просто говорящим слова и внимающим словам, но становится со-творцом, со-автором загадочного Текста Судеб, осуществившим свой таинственный инициатический процесс. Просвещенный стал Посвященным. Что касается самого текста, то формально он, конечно же не меняется в пределах языка, но при этом обнаруживает в полной мере свою семантическую многомерность, ибо восприятие познающего к этому вполне готово. Повествовательные ходы, вдруг, оказываются разветвленными символами. А «темные» места неопознанных смыслов внезапно вспыхивает потрясающими просветлениями. Именно на данном уровне сотворяется действенная молитва. И в нем мы узнаем «Архетип Слова».

Я возвращаюсь к положению, согласно которому слова оказывают на нас решающее влияние. Только теперь данную мысль мы можем рассмотреть более конкретно, с учетом представленной структуры. Итак, слово имеет явное значение, скрытый смысл и на самом глубинном уровне являет собой символ, архетипическую матрицу. Благодаря явному значению мы обмениваемся информацией, скрытый смысл нас программирует, символ обладает действием предопределяющим.

**4. Техника психограмматики.**

Теперь, когда мы уяснили философию метода, нам остается изучить и освоить его практическое содержание. Одним из инструментов технического оснащения лингвопсихоанализа является методика этимологическая.

Определимся с необходимыми понятиями. *Этимология* – наука о происхождении и первичном значении слова. *Этимон* – это и есть первичное значение слова, исходное слово, его основа, от которой произошли последующие слова.

И нашей задачей в данном случае становится выявление этимона, который и оказывает решающее влияние на судьбу и состояние говорящего.

Обратимся к уже известному примеру с пациентом, который слишком часто употреблял слово «должен». Как и следовало ожидать, он на самом деле залез в долги. Сработал механизм «что говорим, то и получаем». Однако, это еще не все. Если мы выявим этимон приведенного понятия, то обнаружим более глубокую подоплеку того, что происходит в жизни данного человека. Проведем этимологический анализ слова «Долг».

Древнерусское Дължьн – «обязанный», «грешный».

Древнеанглийское Dolg – «рана».

Старославянское – Рана – «наказание», «кара», «горение», «болезнь», «удар».

«Болезнь» – этимология данного понятия уходит в разветвленную систему смыслов: чешское Bol – «скорбь», «печаль», «ехидство». Древневерхненемецкий balo: balu – «уничтожение», «гибель»; древнеисландское bol – «зло», «вред», «бедствие», «несчастье»; др.англ. bealu – “бедствие”, “несчастье”. Индоевропейская (в дальнейшем и.-е.) база bhel-eu – **зло**.

Комментарии излишни, так как ситуация более, чем ясна.

С целью проявления причинных перводвигателей того, что с нами происходит, я в данном руководстве отвожу значительное место лингвистической, этимологической стороне изучаемых понятий, что позволяет довольно легко определить эти обусловливающие факторы. Таким образом, приведенные в нем лингвоаналитические ракурсы открывают доступ к первозначению понятий, которые мы привыкли считать обыденными. Но, как уже выяснилось, за Обыденным скрывается Бытийное.

**5. «Аз есьмь – яз есьмь».**

Пресловутая, вся изгаданная и загаданная загадка языка…

Но мы продолжаем биться над ней. Кто приступом, кто осадой, кто тихим сапом, в одиночку и стадом, хотим одолеть сфинкса. Неисчислимые битвы – во имя Бытия. Ибо бытие и есть битва.

На самом деле весь единый и сплошной вой человечества, все его войны – это призыв сакрального Слова, некой таинственной формулы, обладание которой дарует власть.

Все заклания – ради одного заклинания. Скрежетание скрещивающихся клинков и скрежет зубовный – кровавая попытка извлечения звука из вакуума Безмолвия.

Что в первую очередь предпринимают те, кто приходит к власти? Производят реформы языка. Это хорошо известно из истории. Еще на свежей памяти гнетущее явление чудовищного советского новояза с вождем – генеральным языковедом во главе.

«Сумевший оживить символы, владеет умами». – Выразился однажды Альфред Кожибский и с математической меткостью попал в точку.

Вожди и шаманы понимают это интуитивно. Ведь, в сущности, перевороты сначала происходят в языке, потом свершаются в сознании и уж затем вершатся в социуме.

Создатель привел к Адаму животных, чтобы тот назвал их, дал им имена – тем самым Господь даровал Первочеловеку свободу и власть.

Первочеловек обрел дар речи и уподобился Богу, ибо теперь стал сопричастен Логосу, изначальному и всеначальному Слову, сотворившему мир.

Следовательно, язык являет собой воплощение и выражение чистого творчества как такового.

И по сей день мы творим – всякий раз, когда произносим слова. Мы создаем свои тексты и плетем ткань своей судьбы.

Фразу на счет сплетения словес и плетения судьбы следует понимать буквально. Это не метафора. Дабы убедиться в правомерности сказанного, сверимся со словарем.

Понятие **текст** происходит от латинского **Texo** (которое, в свою очередь, восходит к протоязыковым индоевропейским семантемам: **t’euk** – вести, **teks** – изготовлять, **teik** – предначертание) – 1). Ткать, 2). Строить, сооружать, изготовлять, 3). Составлять, слагать, сочинять, 4). Вплетать, переплетать, сочетать. Из приведенного глагола образуется ряд значений:

**Textus** – 1). Сплетение, 2). Строение, структура, 3). Ткань, 4). Связь, связное изложение.

**Textor** – ткач.

**Textrinum** – 1). Ткацкая мастерская, 2). Ткацкое искусство, ткачество.

**Textum** – 1). Ткань, 2). Связь, соединение, строение, 3). Слог, стиль.

Таким образом, выясняется, что любой из нас вполне оправданно может сказать про себя: «Я – текстор, жизнь моя – текстум, душа моя – текстринум».

**Глава 2. Глубинная речь и вирусы.**

Данный подход предполагает любые психические процессы рассматривать, прежде всего, как информационные, что является наиболее удобным для построения модели, способной обеспечить и оказать системное воздействие на организм. Подобная трактовка неизбежно приводит нас к необходимости изучения и введения в арсенал психопрактических методов таких понятий как:

**КОД, ПРОГРАММА, СИМВОЛ, ЗНАК, ЭНЕРГИЯ, ИНФОРМАЦИЯ.**

Ибо то, что скрывается за этими терминами, представляет собой проявления механизмов, лежащих в основе человеческой деятельности.

**КОД -**  Система условных обозначений, названий, сигналов, применяемых для передачи, обработки, хранения различной информации.

**КОДИРОВАНИЕ -** преобразование сообщение в код. Иными словами - это формирование представления информации, то есть переход от исходного представления к представлению, удобному для хранения, передачи или обработки.

**ИНФОРМАЦИЯ -** содержание сообщения и также сведения, содержащиеся в сообщении.

**Основные свойства информации:**

**1). Символичность -** информация всегда проявляется в определенных символических структурах, без которых ее представить немыслимо.

**2). Многомерность -** такое качество, которое использует не только расположение информации на плоскости или в пространстве (рисунки, схемы), но и множественность признаков используемых символов - информацию могут нести не только значения букв и цифр, но и их цвет, размер, вид шрифта и т.д.

**СИМВОЛ -** отличительный знак, образ, предмет, действие, служащие условным воплощением какой-либо идеи, понятия, образа.

**Главная черта символа -** Условность. В этом смысле он является неким *намеком* на то, что находится *сверх* или *за* чувственно воспринимаемой очевидностью.

Повседневная жизнь человека наполнена символами, которые, так или иначе, воздействуют на него (напоминают, разрешают, запрещают, покоряют, подчиняют, стимулируют, подавляют, гипнотизируют).

По сути дела *все можно считать только символом, за которым скрыто нечто другое.*

**СИГНАЛ -** физический процесс (явление), имеющий информационное значение, установленное принятым соглашением, условный знак, несущий сообщение о каком-либо событии.

**Отличительная особенность сигнала -** он заметно выделяется среди других сенсорных раздражителей.

Если это звук, то он должен быть громким или резким, или отличным от общего шумового фона, свет - ярким, специфическим по цвету, или мигающим.

По физической природе среди сигналов различаются: механические (движение, давление), тепловые, световые, электрические, акустические.

**ЗНАК -** чувственно воспринимаемый предмет (явление, действие), выступающий как представитель другого предмета, свойства или отношения.

**Значение знака -** представление, возникшее в сознании благодаря знаку.

**Значение -** важность, роль предмета, явления.

**ПРОГРАММА -** план намеченной деятельности, предписание.

**ПРОГРАММИРОВАНИЕ -** составление программы, определенной последовательности действий.

**ЭНЕРГИЯ -** способность какого-либо тела, вещества и *т.п.* производить какую-либо работу или быть источником той силы, которая может производить работу.

**УНИВЕРСАЛЬНО-ПРЕДМЕТНЫЙ КОД (УПК) -** сложная иерархическая внутрипсихическая кодовая система.

Для того чтобы легче понять ее и осмыслить, рассмотрим некоторые положения, отражающие закономерности процессов восприятия, хранения и утилизации информации.

- Процесс мышления есть внутренняя речь.

- Однако существует разница между мысленным проговариванием и процессом внутренней речи.

- Для внутренней речи характерна не словесная структура, а какая-то иная.

- Процесс внутренней речи опирается на специальные кодовые структуры.

- Этот внутренний код есть УПК.

- Образы хранятся в нашей памяти посредством иерархических структур.

- Верхний уровень (тот, который ближе всего к сознанию) содержит в себе образы, связанные с понятиями.

- Глубинный уровень хранит предельно конкретные образы.

- Между уровнями имеются связи, позволяющие переходить от конкретных образов к обобщениям и наоборот.

- "Универсальный" в УПК означает - наднациональный, не зависящий от специфики конкретного языка характер образов и связей между ними.

- Знаки языка в речи - поверхностная структура.

- Глубинная структура - связана с УПК.

- Единый источник всех программ, обусловливающих поведение и состояние человека, есть УПК.

**ПОЛЕ -** пространство, в пределах которого проявляется действие каких-нибудь сил.

Теперь нам остается выяснить, каким образом происходит взаимодействие в психоэнергетической информационной сети.

Для этого исследуем ее структуру, что представляется вполне обоснованным, ибо всякое моделирование возможно только при наличии таковой. Действительно, какова же иерархия психического аппарата человека? Рассмотрим условные уровни, каждый из которых представлен в соответствии с той функцией, которую выражает.

**Уровни психической организации и их содержание. 1. Декларативный -** соответствует тому, что личность провозглашает, какую позицию занимает, какие идеалы объявляет своими, что одобряет и защищает, против чего протестует.

**2. Поведенческий -** отражает реальное поведение, способы реагирования в экстремальных и обыденных условиях, способы реагирования на ту или иную ситуацию.

**3. Мотивационный -** определяется истинными целями, системой ценностей, проявляется в объяснении тех или иных поступков, совершаемых данной личностью.

**4. Бессознательный -** включает в себя преобладающие потребности, необъяснимые мотивациии побуждения душевной деятельности.

**5. Причинный -** его еще можно назвать органическим, программным или метапсихическим. Содержит в себе наследственные влияния, воздействия, полученные на самых ранних этапах развития. Его материал практически недоступен не только психологическому описанию, но и психоаналитическому зондированию. Но именно этот пласт представляет собой источник тех программ, которые обусловливают поведение человека в реальности повседневного мира. В этом смысле его можно рассматривать как УПК.

Рассмотрим схему, отражающую динамические процессы, происходящие в представленной иерархии. По сути дела здесь нет ничего сложного. Если схему разрешить принципиально, то получится следующее:

Программа кодируется в поведение (симптом) посредством образов..

Каждый из образов - символ, знак.

С другой стороны любой образ есть концентрация энергии, ее напряженный одновременно и носитель, и заряд - потому что **как только действие, соответствующее образу, начинает совершаться, образ исчезает.** Например, если вы испытываете желание сексуальной близости, то образ желанного объекта буквально преследует вас. Но когда дело доходит до дела, образ тускнеет и полностью пропадает. Это - принцип Имагоэнергетической модели, согласно которому **образ разряжается в действие. Если же он в действие не переходит, то так и остается образом, только еще более напряженным и довлеющим. При этом он может переместиться в зону, недоступную осознаванию, но его давление и влияние при этом не прекращаются.** Так, например, появляются причины для возникновения всякого рода навязчивостей, или одержимого поведения. Любая навязчивость - это не разряженный в действие образ.

Действие же - ничто иное, как аспект поведения.

Возникает цепочка: *Программа - Образ - Поведение.*

Все, действительно, просто.

Что же такое вирус? Разумеется, это понятие несет в себе несколько более расширенный смысл по сравнению с тем, с чем мы привыкли бороться, когда подхватываем грипп. Однако речь идет не только о возбудителях инфекций, когда приходится говорить о вирусах. Тому примером служит проблема, нередко озадачивающая программистов - компьютерный вирус, и хотя он не только не является чужеродным ДНК, но и вообще невещественен, действие его, тем не менее, вполне реально и достаточно ощутимо.

Почему бы в таком случае не допустить существование **психических вирусов**? Полагаю, что это обоснованно и правомерно, но тут же следует оговориться, коль мы идем на подобное допущение, что и у биологических, и у компьютерных, и у психических вирусов должно быть нечто общее, одна суть, если мы явления их разных областей жизни обобщаем в одно понятие. Значит, последнему, по крайней мере, следует быть универсальным.

Посмотрим, что общего между биологическим вирусом, который является белковым телом и нематериальным компьютерным вирусом. И там и там мы наблюдаем присутствие чужеродного агента. Далее: это присутствие обусловлено его внедрением, вторжением. Затем: поведение этого чужеродного элемента агрессивно. И в конце-концов, его действия направлены на деформацию системы, в первом случае - клетки, путем впрыскивания своей ДНК, во втором - программы, путем впрыскивания новой программы.

Таким образом, выходит, что:

**Вирус - это элемент системы, чья агрессивность превышает уровень агрессивности остальных элементов системы.**

Система может быть:

- Биологической

- Компьютерной

- Психической

- Социальной.

А вирусом соответственно:

- Микроб

- Программа

- Идея, мысль, чувство

- Образ.

Постольку поскольку в первую очередь нас интересуют процессы, происходящие в информационно-энергетической сети психической системы, то соответственно проявим более пристальное внимание к ее вирусам.

Итак, мы убедились, что **психический вирус реален, а не метафоричен!** Он живет своей самостоятельной жизнью, и его существование обусловлено определенными законами и закономерностями. Каковы же форма и способ его функционирования? Мы их уже определили:

**Психический вирус - это не перешедший в действие образ.**

При том, что такой образ может являть собой совершенно причудливую и непривычную форму - например, некую геометрическую фигуру или вообще цветовое пятно. Да суть и не в форме, хотя и в форме тоже, ведь форма - это всего лишь на всего и в то же время, прежде всего - код.

Другое дело, что через образ мы можем выйти непосредственно на программу и более того - воздействовать на нее.

Психический вирус существует в форме образа, недоступного сознанию.

Этот образ является результатом внедрения в психоэнергетическую систему определенного агрессивного элемента, которым может явиться некая идея, или слово, или чей-то поступок, или текст - в общем, все то, что оказало на субъекта свое направленное влияние. Такое влияние стало частью человека, в которого проникло, но частью обособленной и чужеродной, хотя иногда и может возникать иллюзия, будто новое состояние индивида обусловлено его какими-то личностными мотивами. В гипнологии, например, известен факт, когда люди, получившие внушение в трансе, совершают определенное действие по выходе из гипноза и, выполнив его, объясняют свой поступок как результат пусть не совсем понятных, быть может, даже и странных, но собственных побуждений.

В нашей обыденной жизни ситуации и состояния, которые моделируются экспериментальным гипнозом, встречаются весьма часто. По нескольку раз в день и ежедневно мы попадаем в трансовое состояние, или так называемый гипноид. В этот момент наше поведение мало чем отличается от обыденного - оно продолжает существовать лишь за счет автоматизированных, рефлекторных навыков, в то время как активное восприятие действительности значительно сужается. Возникает феномен "тоннельного" сознания. Чтобы убедиться в этом, достаточно понаблюдать за женщинами в магазине, увлеченными выбором себе одежды.

Это означает возможность проникновения какой-то части из того великого множества потоков различных влияний, которые пронизывают окружающее пространство, в подсознание человека.

Какие-то влияния гасятся, нейтрализуются или перерабатываются в иной вид энергии, скажем в импульс нервно-мышечного разряда.

Но иные воздействия - или те, которые заданно сфокусированы и специально направлены на субъекта, или такие, которые для него могут оказаться подспудно актуальными, преобразуются в символический код. И если этот код содержит в себе информацию потаенную, разрушительную, то он безусловно являет собой присутствие вируса - наиболее агрессивного и чужеродного элемента системы.

Последовательность распространения такого влияния может быть описана следующим алгоритмом:

1. Сообщение от источника преобразуется (кодируется) в информацию (символические структуры).

2. Совокупность этих знаков (символов) посредством канала связи (текст, речь, энергия) переносится к предполагаемому объекту восприятия.

3. Направленная информация сенсорно или субсенсорно проникает в систему восприятия, которая может быть представлена или в качестве неких психоэнергетических структур, либо неких нейронных цепей объекта воздействия.

4. Информация вступает во взаимодействие с этими структурами и далее возможны варианты:

а) Преобразуется в нейтральную энергию физиологических процессов

б) Заново кодируется в символ.

В первом случае организм отторгает эту информацию и обезвреживает ее.

Второй же случай предполагает наличие в системе восприятия субъекта хоть какого-то элемента, созвучного, комплиментарного посылаемому сообщению, и тогда вся система в целом усваивает ее путем переработки и хранения.

Данные положения выводят нас на весьма важные следствия, которые, по сути, являются развитием уже упомянутого тезиса о том, что невозможно воздействовать на то, чего нет.

**Воздействующее влияние и кодирование его в четкую программу возможно в том только случае, если объект воздействия уже содержит в себе хоть какой-то элемент, готовый воспринять и принять это влияние в качестве программирующего агента.**

**И наоборот, если система восприятия объекта воздействия нейтральна по отношению к направленному на него влиянию, то она отторгается, а потому не усваивается и не программируется.**

В качестве иллюстрации этой идеи может послужить пример с сектами.

Сейчас много пишут и говорят о зомбировании и обращении многих молодых людей в сомнительные культовые вероисповедания, обвиняя при этом лидеров этих организаций, всевозможных проповедников и гуру.

Психическая обработка потенциальной паствы действительно идет мощная и серьезная. Но при этом на себя обращает внимание факт, что далеко не все посетившие проповедь или первую лекцию вовлечения изъявляют желание пополнить ряды нового духовного течения или сделаться поклонниками очередного учения высшей истины. Достаточно большое количество людей, соприкоснувшись с такой информацией, оставляют ее в своей памяти в лучшем случае как нечто забавное и позволившее скоротать вечер. Часть же остается и посвящает себя служению. Почему так происходит?

Потому что между первой и второй группой есть разница. И заключается она в подспудном, неосознаваемом желании вторых, чтобы их зомбировали. Это люди скрытой мазохистической ориентации, в то время как "отцы", "святые", "духопроводники" и прочие предводители и носители «светозарных озарений» несут в себе склонность, явную или подавленную, к садизму. И в конце концов наступает ситуация, подобная той, что описал Э. Берн: "Мужчина, который жаждет, чтобы на него наступали высокими каблучками, рано или поздно встречает женщину, которая всю жизнь спит и грезит, на кого бы наступить каблучком".

Потому, прежде чем в однозначном порядке изливать возмущение на духовных зазывал, имеет смысл проанализировать и тех, кто на эти призывы охотно откликается. По сути дела специфика подобных взаимодействий ничем не отличается от той, что существует и в рекламе, где потребителя со всех сторон обстреливают самыми различными информационными влияниями, но право выбора в конечном итоге остается за потребителем. Наверное, прав был Шекспир в том, что "успех слова зависит не столько от уст говорящего, сколько от уха слушающего". Хотя, конечно, и опытный говорящий стоит многого.

**Нейтрализация психического вируса.** Однако, возвращаясь к непосредственной теме данного раздела, обратимся к технике, способствующей нейтрализации того, что все-таки проникло в психоэнергетическую систему и стало ее рабочим, хотя и чужеродным элементом.

Здесь я привожу описание процесса, который применяю к пациентам с подобными проблемами.

(1) "Закройте глаза.

Всякий раз, когда человек закрывает глаза, перед его внутренним взором возникает нечто такое, что воспринимается как фон.

Этот фон может быть темным, почти черным, или же разноцветным, или наполненным различными образами - не имеет значения, потому что его состояние зависит от состояния личности в данный момент.

Ничего не делайте. Не создавайте никаких ожиданий и никаких установок. Позвольте своему организму пребывать в пассивном, созерцательном состоянии. И только лишь наблюдайте за тем, что происходит... или не происходит.

И начните наблюдение с исследования своего фона. Определите, какого он цвета, какова его глубина, то есть насколько он воспринимается как плоскость или же как некое пространство, какова его фактура, то есть насколько он воспринимается как нечто плотное или же разреженное.

И само по себе такое наблюдение, когда фокус внимания фиксирован на фоне и означает погружение сознания в таинственную реальность вашего внутреннего пространства.

Просто осознайте, что глаза наши никогда не бывают закрытыми. Даже в том случае, если опущены веки, глаза все равно остаются открыты, только взгляд направляется при этом не наружу, а вовнутрь.

И вы можете теперь понять, что и сейчас вы смотрите и видите, так как поле вашего восприятия сохраняется. А это и есть психоэнергетическое поле - участок воспринимаемого при опущенных веках пространства, на котором проявляются образы.

Всматривайтесь в расслаивающееся мерцание фона, осознавая, что он и является тем тоннелем, который соединяет сознание и подсознание. В сознании - слова, в подсознании - образы.

Теперь подумайте, каким словом вы могли бы обозначить актуальную проблему - ту, которая беспокоит вас больше всего».

Обычно на это уходит немного времени, и пациент благополучно справляется с подобным заданием, формулируя в одном слове или тревожащую его ситуацию, или состояние, котороу воспринимается им как неблагополучное.

(2) "А сейчас, продолжая всматриваться в свое психоэнергетическое поле, отчетливо и ясно повторяйте это слово до тех пор, пока из глубины фона не проявится какой-либо образ - или в виде цветового пятна или в форме некой геометрической фигуры - он проявится достаточно явственно".

Пациент выполняет эту инструкцию, после чего мы переходим к следующему этапу.

(3) "Сделайте три глубоких вдоха - выдоха.

Если сейчас этот образ не исчез и стойко удерживается в поле восприятия, значит это то, что является вирусом.

Теперь вы знаете, что на самом деле являлось причиной того, что вы обозначали словом "..."

Смотрите на него отрешенно, отстраненно, созерцательно. Воспринимайте его только как форму. Раз он проявился в вашем восприятии и осознании, он потерял свою силу. Вам остается лишь внимательно следить за ним и наблюдать, как он исчезает. Однако, сами не форсируйте процесс, не прикладывайте никаких усилий, оставаясь в нейтральном, невовлеченном состоянии".

После того, как пациент сообщает об окончании процедуры, мы проводим контрольную проверку, возвращаясь к этапу (2). Если выявленный образ возникает снова, то это означает, что его нейтрализация прошла неокончательно, и мы повторяем процесс до тех пор, пока образ не перестает проявляться.

**Глава 3.**

**Три истории.**

**История 1. Я лгу.**

Наглядным доказательством неполноты самой системы логики, ее ограниченности и неспособности в достаточной мере описать себя самое и разрешить собственные противоречия, является знаменитый **Парадокс Лжеца,** который в свое время произвел настоящий фурор в философском мире и оказался одной из настоящих драм идей без всякого преувеличения. Некто Филет Косский даже покончил с собой, отчаявшись разрешить его. Диодор Кронос дал себе обет не принимать пищу до тех пор, пока не найдет решение этого парадокса. Мыслитель умер голодным.

В кратчайшем варианте этот парадокс произносится в одной фразе: "Я лгу", или "Это высказывание ложно". Но если высказывание ложно, то я говорю правду и, значит, сказанное мною не является ложью. Если же высказывание не является ложным, а я утверждаю, что оно ложно, то мое высказывание ложно. Оказывается, что если я лгу, то говорю правду и наоборот.

Традиционная формулировка парадокса гласит: *Если лгущий говорит, что он лжет, то он одновременно лжет и говорит правду.*

Существует и другой вариант: "Сказанное Платоном - ложно, - говорит Сократ.- То, что сказал Сократ, Истина, - говорит Платон".

Вариацию на эту же тему подарил нам загадочный Ф.И.Тютчев, сокровенно выдохнув: "Мысль изреченная есть ложь". В таком случае это высказывание (то есть *мысль изреченная*) - истинно или ложно? Если оно истинно, то мы не должны верить ему, ибо всякое высказывание есть "мысль изреченная", которая всегда есть "ложь". Если же оно ложно, то мы можем принять его и поверить ему, так как оно об этом и говорит. Получается следующее: если данное высказывание истинно, то оно ложно, если же ложно, то - истинно.

Очевидно, что средствами логики и логического языка этот парадокс неразрешим, на что указывает и наша теорема: Невозможно дать описание решения парадокса внутри системы, используя возможности этой системы. Однако, решение возможно, если мы воспользуемся 3-им следствием Теоремы Неполноты - необходимостью применения метасистемы и метаязыка. Такой метасистемой может стать диалектика, в частности, один из ее законов о взаимодействии и единстве противоположностей. Любая вещь, процесс, событие несет в себе как утверждение, так и отрицание. Вспомним китайскую натурфилософию, которая утверждает, что "Все - есть взаимодействие Инь и Ян. Когда Ян достигает своего максимума, оно переходит в Инь и наоборот". Именно в разгаре лета зарождается зима, и в разгаре зимы зарождается лето. С этой точки зрения никакое высказывание не может быть абсолютно ложным и абсолютно правдивым, хотя бы в силу того, что, во-первых, ничего абсолютного нет (данное высказывание тоже не абсолютно), а, во-вторых, нам неизвестны достоверные критерии ложного и правдивого. Поэтому, когда я заявляю, что "Я лгу" - я одновременно и лгу и говорю правду! Я лгу в том смысле, что мое описание мира не может быть равно самому миру точно также как никакая картина, никакая фотография природы не может адекватно соответствовать самой природе. И я говорю правду - потому что с помощью слов я конструирую некий мир, некую реальность, полностью адекватную самой себе.

**История 2. Гуссерль и феноменология.**

Действительный мир действительно существует. Но существует он по ту сторону нашего сознания. И потому наши познания о действительном мире, мягко говоря, недостоверны. Ибо наши познания лежат в пределах нашего сознания, по отношению к которому, как уже было сказано, действительный мир является потусторонним.

Таков посыл учения немецкого философа и математика Эдмунда Гуссерля (1859 – 1938) – феноменологии. Дословно данное понятие означает «учение о являющемся, кажущемся», «учение о показывающем себя».

Здесь мы вправе сделать резонное уточнение. То, что показывает себя, то есть – кажется, является ли являющимся, если под последним понимать существующее – пребывающее в бытии? Проще говоря, нуждается ли то, что есть в том, чтобы казаться? «Быть или казаться»?

Загадочный мыслитель вкрадчиво заявляет – сознание обнаруживается всегда как «сознание о чем-то». Такое его свойство основателем феноменологии было названо интенциональностью – стремлением быть направленным на что-то и конструирующим что-то.

Таким образом, получается, что каждый акт сознания, прпежде всего, озабочен тем, чтобы с самого начала дать всему воспринимаемому обозначение, название, определение. Поэтому изначальной функцией сознания является функция толковательная. Сознание не знает, а толкует. И поскольку оно, в первую очередь, занимается определениями, то тем самым, устанавливает пределы. Разве не явствует из прямого корня слова, что определение – это ничто иное, как обозначение, установление предела? Сравним: оПРЕДЕЛение – ПРЕДЕЛ.

Следовательно, сознание не проникает в мир и не познает его, а сочиняет собственные конструкты. И в данном своем действе оно отождествляется с бытием. Наше сознание – это наше бытие. И наоборот. Получается, что наше бытие – мыслимое, и соответственно, мыслящее.

Представитель строгой научной парадигмы «объективного знания» может, однако, возразить тем, что имеет дело с точными научными приборами, беспристрастно фиксирующими факты. Но «фактов» для прибора не существует! Они существуют только для наблюдателя и, стало быть, присутствуют лишь в его голове. Никакое техническое устройство само по себе ровным счетом ничего не стоит без того, кто его обслуживает. И, так или иначе, цепочка замыкается на субъективном. Нет объекта без субъекта.

Поэтому подобный позитивистский образ мышления, по мнению Гуссерля, не имеет никаких оснований для того, чтобы называться исследующим реальность. И он развивает свою методику наблюдения, которая воздерживается от всякого рода утверждений и суждений касательно «действительности», уклоняется от категоричных интерпретаций и устойчивых определений. Такое воздержание – *эпохе’* (от греческого epoche – остановка) не отрицает сам мир и существование наличествующей реальности, но как бы “заключает в скобки” наше представление о реальности, переставая полагать его тождественным истине.

Сам же процесс подобного исключения предварительных суждений в отношении мира вещей, который приводит к эпохе, он называет *феноменологической редукцией*.

Такая редукция позволяет нам быть беспристрастными, непредубежденными и непривязанными к собственным оценкам, которые по сути своей, иллюзорны, и позволяет применить то, что Гуссерль называет “созерцанием сущностей”.

Практика созерцания сущностей неизбежно приводит к видению чистых феноменов и явлений такими, каковы они есть на самом деле и возвращают нас к до-рациональной области чистого созерцания, опыт которого каждый из нас несет в себе со времен младенчества.

***Опорные понятия феноменологии.***

*Интенциональность сознания –* направленность сознания на что-то и его склонность к конструированию понятий.

*Эпохе’ –* прерывание и остановка внутреннего диалога.

*Феноменологическая редукция –* исключение суждений в процессе описания мира.

***Упражнения.***

1. Выберите первый предмет, попавший в поле вашего зрения. На какое-то время умышленно “забудьте” его название, предназначение, функцию. Просто смотрите на него, будто видите его в первый раз. Параллельно наблюдайте за своим воспристием, чувсвами и ощущениями. Возможно, вскоре вы испытаете переживание измененного сознания и в нем обнаружите непривычную для себя реальность. Это может означать прорыв в чистое “созерцание сущностей”.

2. Проведите аналогичный эксперимент, теперь задействуя слуховой анализатор. Сконцентрируйтесь на каком-либо звуку и только слушайте. Не проводите никаких ассоциаций, а если таковые возникают, мягко ускользайте от них. Сводите на нет склонность вашего ума к фантазированию и игре воображения.

3. Следующий опыт касается сферы ощущений. Возьмите в руку любой предмет, который под эту самую руку попадется. Тщательно ощупайте его, сосредоточив внимание лишь на пальцах. Ни в коем разе не вовлекайтесь в игру «на что это похоже» или « что это мне напоминает». Тогда вы плавно перейдете в состояние «созарцания сущностей».

4. После освоения предыдущих аспектов вы можете с легкостью приступить к исследованию человека, применяя сходные способы. ваши постижения и открытия могут превзойти всякие ожидания.

**История 3. Серф и волапюк-терапия.**

Джорж Серф (1883 – 1979), профессор лингвистики, в конце концов, оставил преподавание в университете и занялся частной психотерапевтической практикой, которой дал название *волапюк–терапия* (производя термин от английского world speak – мир говорит). До этого он вел семинары по интерлингвистике и самозабвенно занимался изобретением собственных языков. Но однажды одна из его бывших студенток попала в психиатрическую клинику с приступом психотического расстройства. Наряду с остальными симптомами, у пациентки присутствовали непонятные для врачей словесные новообразования, характерные для шизофренического процесса. Как-то ее навестил Серф и завел с ней разговор на одном из своих искусственных языков. Лечащие врачи заметили, что подобная тактика привела к неожиданному терапевтическому эффекту. Ее состояние стало заметно улучшаться. Через некоторое время пациентка поправилась, и ее выписали, после чего ее жизненный путь изменился. Она вернулась к своему учителю и стала принимать активное участие в его интерлингвистических штудиях. Они сформировали группу студентов, которые собирались для того, чтобы поговорить на непонятных, только что изобретенных языках. Помимо радостного удовольствия, от подобных занятий они получали и существенную психологическую помощь. Вскоре практика и метод Джорджа Серфа приобрели широкую известность.

***Основные положения теории.***

Родной язык – язык обыденный, рутинный. Все беды и несчастья происходят именно на этом языке.

Обилие неологизмов при шизофреническом расстройстве есть ничто иное, как активизация компенсаторных механизмов самоисцеления. «Болезнь сама проделывает над языком ту работу, которую каждому следовало бы проделывать в норме. Мы передаем наши компенсаторные языковые возможности болезни, в то время как задача заключается в том, чтобы этими возможностями овладеть». – Писал Джордж Серф.

Он также обратил внимание на богатое и бурное словотворчество маленьких детей. И такое явление было им расценено не только как проявление познавательного инстинкта, но и как своеобразная аутопсихотерапия. Серф полагал, что «словесные новообразования на самом деле создаются под давлением чувств, ищущих выхода наружу».

По его мнению, на общепринятом языке возможно только поверхностное условное общение – на самом деле, отчужденное и болезненное. Над индивидумом довлеет социальный диктат языка. И социальная «дрессировка» есть, прежде всего, «дрессировка» вербальная, языковая. Общепринятым становится язык телевидения и журналов – стерилизованный, выхолощенный, стандартный, «пластиковый», механический, мертвый и отчужденный, где все чаще появляются машины говорения – спикеры, воспроизводящие заранее сделанные заготовки, напоминая собой часы, откуда постоянно раздается монотонное «ку-ку».

И один из путей освобождения – возвращение к неоформленной детскости языка, к изначальному, исконному словотворчеству – словотворению-гулению, построенному на фонетических играх и аллитерациях.

Педиатры полагают, что гуление совершается «между языком и молоком», когда младенец пережевывает слоги, получая от этого фонетическое наслаждение. Тем самым первое магическое удовольствие ребенка связано с возможностью услышать, как он сам бормочет. В сущности, это и есть праязык – «языковой карнавал творчества в языке».

Такая речевая феерия, близкая к адамическому праязыку младенца, присутствует и в творчестве великих поэтов. Ни один из них не пишет на своем родном языке, но переводит самого себя, переходя от материнского языка к языку трансгрессивному (своему собственному).

Серф цитирует известное изречение М. Хайдеггера – «язык есть дом бытия», и прибавляет: «Печальная судьба человечества распорядилась так, что все живут всю жизнь в домах, построенных не ими, часто даже не имея возможности подогнать их под себя».

Стало быть, осознанное языковое творчество можно представить как «медленное возвращение домой».

***Примечание.***

Может ли быть, на самом деле, бессмыслица бессмысленной? И насколько абсурден индивидуально изобретенный язык?

Любое слово состоит из слогов. Слог же является ядерным носителем смысла. Какие бы новоязы мы не изобретали, при их анализе мы все равно получаем в качестве конечного продукта известные и нерасщепляемые атомы предзаданных значений – слоги. Такое положение дел можно сравнить с химической реакцией, которая, при всей ее сложности, в итоге распадается до углекислоты и воды.

Матрица протоязыковых кодов, выявляющих первичные, атомарные смыслы любых звукосочетаний, приведена в соответствующем разделе данной книги.

Получается, что любой наш неологизм, на первый взгляд, самый нелепый и эксцентричный, в действительности, представляет собой рестимуляцию традиционного, примордиального, самого, что ни на есть, естественного живительного, целительного языка, к которому мы непосредственно прорываемся через собственное речевое преображение.

**Глава 4.**

**Техника расслаивания.**

Соотношение очевидного и непостижимого, понимаемого и ускользающего приводит к осознанию того факта, что психотерапевт является профессионалом, имеющим дело с человеческими фантомами.

Допустим, на прием ко мне является пациент со страхами. Он достаточно детально описывает свое состояние и вскоре мне кажется, что я начинаю его понимать. Но что-то внутри меня сопротивляется и, в конце концов, оказывается, что это что-то - ничто иное, как сомнение. Сомнение порождает целую систему цепных реакций мысли: А что, собственно, такое страх? Я пробую представить его себе, или ощутить его, но все подобные попытки оказываются неудачными. Тогда я извлекаю материал из своего прошлого опыта, вспоминая опасные или рискованные ситуации, в которых когда-то оказывался, и в какой-то степени воспроизвожу реакции, испытанные мною тогда. Однако по мере более тонкого сравнения подобных сопоставлений ко мне приходит постепенное понимание того, что наши опыты переживаний оказываются качественно различными.

К примеру, я достаточно отчетливо могу воспроизвести ощущение полета.

*По мере того как самолет набирал высоту, и я наблюдал в иллюминатор за удаляющейся землей, во мне нарастало тихое чувство сомнения в безопасности того, что мне предстоит сделать. Сердцебиение несколько участилось, и во рту я ощутил сухость. Вскоре, однако, зазвенел сигнальный звонок. Мне предстояло прыгать первым, и инструктор уже сделал жест по направлению к открытой дверце. Стараясь казаться спокойным, я подошел к зияющей дыре, куда мне через несколько секунд предстояло вывалиться с парашютом. Было прохладно, пасмурно. Сквозь сероватую пелену далеко внизу виднелась земля, разлинованная зелеными квадратиками лужаек, ниточками дорог и спичечными коробками домов - высота почти километр. Я выглянул в открытую дверцу самолета, и в этот момент меня охватило ощущение одиночества. Оно длилось всего лишь миг, потому что в следующую секунду надо было уже прыгать. Но этот миг был заполнен до предела. Одиночество новой волной накатило на меня, оттуда, из открывшейся подо мной и передо мной пропасти. Естественно, я не мог тогда сформулировать все свои мысли, да я и не мыслил - я переживал. И, когда резковатый окрик инструктора "Пошел!" вонзился в мое ухо, то почти сразу же я ощутил холодный порыв ветра и промелькнувший борт самолета в опрокинувшемся небе. Затем хлопающий звук раскрывшегося парашюта резко дернул меня, и теперь я уже плавно летел в подвешенном состоянии.*

Вначале, когда меня спрашивали о моих ощущениях, я рассказывал о чувстве страха на пороге открытого люка. Однако история с пациентом, состояние которого я не мог понять, заставила меня еще раз вспомнить о своем прыжке, и теперь я уже осознаю, почему мое восприятие оказалось неадекватным его описанию. Дело в том, что каждый из нас *пережил* разный опыт. Внезапно я обнаружил, что начал понимать нечто ценное для себя - страх, как и любой другой аффект, нельзя почувствовать, его нельзя ощутить, его можно только *пережить.* Возвращаясь к своему небольшому приключению, я обнаружил, что испытанное мною тогда переживание в пиковый момент не являлось переживанием страха. Это было переживание одиночества. Быть может, тоже самое испытывает и младенец, появляющийся на свет? Салон самолета мог легко ассоциироваться с материнской утробой, где чувствуешь себя в полной безопасности и знаешь, что о твоем существовании заботятся. Но по мере того, как самолет приближается к определенной высоте, нарастает внутренняя тревожность - также как она нарастает в эмоциональной жизни плода, который предчувствует, что вскоре ему придется покинуть это теплое и уютное место. Звонок, приглашающий к прыжку символически связывается с сигналом, возвещающим о приближении родовых схваток и, наконец, необходимость прыгать в пустоту может напомнить о другой необходимости, пережитой нами когда-то в момент рождения - раскрытый люк и простирающееся за ним чужое пространство, куда мы вынуждены выскочить.

*...Я напрягаю мышцы, тяжело отталкиваюсь, и в следующий миг пуповина троса, на котором крепился мой парашют, оказывается оторванной от меня, а я в полном одиночестве погружаюсь в новый мир, где моя безопасность зависит теперь исключительно от того, насколько правильно я в нем сориентируюсь.*

Впрочем, своими ассоциациями я не поделился с пациентом, но проведенный мною анализ собственного опыта изменил тактику психотерапевтического процесса. Ту работу, которую я проделал над самим собой, я обозначил как *технику расслаивания.* Теперь мне оставалось только перенести ее на другого человека.

Сущность метода заключается в том, чтобы отделить *обозначения переживания* от самого *переживания.*

Например, кто-то может рассказать, что в какой-то момент почувствовал страх. Техника расслаивания начинается с сопоставления того состояния, в котором оказался субъект и того понятия, которым он обозначил данное состояние.

С этой целью мы требуем все более и более детального описания пережитого опыта - до тех пор, пока пациент не начнет вводить другие обозначения в своем рассказе.

 Как только мы услышим от него новые слова, эпитеты или метафоры, мы можем предполагать процесс внутренней трансформации. Это означает, что он неосознанно подошел к своему истинному переживанию и теперь получил возможность его словесной *экстериоризации.*

Зачастую так и бывает - первое описание не соответствует изначальному переживанию и представляет собой лишь попытку квалифицировать свое состояние в соответствии с общепринятыми стандартами.

Так, например, пациент, который жалуется на страх, может на самом деле испытывать совершенно другое чувство, которое по инерции определяется им как страх.

В качестве иллюстрации привожу случай, с которого и начал эту главу.

***Стенограмма. «Одолевают страхи».***

«Пациент. Доктор, меня одолевают страхи.

Терапевт. Что вы подразумеваете под страхами?

П. Что значит - подразумеваю?

Т. Вы можете их описать, или вы всего лишь утверждаете, что они вас одолевают?

П. Описать? Г-м...Пожалуй. Я просыпаюсь утром, встаю с постели и на пол пути к туалету чувствую какое-то непонятное волнение.

Т. Пробовали ли вы сразу после того, как проснетесь идти не к туалету, а к ванной, например, или к кухне?

П. Н-нет. А причем здесь ванна или кухня?

Т. А причем здесь туалет?

П. Я просто сразу по пробуждении направляюсь в туалет. Это вполне естественно. Разве вы делаете не то же самое?

Т. Нет. Сразу по пробуждении я, прежде всего, встаю с постели и одеваю тапочки.

П. Ну-да, это, само собой, разумеется. (Делает паузу. Терапевт тоже выдерживает паузу. Пациент начинает ерзать в кресле, при этом начинает смотреть вниз и в сторону. Затем, несколько повышая интонацию, говорит). Так вы мне поможете?

Т. В чем?

П. Снять мои страхи.

Т. Как и откуда я могу снять ваши страхи, если я до сих пор еще не знаю, что у вас за страхи?

П. Но я же сказал - меня одолевают страхи.

Т. Откуда вы знаете, что это страхи? К примеру, вы только что сказали о том, как вы чувствуете какое-то непонятное волнение, когда доходите до середины пути к туалету.

П. Ну-да, волнение. А разве это не одно и то же?

Т. Я могу испытывать *какое-то непонятное волнение,* когда оказываюсь рядом с девушкой, которая мне нравится, или картиной, которая потрясает мое воображение. Разве это одно и то же, что страх?

П. Нет, но разве страх не может сопровождаться волнением?

Т. Может. Но в таком случае, что же вас беспокоит сильнее - страх или волнение?

П. Г-м, я не задумывался. Кажется, конкретно я ничего не боюсь...

Т. А в чем, по-вашему, заключается разница между страхом и "боюсь"?

П. Ну...страх - это страх...Когда мне страшно, я боюсь. По-моему это одно и тоже.

Т. Хорошо. Я, к примеру, не боюсь высоты. Но, когда я оказываюсь на большой высоте и при этом не уверен в своей безопасности, я невольно начинаю испытывать некоторый страх. Или другой случай - мне показывают какую-нибудь красивую вещь. Я любуюсь ей, но боюсь до нее дотронуться, потому что не знаю, как с ней обращаться. Я боюсь ее испортить, хотя при этом не испытываю никакого страха перед ней самой.

П. Что же я тогда, по-вашему, испытываю?

Т. Я пока не знаю. Опишите, и мы попробуем разобраться.

П. Хорошо. Я просыпаюсь, встаю, одеваю тапочки, иду в туалет и вдруг начинаю чувствовать... что же я начинаю чувствовать?

Т. Что же вы начинаете чувствовать в этот момент? Вы останавливаетесь?

П. Нет, я продолжаю идти, но с таким ощущением, будто переступаю какую-то незримую черту, за которой мое состояние сразу меняется.

Т. Какое состояние у вас было до этой черты?

П. Обычное. Я не задумывался над ним.

Т. Существует ли разница между тем состоянием, которое у вас возникает в момент перехода этой "черты" и уже за этой "чертой"?

П. Погодите, сейчас попробую вспомнить... Есть! Когда я перехожу черту, я словно ощущаю какой-то внутренний толчок... Как будто что-то во мне мгновенно меняется. А затем это ощущение притупляется. Становится как-то неуютно. Будто я сам не свой. Вроде бы ничего не произошло, и в то же время что-то начинает угнетать.

Т. Что значит - угнетать?

П. Угнетать? Настроение какое-то угнетенное.

Т. Можете ли вы его описать?

П. Это проявляется в ощущении того, что день будет тянуться бесконечно и при этом нужно делать какие-то дела, наполовину бессмысленные... (Пауза).

Т. А наполовину?

П. В каком смысле?

Т. Вы сказали - наполовину бессмысленные. А наполовину?

П. (Улыбается). А наполовину, может, и осмысленные.

Т. А какая разница между бессмысленным и осмысленным?

П. Ну... бессмысленное никогда не приносит удовлетворения.

Т. А осмысленное?

П. А осмысленное приносит.

Т. Теперь давайте разберемся. *Откуда* осмысленное приносит вам удовлетворение? И каким образом оно *приносит* его вам?

П. Откуда? Я не знаю... Быть может, из меня самого?

Т. Вы меня спрашиваете?

П. Я понимаю, что ответить на этот вопрос - моя задача.

Т. Вот именно.

П. Что ж, я попытаюсь. (Пауза). (Продолжает). Иногда мне кажется, что я переполнен энергией, и в эти минуты я полностью собой доволен. Тогда я удовлетворен.

Т. Самим собой?

П. Вот именно.

Т. А иногда?

П. А иногда я чувствую себя вымотанным до предела. В таком состоянии я почти ненавижу себя.

Т. И испытываете страх перед собой?

П. (Задумавшись). Да нет.

Т. Но тогда боитесь ли вы себя?

П. Н-нет.

Т. А что же с вами происходит?

П. Просто мне хочется куда-то спрятаться.

Т. От кого?

П. Возможно, от себя самого.

Т. А куда спрятаться?

П. Не знаю. Просто спрятаться.

Т. Не за черту ли?

П. За какую черту?

Т. Ту, незримую, которая разделяет расстояние от кровати до туалета.

П. (Смеется. Ничего не отвечает).

Т. Итак?

П. Что итак?

Т. По какую сторону черты вам хотелось бы остаться?

П. Конечно, по ту, где я просто иду и ничего не испытыаю.

Т. В таком случае можете ли вы не доходя черты повернуть обратно, а затем начать все сначала?

П. Я попробую.

Т. Но чувствуете ли вы, что готовы к этому?

П. Думаю, что да.

Т. Теперь вы можете прийти ко мне через неделю и сообщить о своих результатах.

(Неделю спустя).

Т. Какие у вас теперь проблемы?

П. О! Доктор! Это было крайне интересно. Начнем с того, что в тот же день, как я только вышел от вас, то сразу почувствовал, что в чем-то изменился. Я не знал, в чем именно. Я просто чувствовавл это. И мне даже не пришло в голову дать название этому. Стало ли мне хорошо? Да нет, пожалуй. Поднялось настроение? Появилась надежда? Нет. Все не то. Быть может, я неправильно сделал, что не подумал, как же определить то состояние?

Т. Нет, вполне правильно. Просто опишите его.

П. Попробую. Я вышел из кабинета, покинул здание, где вы принимаете и направился к метро. Я шел и пытался разобраться в смысле нашей беседы. Я воспроизводил ее от начала до конца, вспоминая наиболее значимые для меня эпизоды. Но в это же время где-то на краю моего сознания *вертелась идея черты.* И я, скорее всего, ощущал ее, чем думал о ней.

Т. Что ощущали - идею или саму черту?

П. Точнее всего это можно было обозначить...

Т. (Перебивая). Ненадо обозначать. Только описывайте. Это крайне важно - то, что вы сейчас рассказываете.

П. Я ощущал, как эта идея, *почти на грани образа* то отдалялась и почти исчезала, то становилась более гибкой и внедрялась в мои мысли, впрочем, не слишком назойливо. Я потерял ощущение времени...

Т. Стоп. Вы потеряли ощущение времени или просто не думали о нем?

П. Просто не думал.

Т. Вы понимаете, почему я внес это уточнение?

П. Конечно, да. Если бы я потерял ощущение времени, то находился бы в состоянии транса. Когда же я просто не думал о нем - это значит, что я просто не думал о нем. Как я не думаю о своих ботинках, когда иду. Правильно я понял?

Т. Да. Продолжайте.

П. Итак, я упомянул про время лишь потому, что заметил изменения в своем состоянии только тогда, когда уже подходил к метро. У метро я ощутил пустоту в голове - словно выкинул из нее какой-то напряженный груз. И дальше уже в полном спокойствии добрался до дома. Интереснее всего было то, что никаких ассоциаций с понятием или самим словом "страх" у меня не возникало. Я совершенно спокойно провел остаток дня и уже не думал о нашей с вами встрече. В одиннадцать, почувствовав сонливость, я лег спать. Проснувшись раньше обычного, впрочем, всего на десять минут, я, вдруг, испытал чувство неуверенности. Несколько минут я лежал, глядя в потолок и пытаясь разобраться в этом чувстве... Вернее, я пробовал его описать. Я не анализировал, а именно описывал. Вот что у меня получилось: "Сейчас я лежу в постели и смотрю в потолок, но между тем подспудно думаю о том, что сейчас мне предстоит вставать и одновременно я пытаюсь немного заглянуть в будущее, ожидая ответа на внутренний вопрос - что сулит мне грядущий день? Тут же я начинаю мысленно прокручивать все предполагаемые события, ожидающие меня сегодня. Эта пленка проигрывается быстро, образы нечеткие и неясные. Это, скорее всего, не картинки, а *мысли о картинках. Идея на грани образа.* Вот я отправляюсь на работу, встречаюсь с людьми... Надоело». В этот момент моя неуверенность переходит в раздражение. Я резко вскакиваю и, ни о чем не думая, направляюсь к туалету. Внутри меня что-то похожее на агрессивность и возбужденность.

Т. А что с чертой?

П. С чертой? Да, она была, но в тот момент я как бы разорвал ее, сам того не желая... И только уже на улице, когда вышел из дома, поймал себя на мысли, что ни разу все утро не подумал о страхе... Неужели у меня его и не было?

Т. Не было. Все дело заключается в следующем: Вы переживали что-то иное, но называли это страхом. И вы начали думать о том, что это страх. И вы стали думать, что это страх. И вы стали думать о страхе. И вы думали о страхе. Но *не переживали* его. А страх только тогда страх, когда его переживают. Я со своей стороны всего лишь отучил вас квалифицировать, оценивать, давать обозначения и научил описывать.

П. Что же, теперь у меня нет никаких проблем?

Т. Проблемы есть у каждого. Все дело в том, умеем ли мы их эффективно решать. Но, если вы всю неделю провели спокойно, то можно считать, что тех проблем, с которыми вы пришли, уже нет.

П. Всю неделю я провел спокойно.

Т. Почувствовали ли вы, что ваша личность в чем-то изменилась?

П. Да, определенно. Правда, я не знаю, в чем, но я чувствую это.

Т. Все в порядке. Знать необязательно, главное чувствовать».

На этом закончилась наша вторая и последняя сессия.

Весь диалог, как в первом, так и во втором случае построен на технике расслаивания. Каждый раз, когда пациент употреблял какое-нибудь слово, пытаясь им обозначить некое состояние, я предлагал ему заняться "смысловым расщеплением" этого понятия. Получилось что-то вроде игры с сюжетом на тему о расщеплении атома с той лишь только разницей, что в качестве этого атома здесь выступало значение слова. Таким образом, мы постепенно продвигались к тому опыту, который на самом деле оказывался актуальным для субъекта. Как выяснилось, у моего пациента этим опытом оказалась внутренняя агрессия, причин которой мы сейчас не затрагиваем, ибо речь идет несколько о другом.

Весьма важно отметить, кстати, что в процессе такого расслаивания личность действительно часто подвергается бессознательной трансформации. В нашей ситуации пациент, к примеру, смог нейтрализовать избыток своей агрессивности. О подобной трансформации говорят и достаточно характерные высказывания тех, кто подвергся процедуре при помощи техники расслаивания: "Я чувствую, что в моей личности произошли изменения. Я не знаю, какие, именно, но я это чувствую».

Однако описанный пример не ставит своей целью представить эту технику как способ быстрого разрешения проблемы. В данном случае это произошло именно так - практически за одну сессию. Но во многих остальных требуется время и достаточное количество сеансов. Встречаются и такие пациенты, ригидность которых столь же высока, сколь и их внутреннее сопротивление. Но, если проявить необходимое упорство, то и здесь можно добиться успеха, ибо применение подобной техники так или иначе способствует включению каскада ассоциативных реакций, что приводит к расширению контекста внутреннего осознавания и стимулирует более активный поиск средств словесного самовыражения.

Еще одним, не менее значимым, аспектом данной процедуры является *экстериоризация,* о которой упоминалось выше. Сама по себе экстериоризация способна оказывать мощное трансформирующее воздействие, механизмы которого, однако, еще не ясны и почти загадочны. Тем не менее, история изобилует примерами, демонстрирующими возможности такого воздействия - это и исповедь, и откровение первому встречному попутчику, и ведение интимных дневников.

Хотя в этом случае и следует сделать ряд оговорок. На самом деле подобные варианты исповедальной практики грешат одним недостатком - неполной откровенностью и некоторой долей артистизма. Исповедующийся с одной стороны исповедуется, а с другой стороны как бы смотрит на себя со стороны - как он при этом выглядит и достаточно ли эффектно он преподносит свои внутренние кошмары. Таковы, например, излияния Руссо, которые, несмотря на свою оголенную, доходящую до эксгибиционизма, натуралистичность, все же насквозь литературны. Мастер Руссо опоэтизировал монстра, и исповедь в устах исступленного гения превратилась в поэму. Далеко не каждый гениален, но почти каждый, кто исповедуется, поступает как и великий писатель. Зачастую кающийся кается лишь наполовину. Остальную половину он наблюдает за тем, как он это делает. Любой дневник, сколь бы интимным и тайным он не был, все равно, ведется с бессознательной оглядкой на потенциального читателя. А большинство таких владетелей дневников в глубине души даже надеются, что подобный читатель каким-нибудь образом отыщется. Все эти случаи подходят под расхожую поговорку: "Выскажись, и тебе станет легче". И здесь, безусловно, присутствует элемент экстериоризации, то есть проецирования вовне своих внутренних процессов. Действительно, можно предположить, что терапевтический эффект в данных примерах достигается за счет экстериоризации. Но также можно предположить, и это предположение более, чем очевидно, что для того, **чтобы получить облегчение, не достаточно просто высказаться - для этого необходимо *точно высказаться***, на что, в сущности, и ориентирована техника расслаивания.

**Глава 5.**

**За пределами понимания.**

**Тезис: Понимание.** "Как сердцу высказать себя? Другому как понять тебя?" - вот вопросы, способные озадачить всякого, кто хоть сколько-нибудь задумывается над тем, как мы общаемся. А задумывается над этим рано или поздно каждый здравомыслящий человек, ибо суть всякой разумной жизни - общение. Да и только ли разумной? Если хорошо задуматься, то мы заподозрим, что **общение начинается еще на доклеточном уровне и даже в неорганическом мире.** Ведь взаимодействие рибонуклеиновых кислот, молекул, атомов - ничто иное, как постоянный обмен информацией, который осуществляется посредством определенных сигналов. И, если хоть на миг прерывается этот обмен, наступает разрушение, дезорганизация, угасание, гибель. Жизнь - общение, смерть - разобщение.

И мир существует потому, что он существует в общении. Ведь само слово *общение* родственно однокоренным понятием, таким как *сообщение* и *общность.* А общность - это *Целое*, цельность, целостность.

С другой стороны всякое общение возможно при условии понимания. Даже кодоны ДНК, прежде чем соединиться друг с другом, вынуждены "понять" друг друга. Отторжение трансплантата - следствие нарушения тканевого общения, результат клеточного и молекулярного "непонимания".

Человеческий интеллект вербализовал общение, создал модель мира посредством слов и тем самым - с одной стороны разрешил ряд сложнейших проблем, а с другой... создал ряд не менее сложных и фундаментальных, одна из которых - проблема непонимания.

Слово - лишь копия предмета, и никогда не заменит сам предмет. Именно поэтому человек никогда не сможет сказать того, что чувствует или знает, или думает. В любом случае получается, что "мысль изреченная есть ложь". При таком положении дел уже не столь бессмысленным кажется разговор, подслушанный на улице:

- Я люблю тебя.

- Откуда ты это знаешь?

- Как это - знаю? Я просто люблю...

- А что значит - люблю?

И, тем не менее, мы в большинстве своем общаемся, живем, поддерживаем друг друга, но... до тех пор, пока сохраняется понимание, даже не смотря на всю затемненность наших слов.

С другой стороны, мы можем узнать человека больше или меньше, чем он сам о себе знает, но мы никогда не узнаем его *так*, как он сам о себе знает. В этом оидн из жизненных парадоксов.

Понять пациента – значит, наполовину разобраться в его проблемах.

**Стенограмма. «Девушка, любовь и суп».**

«Пришла однажды ко мне на прием девушка и посетовала на отсутствие любви в своей жизни.

Действующие лица и исполнители: Д – Девушка, Я – Я, СТ – Сюр-Терапевт (Тоже я).

Я. Для чего Вам любовь?

Д. Чтобы любить.

Я. А для чего Вам любить?

Д. Чтобы быть счастливой.

Я. А для чего Вам быть счастливой?

Д. (Слегка замялась. Затем в некоторой нерешительности). Ну… чтобы быть любимой.

Я. А для чего Вам быть любимой?

Д. Н… не знаю.

Девушка призналась в том, что не знает, чего она хочет. Такие признания довольно характерны для пациентов, если применять к ним тактику «**Базового Удара»** - Вопрос **«А для чего Вам это?»**, повторяющийся с достаточной настойчивостью, в конце концов, обнаруживает зияние невротической пустоты, маскирующейся расхожими фразами.

Стандартные фразы выражают стандарты заученного существования. Язык страдающих посетителей монотонен и стереотипен. Их жалобы, равно как и пожелания похожи на старательно вызубренные школьные предписания.

Стандарт есть носитель страдания.

Поэтому задачей 1-го Удара является крушение жесткой скованности грамматической условности, со временем неизбежно становящейся патогенной.

По большому счету любая условность потенциально патогенна. А это значит, что она патогенна реально.

Вернемся к примеру, из которого следует, что высказываемая пациентом причина его расстройства, ложна. Девушка полагала, что страдает от отсутствия любви, обретя которую она непременно себя осчастливит. Наш диалог продолжался следующим образом.

Я. Выходит, что быть любимой Вам необходимо для того, чтобы не знать (ведь Ваша последняя фраза так и прозвучала – «не знаю»). Но чего не знать?

Д. Я запуталась.

Я. В чем же именно?

Д. В Ваших вопросах.

Я. А вопрос только один – для чего Вам это? Так, что путаться, в сущности, и не в чем.

Д. Но я совсем перестала понимать, чего же мне хочется!

Я. А для чего Вам понимать то, чего Вам хочется?

Д. Чтобы разобраться в себе.

Я. А для чего Вам разбираться в себе?

Д. Чтобы перестать страдать.

Я. А для чего Вам переставать страдать?

Д. Чтобы жить счастливо.

Я. А для чего Вам жить счастливо?

Девушка пожимает плечами. Она пока еще пребывает в трансе задействованных стереотипов. Ее речевая активность вращается вокруг понятий, по существу для нее абстрактных. Но Сюр-терапевт не форсирует. Он не предлагает и, тем паче, не навязывает иных стратегий. Он только отражает. Он – зеркало.

Девушка продолжительно и вопросительно смотрит на Сюр-терапевта. Сюр-терапевт долго и вопросительно смотрит на девушку. Ее пальцы совершают мелкие хаотичные движения. Сюр-терапевт орет – Девушка слегка подпрыгивает в кресле.

СТ. Чего Вы хотите?

Д. Теперь и вовсе не знаю. (Глаза ее увлажняются).

СТ. (Шепчет, почти ласково). Чего Вы чаете, о чем мечтаете, чем озабочены?

Д. Я растеряна.

Я. Где? Когда? Кем?

Д. (В легком недоумении). Что?

Я. Где, когда и кем растеряны?

Д. Я образно выразилась.

Я. Но помощи-то хотите конкретной! Желания-то Ваши конкретны?

Д. Желания конкретны.

Я. Хорошо. Тогда чего Вы хотите именно сейчас?

Д. Именно сейчас?

Я. Да. Именно – сейчас. Обозначьте хоть одно конкретное желание, присутствующее у Вас сейчас.

Д. (С некоторым вызовом). А сейчас я есть хочу!

Я. И прекрасно. (Краткая пауза). А знаете, чего Вы хотите больше всего на свете? что является единственным предметом Ваших сокровенных вожделений и потаенных помыслов?

Д. (С интересом). Что же?

Я. Хотите, скажу?

Д. Хочу.

Я. (Изображая некоторую торжественность, и акцентируя паузы между словами). Вы… хотите… больше… всего… на свете… кушать! Вы мечтаете о вкусных и наваристых щах! Вы думали, что больше всего желали любви? Вы просто сами себя водили за нос. Вы просто думали, что хотели любви. А на самом деле Вы страстно мечтали о щах! Человек счастлив, когда его мечты сбываются. Так пойдите же и исполните свою мечту. Но только не сразу. Потомите себя немножко, потомите. Поиграйте с собой, как кошка с мышкой. Сейчас полдень. Пообещайте, что отведаете аппетитных щей не ранее трех часов. Обещаете?!

Д. (Радостно). Обещаю!

Я. Что Вы сейчас чувствуете?

Д. Кайф. Как будто марихуаны покурила».

**Антитезис: за пределами понимания.**

**Стенограмма. «В чем смысл смысла?»**

«Пациент пожаловался на мучительное чувство отсутствия смысла в его жизни. Между нами завязалась такая беседа.

- Вы ищете смысл? Вы хотите видеть жизнь свою осмысленной? Что ж, разберемся. Вот, Вы держите в руке карандаш. В чем смысл карандаша?

- Чтобы писать.

- А в чем смысл того, чтобы писать?

- Чтобы фиксировать информацию.

- А в чем смысл того, чтобы фиксировать информацию?

- Чтобы помнить ее.

- А в чем смысл того, чтобы помнить ее?

- Для того, чтобы овладеть ей.

- А в чем смысл того, чтобы овладеть ей?

- Чтобы эффективно применять ее на практике.

- А в чем смысл того, чтобы эффективно применять ее на практике?

- Ну… чтобы применять на практике.

- Это я понимаю – применять на практике. А в чем смысл этого самого применения на практике

- Гм… чтобы освоить новые навыки.

- А в чем смысл того, чтобы освоить новые навыки?

- Чтобы жизнь была более успешной.

- А в чем смысл того, чтобы жизнь была более успешной?

- Чтобы получать больше удовольствия от нее.

- А в чем смысл того, чтобы получать больше удовольствия от нее?

- Чтобы меньше страдать.

- А в чем смысл того, чтобы меньше страдать?

- Чтобы жить полноценно.

- А в чем смысл того, чтобы жить полноценно?

(После короткого замешательства радостно восклицает).

- А нет никакого смысла!

- А как же на счет его мучительных поисков?

- А уже нет никаких поисков и никаких мучений.

- Готовы ли Вы теперь принять, что все, что Вы делаете, лишено всякого смысла?

- С радостью принимаю.

- Но выходит, что и вся Ваша жизнь – полная бессмыслица?

- Еще какая! Абсолютная бессмыслица!

- И Вам не обидно?

- А в чем смысл обиды?

- Нет смысла.

- Нет смысла, а потому и не обидно.

- Выходит также и то, что все Ваши труды – это в конечном итоге, один сплошной Сизифов Труд?

- Значит, я веселый Сизиф!

- Радостно слышать. Вы на что-нибудь еще жалуетесь?

- Если я и жалуюсь, то действую бессмысленно. И если я не жалуюсь, то все равно действую бессмысленно. Зачем одну бессмыслицу менять на другую? Когда я жаловался на отсутствие смысла, то поступал бессмысленным образом. Теперь, когда я осознал и пережил, что смысла ни в чем нет, даже в этом карандаше, я просто отдаю предпочтение тому, что есть. И даже, если я сейчас пожалуюсь на отсутствие смысла, то жалоба моя будет скорее веселой, чем грустной. Я даже могу пожаловаться на желание пожаловаться и испытать при этом миг удовольствия. Спасибо Вам, Доктор, за полную бессмыслицу.

Мы бродим среди смутных помыслов

Цепляемся за мыльные пузыри смыслов

Иллюзионисты надувающие себя самих

Присваиваем личную значимость

Как высшую награду

Иногда впрочем продувает сквознячок Вселенной

И уносит на свалку ворох

Самых Почетных и самых Заслуженных

Они и там продолжают свою драчку

Глубоковзмыленные и важные

Кто потеряет смысл

Тот ощутит Промысел

Вот он! миг освобождения

То, что видим мы – то Невиданное,

То, что ведаем – Неизведанное,

О чем хотим поведать – Неисповедимое,

Что ведет нас? – Неведомое.

О чем наши речи? – о Неизреченном.

Нареченные именем – Безымянные…»

Что касается понимания, то оно – чистейшей воды фикция.

«Понять» другого – значит создать свою концепцию другого.

Стало быть, понимание – иллюзия.

Это - фикция сознания, предстающая как некая среднестатистическая величина, обладающая функцией достоверности.

Мы договорились, что зеленое это зеленое, черное это черное, хорошее - хорошее, плохое - плохое, подразумевая под этим договором действительность.

Стало быть, понимание *- это общепринятое описание и определенная договоренность.*

Однако, время конъюктурно, и вчерашний договор сегодня теряет силу. Кодекс человеческих значимостей постоянно модифицируется и, в конечном итоге, то, что мы называем пониманием, оказывается не более чем абстракцией.

Ум порождает химер, и понимание - одна из них.

Всякий смысл неизбежно теряет себя, как только обретается кем-нибудь.

Если я нахожу какую-то вещь, я автоматически лишаю ее самостоятельной значимсти.

Она *перестает быть собой, когда становится моей.*

Если я в чем-то нахожу смысл, я теряю суть.

Тот, ктонаходит смысл жизни, теряет саму Жизнь.

Найти смысл – значит, обрести бессмыслицу.

Ведь то, что есть - это то, что есть плюс своя противоположность.

Поэтому **то, что мы имеем - это и то, чего мы не имеем.** То, что мы умеем - это и то, чего мы не умеем.

"Быть *или* не быть" - вопрос, может, и имеющий смысл, но не имеющий значения. "Быть *и* не быть" - единственно доступная нам форма бытия.

Поэтому, когда мы говорим о том или ином понимании,мы неизбежно искажаемся и искажаем. Как раз в этот момент мы уходим от своей сущности, и конструирум некую реальность для наших проекций.

Как только понимание начинает *реально* существовать, оно перестает быть истиной.

Справедливо и следующее: всякая истина, поддающаяся описанию - уже не истина.

Истина лишь тогда истина - когда она вне области концептуализации.

А понимание – психический наркотик.

И если я понял другого – я убил другого.

Важно не понимание, а внимание.

Не понять другого, но – внять другому. Вот, что приводит к общности.

Следовательно, понимание – расщепление, внимание – единение.

**Стенограмма. «Муж скандалит, а я танцую»…**

«Посетительница (П). Муж изводит меня упреками, устраивает скандалы. Основное содержание его претензий заключается в том, что я к нему охладела и больше его не люблю. В эти минуты он делается чрезвычайно раздражительным, крикливым и устраивает пространные монологи. А меня это чрезвычайно истощает. Как мне быть?

Сюртерапевт (СТ). Любой конфликт появляется там, где возникает противоречие между желаниями партнеров.

Когда мы стремимся к одному и тому же, мы действуем как единое целое и, соответственно, переживаем это единство, не замечая нашей разделенности, которой в данный момент и не существует.

Но как только наши мотивы становятся раздельными, тут же со всей остротой дает о себе знать чувство разобщенности. И мы отделяемся друг от друга и отдаляемся, что само по себе вызывает драматические переживания, влекущие травматические душевные последствия. Где-то глубоко внутри нам начинает казаться, что мы теряем друг друга и становимся раненными, беззащитными детьми.

Потери истощают наши силы.

Потери дезорганизуют нас.

Потери делают нас беспомощными.

Потери делают нас растерянными.

Таким образом, любой конфликт приводит к невротической дезориентации.

Человек боится заблудиться – то есть потерять ориентацию – в пространстве, времени или собственной личности. Самое страшное для него – состояние дезориентации.

Заблудиться – значит сделать беззащитным собственное выживание.

Заблудиться – значит, само выживание поставить под вопрос, дезавуировать собственную полноценность.

Заблудиться – почти умереть.

Конфликт – это дезориентация.

Конфликт – это схизофрения отношений. (Греческое schiso – расщепляю, раскалываю, fren – душа. Отсюда происходит слово шизофрения, что буквально означает – «расщепление души»).

Следовательно, каждый участник конфликта – схизофреник.

Люди, когда-то считавшие себя самыми близкими, теперь обрушивают друг на друга ярость и ненависть. И эти бедные головы начинают потихоньку превращаться в мусорные бачки одной помойки.

Основное же свойство мусора – разлагаться.

Так люди спотыкаются, падают и разлагаются.

В конце концов, они перестают видеть выход, смятые собственной смутой помутненного рассудка.

А где нет выхода, там безысходность.

И где нет выхода, все ходы оказываются проигрышными.

И где нет выхода – там не продохнуть, не выдохнуть.

Бездыханные души трупно окоченевают и начинают смердеть. Душа превращается в тушу, чья тяжесть непомерно обременительна.

В кандалах скандалов душа тупеет.

Однако сколь бы далеко не зашли конфликтующие особи, инстинкт разума всегда может отыскать спасительный выход

СТ. Расскажите подробнее, как начинаются Ваши разборки?

П. О, они начинаются исподволь. Он заводится заранее, раздражается по поводу всякой мелочи. А ближе к ночи запирается вместе со мной в спальне и предлагает выяснить отношения.

СТ. Сколько длятся эти выяснения?

П. В зависимости от степени его запала. Иногда они заканчиваются далеко за полночь. Но что интересно, он после этого начинает требовать секса, в том числе и орального.

СТ. Как Вы на это реагируете?

П. Я говорю, что устала и не способна ни на какие интимные отношения. Меня действительно все эти сцены истощают, и я словно проваливаюсь в какую-то пустоту. Мне все становится безразлично. Словно какое-то оцепенение на меня нападает.

СТ. Он повышает голос во время своих монологов?

П. Скатывается на крик, а в иные моменты – вообще орет.

СТ. Так почему же Вы не скажете ему, что он уже получил свою порцию орального секса?

П. (Пауза. Легкое недоумение).

СТ. Ведь иногда, как Вы сами заметили, он орет?

П. (Утвердительно кивает). Орет.

СТ. А потом требует секса, в том числе и орального?

П. Да.

СТ. Но когда он поорал, он уже тем самым и позанимался оральным сексом.

П. (Улыбается). И то верно.

СТ. Видите ли, зачастую повышенная конфликтная готовность появляется там, где имеет место некоторое недопонимание, где возникает ситуация общения словно бы на разных языках. Непонимание людей раздражает, потому что они при этом теряют ощущение ориентации, что усиливает итак имеющуюся в наличии тревожность. Вы просто немного недопоняли друг друга в тот момент. Ваши стычки итак являются крутым сексом.

П. Но он-то требует еще и телесного секса, а я уже не могу!

СТ. Он требует в силу инерции мышления, по незнанию. Если бы он знал, что уже насытился и удовлетворился, то прекратил бы своим требования. А вскоре прекратил бы и скандалы, осознав, что ЛЮБОЙ СКАНДАЛ – ЭТО ИЗВРАЩЕННЫЙ СЕКС.

П. Но как мне себя вести при всех этих действах?

СТ. Прежде всего, отделить свои собственные желания от тех образцов поведения, которые навязываются Вам ситуацией. В тех случаях, о которых Вы рассказываете, от Вас ожидается либо покорное выслушивание, либо активное противодействие. Вы безропотно принимаете навязываемые Вам роли и держите хорошую мину при плохой игре. И Вас истощает, прежде всего, именно это. Начните вести себя так, как Вам хочется, и Вы с удивлением обнаружите перемены.

П. Но что я могу делать в два часа ночи?!

СТ. То же самое, что и в любое другое время. Время значения не имеет. Зачем Вы привязываетесь ко времени? Что это Вам дает?

П. И действительно…

СТ. Поступайте так, как Вам хочется. Делайте не то, чего от Вас ожидают, а то, чего Вам хочется. К примеру… Вы можете потанцевать в свое удоворльствие.

П. Как так?

СТ. Включите музыку и начните совершать плавные… или экспрессивные телодвижения.

П. А муж?

СТ. А что муж?

П. Как он отреагирует на это?

СТ. Если это ему покажется интереснее того, чем он занят, то присоединится к Вам. Если нет, то останется при своем. Таким образом, каждый получит удовольствие. Довольный же человек всегда миролюбив. Конфликт исчерпает себя, едва начавшись. Чего Вы еще хотите?

П. Ага, поняла.

2-я встреча.

СТ. Потанцевали?

П. Потанцевала.

СТ. И что?

П. Муж тоже стал танцевать.

СТ. А что на счет скандала?

П. Его не было.

СТ. Даже обидно как-то, да?

П. (Улыбается). Да.

СТ. В чем проблема?

П. Проблемы нет.

**Синтез: Прыжок в свободу.**

**Стенограмма. «Здесь и там».**

«Ты говоришь: «Я хочу Туда, потому что Там хорошо».

Ладно. Предположим, ты попадаешь туда и оказываешься там.

Но, оказавшись там, что ты скажешь о своем местопребывании? Ты заявишь: «Вот я и здесь».

Любое там становится здесь, как только ты попадаешь туда. Но разве утеряет при этом актуальность усвоенная тобой установка «там хорошо, а здесь не очень»? Таким образом, даже если ты попадешь в рай, ты все рано окажешься недоволен. Поначалу ты, конечно, сделаешь вид, что счастлив. Но вскоре тебе надоест скрывать свое разочарование от самого себя, и ты растерянно выдавишь «что-то не то».

Ум твой неумолимо логичен. Ты впихнул в него формулу: «Там хорошо, здесь не хорошо». И эта формула с точной безапеляционностью сработает в любом месте.

Как только «там» перестает быть «там» и становится «здесь», к твоему унынию примешивается и недоумение – «как же так»?

А вот так!

Призыв «будь здесь и сейчас» не помогает тебе, потому что ты не «здесь и сейчас». Ты – неизвестно где. И, может быть, тебя нет вовсе. Хотя где-то ты и существуешь, раз подаешь голос.

Что может помочь тебе? Обыкновенное знание топографии. Тогда начнем урок топографии. Назови мне адрес, по которому ты сейчас находишься.

- Москва, N-ский переулок, дом №, третий этаж.

- И ты наверняка можешь заявить: «Я сейчас нахожусь здесь». Верно?

- Верно.

- Представь себе, что я твой посетитель. Я уже здесь, и я интересуюсь, есть ли здесь туалет. И спрашиваю тебя об этом: «Здесь есть туалет»? И ты утвердительно отвечаешь – да, дескать, здесь есть туалет. На мой вопрос, где же он, ты показываешь рукой в неком направлении и объясняешь: «там, за коридором, налево». И мне даже не приходит в голову придраться к твоим словам – как так: туалет с одной стороны здесь, а с другой там. Потому что он и здесь и там одновременно! Здесь – в этом помещении и там – тоже в этом помещении. И мы хорошо понимаем друг друга. Во всяком случае, достаточно для того, чтобы я мог посетить данное заведение.

Ты находишься в этой комнате и видишь, что на одной из стен ее висит зеркало. Ты в это время сидишь в кресле, а зеркало располагается слева от тебя. И при этом ты вполне обоснованно можешь заявить: «Я здесь, в этом кресле, а зеркало там, на стене. Однако и зеркало, которое там – тоже здесь, в этой комнате».

Ты сейчас находишься в доме на N-ском переулке, что в центре Москвы. И окраина города по отношению к тебе располагается где-то там. Предположим, через час ты намереваешься посетить некий объект на этой самой окраине. А ежели я спрошу, собираешься ли ты перелететь океан, чтобы посетить указанный объект, ты ответишь: «нет, он здесь, в Москве.

Не становится ли ясно, что все твои ТАМ уже ЗДЕСЬ?

И куда бы ты ни шел, ты уже там.

Твой ум начинает осваиваться в лабиринтах пространства.

Границы стерлись, и ориентиры обозначили себя.

Теперь ты можешь совершить путешествие.

А шествие Пути свершается постоянно.

Посему нет ничего завершенного, ибо все совершенно.

И то, что свершилось, еще не совершилось.

Всегда – это только то, что Сейчас.

#### Все остальное – Никогда».

Довольно интенсивный опыт в психотерапии научил меня улавливать то, что обычно ускользает на традиционных сеансах - *не личность, но сущность.*

Личность накапливает стандартные описания и устойчивые определения. Сущность вовремя от них избавляется**.**

Человек, не способный в определенный момент отказаться от устойчивых определений, не может быть аутентичным и, стало быть, спонтанным.

Таким образом, акцент переносится на автономность, аутентичность и спонтанность сущности – того, что существует, а не личности – того, что лицедействует.

Переставая быть кем-то, мы становится тем, что мы есть.

С другой стороны, быть – можно только собой. Быть кем-то – значит, лицедействовать

Понимание - это форма непонимания, где обе стороны делают вид, что понимают там, где ничего не понимают. Просто этот договор в какой-то мере необходим, чтобы стимулировать свое сознание.

Сознание построило рациональные мосты, чтобы связать и подвергнуть учету те или иные явления.

Мосты существуют, но никто не ходит по ним.

Понимание вместо контакта предлагает контракт.

Поэтому, если я что-то говорю пациенту, я прошу его не стремиться к пониманию того, что я говорю и, по возможности, даже не придавать значения моим словам.

"Тогда зачем вы говорите?" - спрашивают меня.

"Чтобы вы быстрее забыли о смысле того, что здесь происходит и вообще забыли о самом понятии смысла".

"И какой в этом смысл"?

"Никакого".

"Но если я отказываюсь от смысла, что мне делать, как себя вести"?

"Откажитесь от понятия *вести* в пользу понятия *жить.* И сразу после этого откажитесь от *жить* как от понятия. Ибо любое понятие есть продукт понимания".

Таким образом, любой подобный отказ снимает с нас обязательства перед фикциями и выбрасывает нас в беспредельность внутренней свободы.

**№3. Пробка от пластиковой бутылки.**

Пришла ко мне побеседовать одна барышня. Она сильно волновалась и то и дело прихлебывала из пластьковой бутылки с водой.

Предметом ее сетований оказалась и жалоба на то, что она никак не может найти себе жизненного применения, призвания. Удерживая слезы, молодая женщина сильно печалилась по поводу того, что ей не удается самореализоваться. И с надеждой, а промежутками даже и с требовательностью, взирала на меня - что подскажу я, какой рецепт порекомендую?

А какие рекомендации могу я ей дать? Она и так прочитала множество умных и полезных книжек и выслушала изрядное количество душепопечительных советов. Дама добросовестно «чистила свою ауру», «корректировала каналы», а чакрами разве что не жонглировала. Старательная барышня. Только теперь вот плакалась и горевала, съежившись в кресле, бедняжка.

Но что же мне ей сказать, как подбодрить, какие утешения отыскать?

Пока я размышлял над поиском «верного» психотерапевтического ответа, взгляд мой коснулся ее тонких, слегка вибрирующих пальчиков, которые в тот момент уж не в первый раз отвинчивали крышечку с бутылки. Меня поразила точная выверенность ее жеста. Я на секунду, потрясенный красотой и изяществом увиденного, испытал нечто вроде легкого трансового состояния.

Она это делал мастерски! И наверняка, как никто другой. И сквозь меня прпонеслось мгновенное осознание, яркое и отчетливое, как моментальная вспышка.

- Браво! – Восторжено воскликнул я.

Барышня слегка оторопела – видимо, теперь настала ее очередь перейти в транс. Она даже слегка вздрогнула.

- Что… вы имеете в виду… почему… браво?

- Если бы в мире существовал чемпионат по отвинчиванию и завинчиванию крышечек от пластиковых бутылок, вам не было бы равных! Уверяю вас, что вам был бы обеспечен титул абсолютного чемпиона! – Радостно выкрикивал я.

- Чтоооо? – Широко раскрывая и без того обширные глаза и, учащенно моргая, протянула дама. – Какие крышечки?! – Ее взгляд чуточку, кажется, потемнел. – Вы что… смеетесь? – Не ровен час, она еще запустит в меня той самой бутылкой.

- Никоим образом! Какой там смех? Не до смеху! О если бы вы только видели, как искусно вы отвинчиваете и завинчиваете крышечку от бутылки! Вы – Мастер!

- Вы… вы… что… издеваетесь? – Первые слезинки просочились на уголки век.

- Да какое там! Я же вам сказал – никто не сможет отвинтить крышечку от бутылки с таким изяществом, артистизмом, блеском и выверенным жестом, как это делаете вы! Браво! Бис! Поздравляю. Выкиньте из головы все свои скомканные сомнения и смятения по поводу своего мифического призвания в мусорную корзину. Вы нашли свое призвание. Нечаянно и негаданно для себя. Это несомненный успех. Не только вы нашли призвание, но и призвание нашло вас. Вы отыскали друг друга. Чудо свершилось.

В следующую секунду бутылка метнулась в одну сторону, а барышня в другую. Только и отозвалась выстрелом хлопнувшая дверь. Выходит, что доктор оконфузился. Что ж, всякое бывает.

Через неделю барышня зашла ко мне в студию и, мило смущаясь, извинилась:

- Вы простите меня, что я так, без предварительного звонка. Я просто хочу вам рассказать, что со мной случилось потом. Когда я выбежала от вас, я была на вас ужасно рассержена. Я подумала тогда – вот, пришла на прием, за помощью, а получила порцию насмешки. Часа два я бродила по улицам, словно в тумане каком-то, и только злилась на вас. Ух, как же я ненавидела вас тогда! Потом я здорово захотела есть и зашла в кафе. Там я, вдруг, поймала себя на том, что с интресом наблюдаю за руками официантов, открывающих бутылки и наливающих напитки. Я неотвязно смотрела на их руки. Занятие поначалу показалось мне совершенно абсурдным, а я в своих собственных глазах представилась себе полной дурой. С другой стороны, я с удивлением обнаружила, что совершенно успокоилась. От моего возбужденного раздражения не осталось и следа. Затем я переключила внимание на свои руки. Просто так, безо всякой цели. И знаете что? Я поняла, что они мне нравятся! Мои руки, я полюбила их!

Возвратившись домой, я как бы заново увидела себя. Раньше я постоянно находила в себе какие-то изъяны, вечно ворчала на себя и была собой недовольна. А тогда, в тот момент я почувствовала, что принимаю себя. Мне вспомнились ваши слова про чемпионат по откручиванию и закручиванию крышечек. И тогда же, забавы ради я подумала, когда одевала домашние тапочки – ведь в том, как я их одевала, мне нет равных! А если бы состоялся мировой чемпионат по одеванию домашних тапочек, я бы непременно удостоилась в нем высшей награды. В течение нескольких дней я развлекалась подобной игрой, и я постоянно убеждалась в том, что все делаю идеально – отвинчиваю и завинчиваю крышечки, одеваю домашние тапочки, идеально засыпаю и идеально просыпаюсь, даже… идеально нервничаю. Впрочем, когда я заметила, что идеально нервничаю, то нервничать совсем перестала. Я поняла, что значит – жить. И я начала жить. И если каждый момент моего существования идеален, то, стало быть, все прекрасно! Я наполнилась бытием. Но… - Слегка затрепетала барышня. – Но… мне было бы интересно узнать, а что же все-таки произошло?

Что мог я ей ответить? Она итак прочитала великое множество умных книжек и получила изрядное количество душепопечительных наставлений. Мне просто вспомнилась давняя и незатейливая история:

- Как-то к одному великому Мастеру чудес обратились: широко известны твои деяния, сила твоя прославилась на весь свет. Тебе подчиняются стихии, ты можешь повелевать ветрами и громами, по мановению твоего жеста запросто передвигаются горы. Однако ты сам, какое из всех совершенных тобою чудес считаешь наиболее значителеьным, самым великим? Мастер чудес коротко ответил: я сплю тогда, когда мне хочется спать и ем тогда, когда мне хочется есть.

**Глава 6.**

**Переименование исцеляет.**

Наше обыденное мышление, которое делает ржавым наш ум, зачастую, если не сказать - всегда - является источником наших проблем. Кроме того, многие из нас предпочитают трепетать, когда сталкиваются с теми или иными неприятностями и страданиями, которые, кстати, сами и производят на свет, и покорные своей "злой судьбе", тащат за собой свое жалкое существование, проклиная и мир, и людей. Многие предпочитают терпеть, нежели работать со своим сознанием. Хотя *не* *страдать проще, чем страдать.*

Но если кому-то по тем или иным причинам надоело жить в ситуации постоянного психологического напряжения, тот неизбежно задумается над своим состоянием, пока не выберет окончательную тактику поведения: поиск решения или пассивное подчинение. Тот, кто выбрал для себя первый вариант, быть может, найдет в этом опыте нечто полезное.

Но это пока только слова... Хотя речь здесь пойдет именно о словах. Ведь мы постоянно заняты тем, что *именуем и переименовываем,* используя все те же слова и, таким образом ориентируясь в потоке жизни. Всякое осознавание происходит посредством *имени,* знака. **И формирование мира есть формирование языка.** Начиная со своего имени, в которое мы смотримся как в зеркало, привыкая к себе, мы начинаем осознавать себя и одновременно захватываем окружающее нас пространство, обозначая и его - от родителей до детского горшка. В процессе подобного включения в реальность, Хаос, царящий в голове, постепенно формируется в Логос. Логос соразмеряет наши действия, которые - ничто иное, как наши слова.

Прежде чем сделать что-либо, мы *называем* то, что собираемся сделать и, *пока мы не назовем это, мы никогда не сделаем это.*

Хотя одно и то же назвать можно по-разному. Данное свойство языка отражает нашу особенность - постоянно оценивать. Одно и то же слово способно возвысить и растоптать, оправдать и обвинить, исцелить и уничтожить.

Ведь истинные наши действия - это наши слова.

 И отсюда - все наши проблемы, которые, прежде всего - проблемы, связанные с *наименованием и оценкой.*

Мы оцениваем свое состояние, свое положение в обществе, обозначаем свои планы, прогнозы, замыслы. Мы постоянно возводим свое мироздание, используя строительный материал - Слово.

Словами мы созидаем и словами мы разрушаем себя. Со словами мы приходим на прием к врачу и с новыми словами уходим. И тем более со словами приходит пациент к психотерапевту и тем более слов он ждет от него.

Однако, в словах, с которыми приходят к нам пациенты никогда нет правды. Слова, которые они несут нам - не столько правда, сколько оправдание. Почему? Потому что за этими словами пациент пытается спрятать истинную причину своих страданий, хотя об этом и не знает, так как данный процесс происходит неосознанно.

Просятся "на гипноз", "на биополе", заранее формируя установку - "поможет". И помогает. Но не всегда. А, когда помогает, то не навсегда.

Все дело в том, что гипнозом, императивным внушением или суггестией с биоэнергетическим воздействием я "выбиваю" симптом. И действительно - становится легче, и уходит боль, но... Но по существу, я вычерпываю воду из прохудившейся лодки. И сколько бы я не вычерпывал дальше, вода все равно набирается.

*Если существует симптом, значит где-то прохудилась личность.*

Но что же такое - симптом?

Симптом – это устойчивое описание, с которым идентифицируется (гипнотизируется) пациент.

Получается, что если мы хотим фундаментальным образом переработать симптом и избавиться от него на совсем, нам следует его перекодировать, то есть поменять систему описаний – текстов.

Например, *если я считаю,* что испытываю головную боль, то мне следует подумать, насколько верно то, что я полагаю и испытываю ли я действительно головную боль, а не что-то другое, *лишь напоминающее* головную боль.

 Ведь моя ошибка может стать заблуждением и направить меня по ложному пути. И, чтобы этого не случилось, мне необходимо предельно точно обозначить симптом. Только после этого можно перейти к правильному его *осознаванию* и *интерпритации.*

Техника осознавания производится путем отождествления, знака равенства - "Симптом - это я". Этим самым актом мы как бы заново воссоединяемся с собой. Теперь мы можем свободно расшифровать темный и непонятный для нас код. Вживаясь в свой симптом, мы получаем доступ к более глубокому материалу своей личности, мы начинаем видеть свою щель или пробоину. И одним только этим мы снимаем значительную часть напряжения, в котором постоянно находились. Каждый симптом - своеобразный знак, который поддается расшифровке, и ключ к этому шифру - собственное Я.

Теперь мы готовы к тому, чтобы рассмотреть несколько примеров, взятых из психотерапевтической практики.

Пациентка Р.

"Жалобы на неудовлетворенность вдохом, когда хочется вдохнуть еще чуть-чуть, а не получается, как будто стоит какой-то ограничитель в грудной клетке. И чем сильнее пытаюсь вздохнуть, тем меньше шансов на удовлетворение".

Только что произошла оценка и обозначение симптома, но пока она еще недостаточно конкретна. И следует ее дополнить и уточнить.

"Я чувствую неудовлетворенность вдохом. Иногда мне не хватает дыхания. Мне хочется вздохнуть полной грудью, но не получается. Это меня чрезвычайно раздражает и злит".

*Формула осознавания*: "Симптом - это Я".

*Интерпретация*: "Дыхание" заменяется на "Я".

*Результат*: "Я чувствую неудовлетворенность своим Я. Мне хочется полностью ощутить свое Я, но это редко получается. И это чрезвычайно меня злит и раздражает. Интересно, за что же я раздражена на себя"?

Интерпретацию можно расширить и углубить, если еще поработать с симптомом.

"Хочется вздохнуть поглубже, но словно что-то мешает... То ли грудная клетка не расширяется больше, то ли... неясно... одним словом, что-то блокирует свободный вдох. Дыхание несвободное".

Теперь все это переводим на себя: дыхание и все, что связано с дыханием - это Я.

"Хочется ощутить большую свободу своего Я. Но вероятно, я себе же мешаю. Неясно, что со мной происходит, но получается, что я сама же себя и блокирую. Во мне нет внутренней свободы. Вероятно, это меня и раздражает".

Симптом полностью переформулирован в иную форму выражения. Это выражение получило свое обозначение и оценку. Мы обнаружили проблему, но зато освободились от симптома и теперь уже невозможно "жаловаться" на него. Добравшись до корней, мы не испытываем теперь нужды в том, чтобы поливать засохшие листья.

Сама же по себе работа с проблемой означает новый этап в персональном развитии - этап психологическоо роста.

Пациентка Д.

ОЩУЩЕНИЕ КОМА В ГОРЛЕ И ПРОБЛЕМЫ С ГЛОТАНИЕМ.

Работа проводится по той же выведенной формуле:

1. Четкое обозначение симптома.

2. Осознавание: "Симптом - это я".

3. Формирование тождества личности и симптома.

Получается следующее:

"Ком - это я. И я мешаю себе. Я сама мешаю принять себя (проглотить себя). Я совершаю судорожные усилия, чтобы протолкнуть, вытолкнуть себя, сдвинуть с мертвой точки, но мои действия оказываются безуспешными. Я - ком. Я своим существованием мешаю себе. Я сама у себя вызываю досаду, недоумение, напряженность. Я невольно сдерживаю в себе то, что просится наружу. Я существую в постоянном противоречии между силами, стремящимися к высвобождению и силами самоподавления. И символ этой борьбы - клубок. Чтобы противоречия не разорвали меня, мне пришлось сжаться в клубок. Клубок противоречий. И, если меня это угнетает, то не следует ли предпочесть взрыв? Ведь я слишком ценю свободу".

Пациент П.

ГОЛОВНАЯ БОЛЬ.

"Я постоянно себя то стискиваю, то сжимаю, то начинаю пульсировать или вовсе раскалываю себя. За что? Откуда это недовольство собой? Быть может, я ожидал от себя большего, чем могу? Быть может, мои претензии и амбиции не оправдались? Или я храню в себе старые обиды и хочу их раздавить? Или смутное чувство вины точит меня? Но ведь я - это я, не больше и не меньше. И разве только из-за того, что я есть, не следует полюбить себя и принять себя? А что касается несбывшихся надежд, несостоявшихся попыток, то не следует ли от них отказаться - перейти от иллюзий в реальность? В конце-концов, мне надоело истязать себя. Мне хочется успокоиться. Ведь я уже ощущаю в себе целительную чистоту Покоя. Не правда ли"?

Пациент Ф.

ИМПОТЕНЦИЯ.

"В самый нужный момент я смущаюсь, пасую, становлюсь вялым, безынициативным и напуганным. Мне хочется сжаться, сморщиться, стать незаметным и уснуть. Я теряю себя тогда, когда нужно проявить себя. Я теряю напряжение, когда это напряжение необходимо. Что это - форма протеста или трусость? Как бы то ни было, но я слишком поглощен собой, я слишком занят своими переживаниями, и внешний мир при попытке контакта с ним невольно отпугивает меня. Не следует ли мне поменьше заниматься своей персоной и побольше интересоваться окружающими, не боясь напряжения и затраты энергии"?

Пациентка С.

ФРИГИДНОСТЬ.

"По существу я безразлична сама себе. Я бросила вызов природе и слишком активно подавляла свою сексуальность. Вследствие этого развился страх, в котором я не хотела признаваться себе и заменила его отвращением и холодом. А, быть может, в глубине души я, все-таки симпатична себе? И, все-таки, все еще люблю себя? Может быть, мне просто никогда не приходило в голову признаться в любви самой себе"?

Пациентка Ч.

СТРАХ ТОЛПЫ.

"Я боюсь себя, боюсь толпы своих мыслей, может быть, запретных, и как мне иногда кажется - преступных. Я теряюсь в самой себе. Почему бы мне в один прекрасный момент не подойти к зеркалу и после пристального взглада в упор, не скорчить от всей души гримасу? Вот будет интересно посмотреть, как притихнет моя огорошенная толпа. Уж слишком серьезно я отношусь к себе и пытаюсь контролировать себя".

Пациентка М.

СТРАХ ОДИНОЧЕСТВА.

"Я существую в себе самой и от того страшусь себя, своей пустоты. Но пустота - это не только ничто, пустота - это также и все. Что же я больше ценю в себе - все или ничего? Достаточно того, что я ценю себя и свою пустоту, которую я всегда могу заполнить собой".

Пациент Р.

СТРАХ СМЕРТИ.

"Я - смерть, и я боюсь себя. С другой стороны, смерть - это то, чего нет. Ведь пока мы живем, про нас нельзя сказать, что мы мертвы. Итак, смерть - это то, чего нет. Значит, меня пугает во мне то, чего во мне нет. Но это уже и не страх. Быть может, мне следует подумать, как обрести то, чего во мне нет"?

Пациентка З.

АСТЕНИЯ. УПАДОК СИЛ.

"Я сама вызываю в себе напряжение и затрачиваю на него колоссальное количество энергии. Непонятно пока, откуда у меня потребность к ощущению постоянного напряжения, но ясно уже одно - я обладаю громадными силами, раз мне приходится их извлекать из себя же самой. Мое состояние можно сравнить работой прибора, который зашкаливает. Возникает естественная необходимость освободиться от излишка энергии. Я слишком много энергии использую на себя".

Пациентка Л.

ЗАПОР.

Данный симптом имеет довольно успешную психоаналитическую трактовку (впрочем, как и все остальные), но посмотрим, не расскажет ли он нам еще что-нибудь еще.

"Я сама себя запираю. Я повесила на себя замок и заперла его. Значит, во мне что-то есть, чем я не хочу делиться с окружающим миром - какие-то потаенные мысли, которые во мне вызывают смутное чувство вины. И я не хочу, чтобы это открылось, потому что во мне слишком развита цензура. Отсюда и моя склонность к уединению. Не пора ли мне свой ум сделать более открытым"?

Я проиллюстрировал всего несколько примеров. Быть может, основываясь на изложенных здесь принципах, кто-то даст иное осознавание и интерпретацию имеющихся у него симптомов. Такой вариант вполне логичен. И было бы странно, если бы это было не так. Важнее всего здесь осознать главное положение, заключающееся в том, что **симптом есть не некое фатальное зло, а своеобразная и полезная подсказка, следуя которой мы можем обратить внимание на малоисследованные и малоизученные стороны своей собственной жизни и использовать это новое знание для своей же собственной пользы.**

**Глава 7.**

**Язык поведения.**

Известно, что Бессознательное проецируется. И, в конечном итоге, оно проецируется в поведение, которое в свою очередь предопределяет цепь событий, чью последовательность принято называть судьбой. Иными словами, любое событие в жизни человека детерминировано и представляет собой реализацию проективной деятельности Бессознательного.

**Все то, что должно произойти - уже произошло в пространстве Бессознательного.** Таким образом, то, что уже свершилось, не могло не свершиться.

Мы живем с некоторым запаздыванием - в том смысле, что все наши поступки и ситуации являются лишь повторением того, что уже "отпечатано" в контексте Бессознательного. Поэтому вполне справедлива поговорка: "Это произошло потому, что это должно было произойти".

Стало быть, то, что мы называем судьбой, можно определить как "материализацию" на событийном уровне информационных матриц Бессознательного.

Психоаналитическим психотерапевтам хорошо известна знаменитая формула Лакана: "Бессознательное структурируется как язык".

Стало быть, и язык в конечном итоге, одна из форм поведения.

Допустим, что вне поведения нет человека. Это значит, что среди живущих мы не сможем найти человека, который бы никак себя не вел, ни одного живого существа, которое бы никак себя не вело. Значит, поведение есть некая форма *активности*, отличающая живое от неживого. В свою очередь понятие *активность* самораскрывается как сумма *актов.* Но, с другой стороны, активность может быть присуща и неодушевленной материи в таких ее проявлениях, например, как солнечная активность, активность ветра и т.д. В чем же заключается разница между поведением человека и действием ветра или солнечного излучения? А в том, что активность неодушевленных предметов представляет собой сумму актов, *активность же одушевленных существ есть сумма акций.* **В процессе поведения любой акт стремится превратиться в акцию**, что вполне естественно, так как ***суть любого поведения - сообщение, сигнал.***

И если мы внимательно проследим за употребляемыми словами и сопоставим их с тем подтекстом, который они могут нести, то без труда сможем определить бессознательные импульсы и намерения субъекта.

В связи с эти мне вспоминается случай, который довольно конкретно иллюстрирует данную идею. Однажды в одном учреждении группа мужчин стояла в ожидании лифта. В это время в холле появилась женщина средних лет, несколько манерная в одежде и походке. Когда дверцы лифта уже открылись, она громко попросила: "Возьмите меня. Я такая маленькая и худенькая".

Впоследствии я с ней встретился еще раз, но уже в качестве консультанта и мои интерпретации ее реплики подтвердились в ходе совместного с нею анализа.

Начальная часть фразы - "Возьмите меня" - может ассоциироваться в двух направлениях. Первое заставляет вспомнить знаменитое идиоматическое клише, где выражение "взять женщину" воспринимается в конкретном сексуальном содержании. Поэтому добровольный призыв "Возьмите меня" эквивалентен предложению "Овладейте мной, я хочу этого" и в данном случае может выражать скрытые сексуальные фантазии. Второе направление интерпретации предполагает наличие регрессии, инфантильной фиксации, где "Возьмите меня" может быть расшифровано как "Возьмите меня на ручки", что подтверждается остальной частью фразы - "Я маленькая...". Причем обе интерпретации не противоречат, а дополняют друг друга, так как хорошо известно, что у истеричных субъектов неосознанные фантазмы связаны с инфантильной сексуальностью. Понятно, что поведение этой женщины пыталось сообщить именно о данной стороне ее личностных переживаний.

Что позволило мне сделать некие априорные выводы, которые подтвердились на практике? Общий методологический принцип, рассматривающий поведение прежде всего как язык, систему сигналов, посредством которых субъект стремится заявить о своих притязаниях. В данном случае мы имеем дело с вербальным поведением, расшифровка которого позволяет обнаружить скрытый контекст личностных маневров. Прием оказался прост - *употребляемые слова следует понимать буквально.* **Всякое выражение, которое может звучать двусмысленно, следует воспринимать также двусмысленно.**

Можно сказать "возьмите меня", можно - "подождите, пожалуйста".

Существует множество идиоматических выражений, но мы не используем их все, а выбираем для себя, исходя из своих собственных причин и комплексов, те или иные, делая бессознательный выбор.

Таким образом, получается, что восприятие речи в качестве точного психологического документа является вполне обоснованным и наряду с общепринятым интересом исследователей к тому *как* и *почему* говорит тот или иной человек, вполне допустимо проявить определенный интерес к тому, *что* он говорит. Ибо в этом *что* таится и *как*, и *зачем.*

Получается, что **наша речь представляет собой наши высказанные *невысказанные* желания** и одновременно является легальным оправданием для них. Во всяком случае, она явно демонстрирует то, как акт превращается в акцию.

**Глава 8.**

 **Матрица протоязыковых кодов.**

**Исследовательская программа.**

В своих штудиях я исходил из основного положения равно как современной лингвистики, так и мистической Традиции, согласно которому все современные языки произошли от единого, общечеловеческого, архаического прото-языка.

Это значит, что во всех ныне действующих языковых семействах присутствуют некие универсальные корни с исходным значением. Подобные логограммы не подвержены влиянию времени и перемен. Они константны и стабильны и являют собой некий семантический остов, sacrum – крестец языка. Их актуальность вовсе не утрачена и поныне пребывает в активной действенности, присутствуя в любом сегодняшнем слове, сказанном или начертанном.

Таким образом, сами, не ведая о том, мы сплошь и рядом изъясняемся загадками и постоянно обмениваемся шифрованными посланиями.

Наша речь – психоактивная субстанция.

Если же познать ее подспудный, глубинный пласт, выявить ее сакральные коды и произвести их дешифровку, то многие затемнения нашей реальности рассеются, как предутренние сумерки.

В качестве практической основы предполагаемой разработки использовались следующие подходы:

1. Метод словесных ассоциаций.

2. Гипнотическое погружение.

3. Трансперсональные психотехники.

Их объединяло то общее, что все они были нацелены на генерацию измененного состояния сознания, глубокую регрессию и прорыв в архаические пласты коллективного бессознательного.

Само собой разумеется, что участники данной исследовательской программы принадлежали к различным языковым средам.

Общая длительность проекта заняла 10 лет. Эксперимент начался в 1990 году и к 2000-му году были систематизированы и оформлены его обобщающие результаты в виде таблицы **«Матрица протоязыковых кодов».**

**Схема эксперимента.**

1. Участник вводится в состояние глубокого изменения сознания с помощью вышеназванных методов.

2. По достижении участником трансового погружения на необходимую глубину испытуемому предлагалось выдать немедленный ассоциативный ответ на предлагаемый слог.

**Обработка данных.**

При сопоставлении ответов оказалось, что ассоциативно выданные значения в 97 % случаев у всех испытуемых совпали.

Подобный результат позволил сделать вывод, согласно которому **человеческий индивид в структуре своей психики содержит некий фиксированный код – языковую праформу, виртуальную устойчивую конструкцию, возможно генетически закрепленную, и не зависящую от места проживания, времени проживания, социального статуса и национальности ее носителя.**

Что касается данных историко-этимологических исследований относительно протоязыковых корней, то результаты эксперимента полностью согласуются и с ними.

**Логограммы.**

Эзотерическая Традиция отмечает, что гласные – это женское начало, оплодотворяемое мужским началом – согласными. Их сочетание, соединение, соитие и образует ядро языка – **слог** - значение, воплощенное в форме.

Праязыковое значение и есть **логограмма**.

**Пользование матрицей.**

Матрица представлена в форме таблицы, состоящей из 5-ти вертикальных колонок и 20-ти рядов, расположенных горизонтально. Каждый столбец озаглавлен гласной, каждый ряд – согласной. Получается координационная сетка.

Для того, чтобы найти тот или иной слог, достаточно определить место пересечения ряда и столбца соответствующих букв.

Каждое сочетание согласной и гласной располагается в определенном поле – отдельной ячейке, содержащей логограмму.

Логограммы приводятся в русской транслитерации.

Относительно некоторых гласных, а также буквы **Й** в виду их фонетической тождественности, следует при пользовании таблицей учесть, что

**Ы**, **Й** соответстует **И**.

**Э** – **Е**.

**Ю** – **У**.

**Я** – **А**.

Твердый и мягкий знаки не учитываются и не исползуются.

**Расшифровка слов.**

Каждое слово в представляемой системе мыслится не как набор букв, а как комбинация логограмм, сочетание фоносемантически самодостаточных единиц – слогов.

Для того, чтобы выявить шифр интересующего нас слова, необходимо провести простую операцию, в ходе которой мы сочетаем все согласные, присутствующие в данном слове со всеми гласными, содержащимися в нем.

*Пример*. Меня интересует то закодированное послание, которое таится в слове «Свобода». Как понятие, оно размыто, туманно, спекулятивно и настраивает на долгие умствования по его поводу. Дабы избежать последних и определить сакральный костяк выбранной категории, я могу воспользоваться только что описанной инструкцией.

СВОБОДА.

1. Я выделяю все согласные, присутствующие в данном слове: С, В, Б , Д.

2. Выделяю все гласные (повторяющиеся буквы дублировать необязательно): О, А.

3. Каждую согласную по очереди сочетаю с каждой гласной и получаю слоги:

СО – СА – ВО – ВА – БО –БА – ДО – ДА.

4. Справляясь с таблицей, нахожу соответствующие логограммы:

СО: СОК – Сила.

СА: САК – Священный.

ВО: ВОК – Голос.

ВА: ВАСТО – Пустота.

БО: БОДХАТИ – Пробуждение.

БА: БАР – Сотворение.

ДО: ДОЛГО – Серп.

ДА: ДАХ: - Дань

**Текстринация и Вербата.**

Следующий этап во взаимодействии с матрицей – **текстринация –** составление связанного текста на основе выявленных логограмм. (Данное слово произвожу от латинского Textrinum – ткацкое искусство, в более расширенном понимании – искусство сплетения текста из имеющихся семантических нитей).

Переводчикам хорошо известно такое понятие как «подстрочник». Подстрочник представляет собой буквальный дословный перевод – кальку иноязычного текста. На предыдущем этапе мы получили именно такой подстрочник – механически переданный набор значений. В нем еще нет логиуо-семантических связок. Перед нами хоть и драгоценная, но пока – руда.

Текстринация представляет собой процесс обработки этой руды.

**Вербата –** формула, полученная в результате текстринации.

В нашем случае в качестве подстрочника имеем следующий набор: Свобода – сила, священный, алтарь, голос, пустота, пробуждение, сотворение, серп, дань.

Тестринация, представляя собой процесс творческий, вместе с тем, предполагает применение определенного алгоритма, она не случается по некоему произволу. В представленном ряду мы обнаруживаем значения, которые, будучи прочитаны буквально, ничего кроме недоумения в наши действия не привнесут. Ясно, что понимать их следует символически. Из таковых здесь – понятие «серп».

Это означает, что, прежде всего, нам надлежит раскрыть выявленные иносказательные значения, что может, в свою очередь, быть проделано двояким способом – или, сообразуясь с той же матрицей, или, используя символическую интерпретацию. Впрочем, принципиальной разницы нет, ибо каким бы путем мы не пошли, к результату придем одному и тому же.

*Серп* (Логографическое значение): СЕ – Быть, Семя, РЕ (РЕК) – Речь, ПЕ (ПЕК) – Неговорящий.

*Серп* (Символическое значение): Смертность. Смерть – жнец. Осеннее истощение силы солнца. Кастрация.

Совместив оба значения, получим их сходное звучание: Оскопление Бытия, отпадение от Слова, лишение речи, состояние кастрированности - унесенности – заброшенности. С чем остаемся, когда уносит семя бытия и слова?

*Вербата Свободы.*

Неговорящий неимущ,

Отсеченный от речи мертв.

Жизнь – пробуждение силы,

Восставшей через голос Логоса.

Сотворенная из Пустоты –

Священная дань Творению.

Опорные понятия сами обращают на себя внимание: Сотворение – Священнодействие – Слово. Иными словами, истинная свобода открывается там, где осуществляется связь с Божественной сущностью. Все остальное – разговоры о свободе.

Текстринация и составление вербаты несомненно требует известных навыков и определенного искусства. Однако это не повод для озадаченности, ибо одним можно овладеть, а другому – обучиться.

**Правила текстринации.**

1. *Правило ударного слога (осевой логограммы).* Ударный слог является семантически предопределяющим профетическое значение слова.

Так в нашем примере «своБОда» мыслится как «Пробуждение» - ударный слог БО, логограмма Боддхати – «Пробуждение». В данном случае именно это качество представляет собой опорную семантему (атом смысла).

2. *Правило прямого сочетания.* Под прямым сочетанием понимаются те слоги, которые в слове занимают явную позицию.

Для слова СВОБОДА таковыми являются СВО, БО, ДА. Обозначим их как – «слоги второго ряда».

3. *Правило Семантического Контура.* Совместное сочетание ударного слога со слогами второго ряда образует 1-й семантический контур. Его структура соответственно состояит из двух частей.

1-я часть – ударный слог – обозначает исходный смысл, который становится итоговым результатом. Если данный принцип выразить формулой, получится: *В конечном итоге то, что – прежде всего.*

Поясним конкретно. Сво*бо*да в профетическом смысле это *прежде всего* Пробуждение (Боддхати). Это – данность, имеющаяся, проявленная – то есть факт. С другой стороны, это еще не факт чьей-то индивидуальной жизни. Подобно тому, как яблоко на рыночном лотке – это яблоко. Но оно еще не «мое», пока я его не купил. Оно только *станет* «моим» при условии, если я его куплю. Тогда это «изначальное», «ничье», потенциально «всеобщее» яблоко начнет принадлежать «мне» (конечный итог). Аналогично и со свободой – пробуждением. Если я осуществляю намерение стать свободным, то мне необходимо обрести состояние пробужденного сознания (конечный итог).

2-я часть указывает на средство, через которое достигается результат.

В рассматриваемом примере: БО – ДА – «Пробуждение» посредством «Давания».

Остается выяснить, о каком «давании» идет речь, и что подразумевается под этим понятием.

 Индоевропейская основа **de-** «связывать» соотносится с **dhe-** «возлагать на алтарь», а также «дух».

Следовательно, давание (дань) как поступок моделирует изначально сакральный процесс *жертвоприношения* и, стало быть, архетипически содержит в себе его священнодейственную функцию. То есть дань – это дар. Сама природа означенного ритуала предполагает преподносимый дар в качестве посредника, связующего звена между Божеством и субъектом, и таким образом происходит присоединение последнего к спиритуальным энергиям.

Дающий в своем роде священнодействует, и в данный момент, будучи связан с Духом, он связывается с принимающим. А дань становится символом отдания себя. В конечном итоге все сводится к тому, что дар и дарящий в начале образуют целое – пока дар принадлежит дарящему, находится в его распоряжении и владении. Но вот наступает время, когда Целое выделяет из себя какую-то часть себя и передает ее другому. Эта часть себя как раз и воплощается в даре. И в этом действии дающий (даритель) уподобляется Богу, который выделил Себя из Себя и ниспослал себя человеку.

Настоящий пример ясно показывает, как мы даже в контексте мирской повседневности дел отражаем священные деяния, пронизанные вселенской значимостью.

(С)ВО – слог трехзначный. Вместе с тем, здесь наблюдается прямое сочетание согласной и гласной ВО. Такое сочетание трактуем как самостоятельный слог и, соответственно, воспринимаем его в качестве слога, принадлежащего второму ряду и входящего в состав 1-го семантического контура. Логограмма ВОК – «Голос». Символически понятие «голос» мыслится как проводник Слова и, следовательно, с этим понятием напрямую соотносится.

Тогда полное значение СК1 получится: «Пробуждение через дань и Слово».

4. *Правило опосредованного сочетания.* Под опосредованным сочетанием понимаем все возможные комбинации согласных с гласными.

В слове СВОБОДА косвенными сочетаниями окажутся: СО, СА, ВА, БА, ДА..

Косвенные сочетания отражают историю возникновения итогового результата, путь к нему, скрытые взаимодействия энергий, принимающих участие в данном процессе и образуют 2-й Семантический Контур (СК2).

5. Семантическая Прирамида. Прояснив логограммные позиции исследуемого слова, мы можем для удобства расположить их в Семантической Пирамиде, наглядно отражающую соотношение выявленных позиций.

I уровень. Осевой слог: Изначальное – Итог. БО

II уровень. Средство достижения. ВО ДА

III уровень. История – путь к итогу. СО СА ВА БА ДО

6. *Правило Позиций*. Среди позиций различаем: *Созидающие*, *Дополняющие*, *Оппозиционные*.

*Созидающие* – такие позиции, в которых значения способны гармонично сочетаться, не противореча друг другу. В рассматриваемом примере подобную позицию представляют значения «Сотворение» – «Сила».

*Дополняющие* – нейтральные позиции. Например, сила сама по себе нейтральна. В зависимости от цели и результата она может быть благотворной и разрушительной. В нашем случае это Сила Священная (СО – СА) и Сила Деструктивная (СО – ДО).

*Оппозиционные* – семантически открыто противостоящие друг другу. Сотворение (БА) – Разрушение (ДО).

7. *Правило Оппозиции*. При выявлении оппозиции доминирующим значением будет обладать осевой слог. Он “побеждает” оппозиционный безударный. Если же безударный оппозиционный оказывается еще и опосредованно сочетанным (III уровень), то его сила убывает. Здесь БО побеждает ДО.

8. *Правило Большого и Малого интервала*. Соотнесение оппозиционного слога и осевого слога определим как Большой Интервал. Большой Интервал выражает путь эволюции от состояния, обозначаемого оппозиционным слогом к состоянию итогового результата.

ДО – БО: Путь от сна разума к Пробуждению сознания, от смерти к бессмертию. Большой Интервал определяет всю сакральную драматургию внутреннего бытия слова.

Малый Интервал – сопоставление осевого слога и оппозиционного слога II уровня. Он указывает на те испытания и барьеры, которые приходится преодолевать на пути к свершению итогового результата.

**Логограмма понятия «Я».**

Постольку поскольку «Я» производится из АЗ, то, находя указанный слог в таблице, определяем соответствующую логограмму – ЗАОТАР – Воин.

**Матрица как психоактивный инструмент духовного делания.**

*Логограмма*.

Ту или иную логограмму можно использовать для медитативной практики. В виду того, что она представляет собой архетипический код, концентрация на ней позволяет проникнуть в сакральные, глубинные слои глобального информационного поля, сопричастного с космическими текстами и тем самым подключиться к познаниям инициатического уровня.

*Вербата*.

Медитативный профетический текст. Если какое-то время ее повторять, то ядерная, изначальная семантика текста усвоится органикой говорящего. Он обретет те свойства, которые передаются вербатой.

*Автоматическое* *письмо*.

При проведении данной процедуры на семинарах я делаю акцент на то, чтобы участники не ожидали того, что на них немедленно изольется откровение свыше или послание из глубин в виде чуть ли не стихов. Подобное ожидание всегда ведет к напряжению, а то в свою очередь, блокирует естество процесса. Достаточно просто довериться происходящему и позволить руке свободно скользить по листу. Наше Бессознательное хорошо ведает, что творит. Это наше понимание не ведает. Так что, какая бы невнятица на первый взгляд не получилась, на самом деле, мы имеем стройный и связный текст – только на незнакомом языке. Используя матрицу логограмм, мы легко расшифровываем написанное. При этом нелишним окажется выполнение следующих процедур: 1). Выделить все встречающиеся в тексте слоги и сортировать их. 2). Определить, какой слог встречается чаще остальных. 3). Использовать его в качестве объекта медитативного созерцания.

**Глоссарий логограмм – символических понятий матрицы.**

(В скобках указывается соответствующий слог).

**Близнец (ГЕ).** Перевоплощение. Олицетворение в едином источнике Природы Творящей и Природы творимой. Гармонический дуализм: дух – тело, действие – мысль, двойственность света и тьмы, смерти – бессмертия.

**Брак (ТО).** Символ соединения Короля (Абсолютной Мужественности) и Королевы (Абсолютной Женственности) – «алхимическая свадьба». Способ внутренней инициации с целью рождения в себе философского камня, кристаллизации самости, через которую осуществляется актуализация божественного в себе.

В Традиции Брак символизировал приближение к Божественному состоянию целостности, в которой объединяющиеся противоположности созидают новые качества жизни и тем самым обнаруживают свою сопричастность непрерывности творения.

**Будущее (ЦУ).** Прошлое – женский, пассивный принцип. Утроба, хранилище, матка. Память – Мать. Мать – Память. Анализ и организация. Будущее – мужской, активный принцип. Фаллос, устремление, прорыв.

В прошлое *погружаются* (регрессия – слияние – симбиоз). В будущее *устремляются* (прогрессия – сепарация – индивидуация).

**Воин (ЗА).** Война в космическом измерении – это битва, которая освобождает человека от его внутренних врагов. Всякая война подразумевает сведение многого к единому, то есть беспорядка к порядку. В данном понимании война проявляется как средство восстановления первоначального порядка, своего рода космогоническое жертвоприношение. Всякая цель внутренней войны предполагает единство и единение с сакральным Центром.

В Традиции выделяется четыре состояния человеческой бытийности: Фантом (робот), Охотник, Воин, Видящий.

1. *Фантом* – тот, кто управляется обстоятельствами. По существу это биосоциальный робот, запрограммированный на выполнение ограниченного ряда ролей, обусловленный предписаниями общественного мнения и морали. Покорный и ведомый, он может лишь грезить о свободе, в то время, как данное состояние ему не ведомо. Не ведомо – потому что он ведом такими же, как он – шестереночками и винтиками глобального конвейера причинно-следственных механизмов. И сам он, в сущности, механизм, не более чем.

2. *Охотник* – тот, кто задумался, кто он, что он, откуда, куда и зачем. Рутина обывательского роботизма начинает его тяготить. Ему в ней тесно. Начинается анализ и исследование внутреннего мира. Неведомое зовет его, притягивает к себе. Первый импульс к тому, чтобы начать отслеживать себя, выслеживать себя является признаком пробуждения охотника. Любая практика самопознания свидетельствует о наличии состояния охотника.

3. *Воин* – тот, кто решился бросить вызов рутине и себе самому. Если охотник перестает видеть в обывательских ценностях сверх-ценности, то воин отрекается от них, решительно разрывает свои привязанности к ним. Это не значит, что он одевает хитон и становится анахоретом, сбежавшим от мира. Просто он перестает поклоняться идолам и служить кумирам. Быть воином – известный риск. Ведь всякий, кто бросает вызов, чем-то рискует. Кто объявляет о намерении и готовности к битве, чем-то жертвует. Но, с другой стороны, робот, который ничем не рискут и не жертвует, сам рано или поздно становится жертвой. И его ожидает участь пожизненного поденщика. Зато, когда воин выигрывает битву и одерживает победу, он поднимается над битвой, теперь он уже вне поля боя – он освобожден. Он теперь – Видящий.

Таким образом и разрешается парадокс, где существование робота, не принимающего битвы, является сплошным плацдармом военных действий, а бытие Воина в конечном итоге – Покой. Робот постоянно воюет, ибо обстоятельства обязывают и принуждают его к тому, и всегда оказывается пораженным. Изнуренный и измотанный жизнью, он в конце концов, обращается во прах. Воин же делается неуязвимым для ловушек мира, ибо выпрыгнул из всех них.

4. *Видящий* – он же Ведущий. Ему доступны иные знания. Он видит то, что сокрыто для остальных. Постигший тайну, соприкасается с Таинством. Битва для него окончена. Он вышел из круга зависимостей и обусловленностей, и наблюдает за ним со стороны.

**Дикий (ГУ).** Хтонический – хаотически стихийный, не организованный в космический порядок. Танатические силы, связанные со смертью. Психологическим воплощением Хтоноса могут выступать проявления импульсивности, дезорганизации, деструктивных тенденций в поведении. Мортидо – влечение к смерти – мощная хтоническая энергия, устремляющая в бездны хаоса, к примитивному, неоформленному состоянию Materia prima. Соотносится с такими понятиями как ночь, руда, тьма, смерть – представительствами разрушительного материнского аспекта.

**Дождь (СУ).** Небесное семя, оплодотворяющее землю. Сочетает в себе символику воды и воздуха. Олицетворяет «духовные воздействия» небес, нисходящие на землю. Отсюда его общность со светом. Дождь и свет алхимики относили к одной символической группе.

**Дом (ТО).** Центр мира. Соотносится с символикой Космической Горы и Мирового Древа. Воплощает идею священного пространства, где очаг – ось мира. За стенами дома простирается мирское пространство. Строительство дома повторяет космогонический акт творения.

Символика интерьера соответствует психофизическим функциям.

*Крыша* и верхний этаж – голова и разум, сознание и самоконтроль.

*Спальня* связана с интимной жизнью.

*Чердак* – прожитый опыт и воспоминания, доступные сознанию.

*Кухня* – место психических трансформаций или момент духовных трансмутаций. Один из символов посвящения.

*Подвал* – бессознательное.

*Туалет* – освобождение и порядок.

*Пустые* *комнаты* – психические функции, которые нуждаются в развитии.

*Лестницы* – связи между различными уровнями личности.

*Фасад* – персона, маска, социальная роль.

**Дыра (БИ).** На биологическом уровне – оплодотворяющая сила, плодородие. На духовном уровне – канал связи с потусторонним миром. Символ «входа» в инобытие. Знак «перехода». Издревле известна ассоциативная связь между отверстием и переходом в иную жизнь.

**Женщина (ЖЕ).** Пассивный принцип природы. Имеет три основных аспекта: 1. Сирена – очаровывающая, отвлекающая и уводящая мужчин в сторону от пути эволюции. 2. Великая Мать (родина, мать-природа). 3. Незнакомка, Возлюбленная, Анима. Как архетип, может проходить в своем развитии четыре стадии (первые две соответствуют первому аспекту): 1. Ева – инстинктивность, импульсивность. 2. Елена – эмоциональность, романтический эрос. 3. София – интеллектуальность. 4. Мария – добродетель, духовность.

**Земля (ЗЕ).** Материнство и защита. Плодородие. Великая мать. Пассивное, женское начало.

**Зима (ГИ).** Символически представляет собой одиночество, силу безмолвия.

**Зуб (ЗО).** Активность. Сексуальный аспект энергии. Укрепление вокруг Внутреннего Человека. Потеря зуба может восприниматься как символическая кастрация.

**Истина (ХО).** Познание реальности через откровение, ее свободное самораскрытие.

**Кал (ЗУ).** Энергия освобождения. Начало процесса трансформации. «Из самого низкого высшее достигает вершины».

**Колесо (РО).** Изменчивая природа действительности. Центр колеса символизирует исток, духовные корни. Это – мистический Центр неподвижности, который приводит в движение все остальное. Периметр осуществляет вращательное движение и означает процесс циркуляции: подъем – спуск, сублимация – конденсация, эволюция – инволюция, прогресс – регресс. Освобождение достигается путем внутреннего перемещения от иллюзорного мира (вращения – колеса) к Центру (неподвижности).

**Люди (ВИ).** **Архаическая Антропогоническая модель.**

**KI (Жизнь)**

**Deus (Одушевленный мир)**

 **Guer (**Дикий**)**

 **Uiropeko (**Недикий**)**

**Peku Uiro**

 Неговорящий Говорящий

Неразумный Разумный

 **Manu Tieu**

 Земной Небесный

 Смертный Бессмертный

 =Человек = Бог

 **Orbo Aru-/Leudero**

 Несвободный Свободный

 **[ > Peku] [> Tieu]**

Из представленной модели явствует, что понятие “люди” означает собой возможность выбора. Прежде всего оно относится к классу понятий “Недикий” – то есть сопричастный Космосу, не хтонический, не хаотический. Как обладающий речью и разумом, человек сопричастен Божеству. Но, будучи смертным, он бытийствует как земное существо, а жизнь его всегда – перекресток. Если он выбираеть путь Слова и Разума, то обретает свободу и причащается к качествам Божественным, становясь “небесным” и “бессмертным”. Если же не использует в полной мере дар Слова и Разума, то неизбежно регрессирует к уровню “неговорящего” и “неразумного”, к которому в древности причислялись домашние животные. И в этом случае он пребывает в состоянии orbo – сироты, неимущего.

Значит, «Люди» как символ – это потенциальность и выбор. Примечательно, что никто и ничто кроме человека и Бога возможностью *выбора* не обладает.

**Магия (ЧО).** Примитивный способ воздействия на действительность без учета познания реальности. В отдельных случаях граничит с психопатологией.

**Милосердие (ЩА).** Мистическое состояние соединенности, связи с космическим сакральным Центром. Состав слова включает два индоевропейских корня: mel – «связывать» и kerd – «середина», «центр». Архетипически относится к мужскому аспекту. Женщина справедлива, мужчина милосерден.

**Мир (ПА).** Царство, в котором проявляется и развертывается состояние существования. Являет собой отражение непрерывной деятельности творения.

**Небо (ТИ).** Мужской символ. Источник космической силы. Фаллическое начало, оплодотворяющее землю.

**Неговорящий (ПЕК).** В антропокосмогонических представлениях архаической цивилизации существовала иерархическая модель, проецирующая отношения между такими качествами как «говорящий» – «неговорящий», «разумный» – «неразумный», «смертный» – «бессмертный», «свободный» – «несвободный», «земной» – «небесный».

Класс «Говорящий» – «Разумный» обозначался корнем **uiro**- и подразделялся на две группы: **manu**- «Земной» – «Смертный» и **tieu**- «Небесный» – Бессмертный» - последняя имеет отношение к понятию, связанному с категорией Божественного.

В свою очередь группа **manu**- также имела подразделения: **aru**-/**leud’ero** – «Свободный» и **pek**-**u** – «Несвободный». Термин же **pek**-**u** употреблялся в расширенном смысле, охватывающим наряду с «зависимыми людьми» и «домашних животных», то есть «неговорящих» и «неразумных».

Пример довольно показателен. Из него явствует, что понятие «разум» вплетается в одну связку с понятием «речь» и одно без другого совершенно не мыслится. Через слово и разум человек обретал свободу.

«Зависимый» же, «неимущий» (в матрице этот признак обозначается логограммой **orbo**, слог **РО**) приравнивался к «Неразумным» и «Неговорящим». Постольку поскольку вовсе не имеется в виду, что данный субъект страдал неспособностью физиологической к произнесению членораздельных звуков, то становится ясно, что под «Неговорящим» подразумевался тот, чья речь не имела никакого значения в принятии решений. И по сей день нам известны идиомы вроде «право голоса» (кого-то наделяют таким правом, кого-то лишают), «взять слово», «дать слово» и т.п. Очевиден факт того, что они несут в себе заряд праязыковой протокультуры.

Следовательно, символическое понятие «Неговорящий» не означает «немой» или «безмолвный», но указывает на статус зависимого, приниженного положения того, к кому относится.

Представляя сказанное наглядно, мы можем выразить указанные иерархические соотношения простой схемой.

**Tieu**- Разумный – Говорящий – Небесный – Бессмертный Абсоютно Свободный – Никому Не Подчиняющийся.

**Aru**-/**Leud’ero**- Разумный – Говорящий – Земной – Смертный – Подчиняется Tieu, свободный по отношению к Pek-u/Orbo.

**Pek-u**-/**Orbo**- Неразумный – Неговорящий – Земной – Смертный – Несвободный – Абсолютно Подчиненный.

**Низ (НИ).** Неполноценность, покорность. Если Верх соотносится с восхождением, вертикалью, инициацией, то низ подразумевает нисхождение – регрессию, горизонтальную проекцию Хтоноса – хаоса. В старославянском языке использовалось самостоятельное существительное *Под*, означавшее *низ*. Отсюда берет свое обозначение понятие *под*лый. Если абстрагироваться от искуса профанного суждения, склонного к морализациям, и помыслить в логике Традиции, то слово «подлый» обнаружит себя как означающее – регрессивный, сместившийся с более высоких ступеней своего развития в сторону инволюции. Соответственно, *под*лость – это преисподняя души, ее хаос, деформированность. Если взрослый человек ведет себя инфантильно и неадекватно, то он из состояния *над* перемещается в состояние *под* (наблюдается регрессия в позициях Верх – Низ). Он хороший, но подлый.

**Ночь (НО).** Докосмическая, предродовая тьма, предшествующая возрождению, инициации, просветлению. Состояние утробы. Материнский аспект: ТЬМА – МАТЬ. Примечателен фонетический ряд МАТЬМАТЬМАТЬМАТЬМА. Если его читать непрерывно, то в какой-то момент МАТЬ самопроизвольно перейдет в ТЬМА.

**Ось (ШУ).** Стержень, вокруг которого вращается весь мир – Мировая Ось (Axis mundi).

**Повозка (ХИ)**. Символизм раскрывается в таких категориях как самоконтроль, развитие, победа.

Возница – «Я», разум.

Запряженные кони – физические силы жизни.

Поводья – интеллект и воля возничего.

Дышло – мировая ось.

Два колеса – Небо и Земля, соединенные осью. Их вращение – манифестация циклов.

**Пробуждение (БО).** Освобождение сознания от власти иллюзий.

**Пустота (ВА).** Вместилище Мертвых, Памяти и Прошлого, которое будучи лишенным объектов и форм, заключает в себе потенциальность всех вещей.

**Руда (РУ).** Мистическое сырье алхимиков, в процессе обработки – трансформации и трансмутации которой получают философский камень. В плане психологического символизма может означать идею потенциальности, становящейся стимулом к осуществлению делания. Руда черная и грязная, но содержит в себе золото. Профан пройдет мимо, не заметив в темной глыбе сияния драгоценного металла. Мастер знает, что он там и знает, как извлечь.

**Свет (ЛУ).** Традиционно соотносится с духом. Своим свойством сияния символизирует космическую энергию, творческую силу, эманацию из центра.

**Семья (ФА)**. Мистический союз земли и неба, Короля и Королевы, Солнца и Луны. Каждый партнер «отдается» другому и его символическая смерть как прежней личности означает возрождение и переход на новый уровень бытия.

**Серп (ДО).** Смертность. Смерть – жнец. Осеннее истощение силы солнца. Кастрация.

**Сирота (РО).** Одиночество, изоляция, брошенность.

**Смерть (МО).** Амбивалентный знак. Позитивный символический аспект: трансформация всех вещей, дематериализация, умирание в темнице ради возрождения в свете – эволюция. Негативный символический аспект: распад, счаморазрушение. Объединяется с символикой Матери. Матерь – Смерть как бы зеркально отображают друг друга. В древности во время похоронного обряда усопшим придавали форму зародыша, имитируя возвращение в материнскую утробу и ожидание нового рождения.

**Сок (СО)**. Жизненная сила. Символически соотносится с кровью, таинственной субстанцией, эликсиром бессмертия.

**Старость (ЖУ)**. Не следует отождествлять с дряхлостью. Старость символизирует «мана» личность, то есть духовность и жизненную силу индивидуума. Персонификация вековой мудрости.

**Тень (ЧА).** Неведомая, скрытая часть души, как правило, подавляемая. Не рекомендуется попадать в тень другого человека, дабы не впустить в себя его бессознательные влияния.

**Тьма (ВУ)**. Знак амбивалентный. Материнский символ: Темный и бессознательный аспект личности. Хаотическая энергия либидо. Разрушение. Тьма. Ночь. Семейственность. Победа. Забота о пропитании.

**Удар (УД), (ЦО)**. Творческий акт, изменяющий порядок вещей. Вносит оживление, усиление, трансформацию. Проявление активного, мужского, фаллического принципа. На древнерусском Удъ означал penis. Индоевропейский корень Ar – связь, огонь, мужчина. Удъ + Ar = фаллическое проявление мужского огня, разрушающее устоявшийся распорядок, и через организацию новых связей созидающее порядок новый.

**Царь (ЦА).** Олицетворение мужского, фаллического, творческого и творящего принципа.

**Матрица протоязыковых кодов.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **А** | **Е** | **И** | **О** | **У** |
| **Б** БАР Сотворение | БЕУРост | БИЛАМДыра |  БОДХАТИПробуждение | БУДДХИДух |
| **В** ВАСТО Пустота | ВЕТ - ВедущийВЕР - Слово | ВИРЛюди | ВОК Голос | ВУТьма |
| **Г** ГАРГ Угроза.  Страх | ГЕМОБлизнец | ГИЗимаБезмолвие | ГОЛГОЛГолос. Звук. | ГУЕРДикий |
| **Д** ДАХ Давание (Дань) | ДЕ Возлагать (на алтарь)ДЕУС Одушевленный | ДИДАХУстанавливать | ДОЛГОСерп | УДАР |
| **Ж** ЖАТИ Рождение | ЖЕНАЖенщина | ЖИВАЖизнь | ЖОПризывание | ЖУРНАСтарость |
| **З** ЗАОТАР Воин | ЗЕМЕЗемля | ЗИРОЖертва | ЗОБУЗуб | ЗУКал |
| **К** КАИ Помощь | КЕРПроводник | КИДвижение | КОНПредел.Начало. | КУВладение |
| **Л** ЛАУ Добыча  | ЛЕКЦелительство | ЛИКОставленный | ЛОПХОПауза, остановка | ЛУКСвет |
| **М** МАНУ Человек  Предок  | МЕН - РазумМЕД - Середина | МИМЕТИЗачатие.Созревание во чреве. | МОРСмерть. | МУ - Семя.МУК - Молитва. |
| **Н** НАУ Мертвый | НЕОНовый. Жизненная сила. Небо. | НИНизкий | НОКНочь | НУСейчас |
| **П** ПАК Мир | ПЕКНеговорящий | ПИКТайнопись(Пиктограмма) | ПОТХозяин.Муж. | ПУРЧистый |
| **Р** АРУ Свобода АР Огонь, Мужчина | РЕКРечь. Царь.ЭРОСвободный | РИВещь.Ограничение | ОРБОСирота-НеимущийРОТОКолесо | РУДРуда |
| **С** САК Священный АСАлтарь | СЕ – Семя. СеятьЕС – Быть (есьмь) | СИсвязь | СОКСила | СУ –ДождьСУР – Свет |
| **Т** ТАП Жертва | ТЕКЗаконПредначертание | ТИУБожество.Небо. | ТОХБракТОМДом | ТУСДурной.Зло. |
| **Ф** ФАНАС Повелитель  | ФЕРОнести | ФИДОДоверие | ФОНСИсточник | ФУМУССтрасть |
| **Х** АХ Обновление  | ХЕНКСмерть. Участь. | ХИСПовозка.«Дышло». | ХОИстина | ХУСвязь |
| **Ц** ЦАСАР Царь | ЦЕЛУЦельность. | ЦИТРАСила | ЦОУдар | ЦУБудущее |
| **Ч** ЧАЙАТень | ЧЕТСоединение(Чета) | ЧИСТМышление | ЧОМагия | ЧУВосприятие |
| **Ш**  ШАНТИ  Покой. Тишина.  | ШЕТЕПокой «мертвого» | ШИКВАНСвобода разума | ШОКСияние | ШУКАХОсь, ость. |
| **Щ** ЩАДИТИ Милосердие  | ЩЕКАСуетность | ЩИТОтделение | ЩОУЖДЬЧужой | ЩУПАТИДавление |

**ЧАСТЬ**

**ЛОГИКА ПРЕВРАЩЕНИЙ.**

### Глава 1. ЛОВУШКИ НА ПУТИ ПЕРЕМЕН.

Сколь бы своеобразными не представлялись варианты развития людских судеб, они, тем не менее, вполне спонтанно и естественно стекаются к Источнику общих закономерностей, правил и предписаний. Так, например, не смотря на все различие в практически безграничном множестве нюансов между людьми, их обобщает то, что все они рождаются и умирают. Рождение и смерть – такие факты, которые никто еще не смог преодолеть, отринуть или игнорировать.

Настоящий принцип касается и таинства поступательного развития психобытийного человеческого состояния – его перехода от примитивных, ограниченных форм существования к реализации заложенных в нем мощных потенций, проявлению их во всей полноте изначально данных сил и способностей.

Личное преображение у каждого осуществляется по-своему, тем человек и самобытен. Однако, с другой стороны, диалектика подобного движения неизменно предполагает и наличие некоего обобщающего закона, который проявление свободы организует, упорядочивает и делает ее по-настоящему свободной. Размышляя вдумчиво, мы легко убеждаемся, что крайнюю степень несвободы представляет собой как раз хаос.

Если мы хотим добраться до пункта назначения, то, разумеется, сверяемся с дорожными указателями, и чем добросовестнее это делаем, тем больше шансов у нас попасть туда.

Трансформацию личности можно представить в виде универсального пути, с одинаковыми для всех знаками, обозначениями и указателями, что вовсе не обязывает, не призывает и даже не предполагает выстраиваться в одну колонну и дружным стадом маршировать по проложенному маршруту к заветному счастью. Кто-то волен идти, кто-то бежать, иной решит поехать, и каждый – своим способом, своим темпом, со своими остановками, передышками, привалами, хотя при этом перевалы одни и те же.

Намечая основу карты жизненных пространств и бытийных территорий, выделим на ней основные ловушки, которые могут подстерегать нас на трассе трансформации.

**(1)**. **Ложь.**

Желание измениться начинается с характерного стремления разобраться в себе. Но для этого необходимо проявить достаточную решительность. Ведь подобная процедура предполагает, прежде всего, готовность быть предельно честным по отношению к себе. А для этого следует прекратить себе лгать. Ситуация же усложняется тем, что способы, которыми мы себя обманываем, весьма искусны и изощренны. Вряд ли кто при этом восклицает, мол, вот, дескать, я себе самым наглым образом вру! Отнюдь – наши ухищрения куда пленительней, и почти всегда они проявляются в форме самооправданий, рационализаций, и даже доказательств собственной правоты. Таким образом, уже на корню благое намерение может быть подрублено.

Поэтому на данном этапе важно, проявив силу своего намерения измениться, сказать себе «Стоп!» – и осознать, что такие тенденции как: *Самооправдание, Приверженность к собственной правоте, Рациональное обоснование своих иррациональных побуждений* есть – **Ложь**.

Если не остановиться в этот момент и позволить увлечь себя инерции прежних стереотипов, то не избежать тупика, где многие уже сломались, придавленные тяжестью собственной лжи.

И именно отказ ото лжи себе является первым шагом Трансформации.

Как только принято осознанное решение прекратить всякую ложь по отношению к себе, Бессознательное на это начинает реагировать. Потаенные душевные механизмы актуализируют активность изменений. Но постольку поскольку, где изменения, там и перемены, душе следует настроиться на восприятие и принятие происходящего, а разуму – проявить надлежащую бдительность для того, чтобы утилизировать и переработать новый жизненный материал. Кроме того, освобождение ото лжи позволяет начать уже объективно, беспристрастно разбираться в собственных механизмах и программах жизнедеятельности.

**(2).Сопротивление.**

 Каждому психотерапевту хорошо известен парадокс, который заключается в странном противоречии пациента между его желанием исцелиться и одновременным подсознательным сопротивлением этому процессу.

Таков закон – как только у нас возникает желание измениться, непременно появляется и скрытое сопротивление.

Одной из наиболее частых и очевидных форм **сопротивления** является **проекция**. Проекция представляет собой тенденцию переложить ответственность на других за то, что исходит от себя - импульсов, желаний, поведения, - поместить вовне то, что принадлежит самому себе. Например, мы жалуемся на недостатки и начинаем видеть эти недостатки в других людях, в то время как, прежде всего, сами являемся носителями этих черт. Проанализируйте, что именно вас раздражает в другом человеке и сопоставьте свои проблемы со своим негативным восприятием. И вы увидите то, что называется проекцией.

**Нетерпение** - другая форма сопротивления. Когда мы требуем, чтобы перемена произошла прямо сейчас, мы бессознательно сопротивляемся. В этом случае сознательно примите свое сопротивление и продолжайте работать над собой, меняйтесь, несмотря на это сопротивление. Вы его осознали, а значит, наполовину избавились от него.

Присмотримся внимательнее к нашей обыденной жизни. Мы увидим, что наши внешне невинные действия часто свидетельствуют о нашем сопротивлении. Вот небольшой список их:

*Переменить тему разговора.*

*Внезапно пойти в туалет.*

*Опоздать.*

*Заболеть.*

*Внезапное желание есть, или выпить, или закурить.*

*Что-нибудь сломать (ручку, машину, водопровод, бритву).*

Но все эти сопротивления не возникают сами по себе. Они лишь маскируют более глубокие механизмы защиты – наши отрицательные убеждения.

*Мне это не подойдет.*

*Так нельзя делать.*

*У нас так не принято.*

*Это не для меня.*

*Глупо выглядит.*

*Займет массу времени.*

*Я в такие игры не играю.*

*У меня ничего не получится.*

*А что скажут…?*

*А какова будет реакция?*

*У меня нет еще достаточной к этому подготовки.*

*А, что если…?*

*Нет времени.*

*Слишком трудно.*

*Где гарантия того, что это принесет выгоду?*

Эти убеждения настолько глубоко владеют нами, настолько тонко и завуалировано управляют нашим поведением и уводят от решения собственных проблем, что мы часто вместо того, чтобы концентрироваться на работе над ними, решаем, кому из наших друзей следует измениться. И это тоже форма сопротивления. В таких случаях вам следует глубже заглянуть внутрь себя и вспомнить то, что вам следует изменить в самих себе, в то время как вы пытаетесь изменить что-либо в ком-то другом.

Измените ваши убеждения, и ваша жизнь изменится. Каждую нашу мысль можно изменить. Наш ум сам выбирает мысли. Поэтому выберите и сконцентрируйтесь на той мысли, которая бы вам принесла удачу.

**(3).** **Долженствование.**

Следующим испытанием, а значит, и препятствием на пути к Себе, является наша зависимость от общественного мнения, суждений и оценок окружающих. Это камень преткновения, о который разбилась не одна судьба, и он столь же крепок, как и собственная ложь. И пока мы не преодолеем данный барьер, о дальнейшем продвижении говорить бессмысленно.

По осмыслении своей внутренней и реальной независимости от позиций окружающих, зачастую претендующих и атакующих, Мир не преминет дать обратную связь – ведь никакой отрыв не проходит бесследно, и, как правило, окружающих задевает происходящая с нами трансформация.

При этом возможно как раз усиление претензий и притязаний со стороны других людей, тех, чье желание контролировать и манипулировать оказалось ущемленным. И арсенал их стратегических ухищрений обычно обладает достаточной изобретательностью, хотя при этом и далеко не безграничностью - его проявления обычно варьируют что-то между обличением, критицизмом, шантажом и заискиванием или лестью.

При прохождении настоящего участка следует четко усвоить для себя несколько правил и спокойно им следовать:

*«1). Кроме самых близких ты нужен другим лишь с одной целью – они хотят тебя использовать. Поэтому запомни: ты никому и ничем не обязан, никому и ничего не должен, сколь бы тебя не уверяли в обратном».*

*«2). Если ты не будешь сам управлять собой, обязательно найдется тот, кто сделает это за тебя. Иными словами, или ты управляешь собой, или тобой управляют другие. Или – или. Третьего не дано».*

*«3). Окружающие хотят, чтобы ты оправдывал их ожидания. Но ты создан вовсе не для того, чтобы оправдывать ожидания окружающих. Иди не туда, куда тебе указывают или советуют, а туда, куда ты сам хочешь идти. Если же ты не знаешь, куда тебе хочется, сделай остановку и не дергайся».*

Однажды на консультацию ко мне пришел молодой человек и посетовал на собственную судьбу. На вопрос о том, что же его так удручает и печалит, он нерешительно пожал плечами, как-то нервно дернулся и выговорил нечто невнятное. Затем напрягся, сжался, съежился и, вдруг, заявил, словно наконец, решился: "Нет в моей жизни счастья!"

Этот безрадостный случай оказался не столь уж редким, что и сподвинуло меня провести обстоятельные исследования в данной области.

И сразу же в качестве первостепенного возник вопрос – счастливыми рождаются или становятся? Как бы то ни было я решил начать наблюдение за так называемыми счастливчиками, исходя из предположения о том, что в их существовании прослеживаются определенные закономерности, которые можно уловить и применить к жизни среднестатистического неудачника.

Результат оказался впечатляющим. Выяснилось, что не имеет никакого значения, получено счастье в дар при рождении, или оно явилось следствием соответствующих знаний и умений. Качество одно и то же.

И здесь важно осознать, что каждому дается шанс на то, чтобы быть счастливым. Вся разница лишь в том, что кто-то им готов воспользоваться, а кто-то нет. Это уже дело личного выбора.

Некоторые результаты моих исследований с соответствующими выводами я и привожу весьма охотно, полагая, что кто-нибудь ими воспользуется во благо себе и другим.

Наиболее показательным и эффективным мне в данном случае представляется краткий сравнительный обзор, из которого становится ясно, где кроется корень бед, а где произрастает древо, лучшими плодами которого становится наше с Вами процветание.

Итак: Основная опора жизни **Несчастных** приходится на слово **Должен**. Они сами себя связали, арестовали и добровольно втиснули в клетку, украсив решетки табличками "Долженствование". Их главное руководство к действию заключено в черной магии этого понятия: "Я постоянно кому-то должен – обществу, приятелям, родителям, детям, педагогам…" "Должен, должен, должен…" – очереди похлеще пулеметных атакуют бренное существование этих обрекших себя на самоистязание существ, решивших, что лучший путь спасения заключается в том, чтобы идти против природы и естества. В конечном счете, проклиная все на свете, они, кто в озлобленности, кто в отупляющей апатии проклинают этот мир и себя в придачу, окончательно заражаясь вирусами ненависти, неприятия и недоверия. Tertium non datur. – Как говорили древние. – Третьего не дано. Либо рабство, либо свобода. Участь раба печальна. Он просто несчастен. По своей воле, по выбору своему.

**Счастливые** же выбирают **свободу** и в итоге ее обретают.

Жизнь оказывается проще, чем нам кажется. Мы сами ее замутняем и от того мучаемся. Недаром же слова **Муть** и **Мучение** имеют один и тот же корень. Я полагаю, что и слово **Мудак** и по созвучию, и по смыслу относится к этому же ряду. Внося ясность в свои отношения – с миром, собой, другими, мы автоматически перестаем мучиться и мучить.

Что же для этого следует предпринять?

А просто взять и выйти из порочного круга долженствования. Хоть прямо сейчас. Как это делают Счастливые. Их первые шаги таковы.

"Я никому ничего **Не** должен".

Повеяло ветерком свободы. Однако, этого недостаточно, и естественным продолжением начатого Пути становится шаг второй:

"Я никому ничего Не должен, в том числе и себе".

Это весьма существенное, хотя и кажущееся малым, дополнение. Оно предостерегает от опасности впасть в эгоизм, идею собственного величия и гордыню. А третий шаг полностью устраняет данную опасность. Тем более, что сама логика подводит к нему:

"Если я никому ничего Не должен, в том числе и себе, то и мне никто ничего Не должен".

А раз так, то я без всякого принуждения снимаю свои притязания и претензии к людям – что, дескать, кто-то меня не доносил, не долюбил, не додал, не довоспитывал. Ведь мне же никто не должен. А это значит, что все происходящее происходит исключительно по моей доброй воле. И тогда я уже буду не роптать и сетовать на то, что мало мне сделали добра, а благодарить за то, что сделали хотя бы и это малое добро. А в этом *хотя бы и это малое* кроется поистине Великое.

На уровне же психологическом, житейском речь идет о различии между двумя проявлениями души – Благодарностью и Завистью. Получается, что тот, кто благодарен, тот и счастлив. Завистник же, обрекая себя на неизбежность самоистязаний, низвергает себя собственноручно в ад. Выходит, что на отчаянный вопрос Чацкого "А судьи кто?" самым логичным ответом становится «Мы сами себе и судьи». И от того, как я сужу другого, точно также я сужу и себя. А, как известно, каков Суд, такова и Судьба. Слова одного корня.

**Стенограмма. «И остави нам долги наши…»**

«Только не говори, что ты ничего не украл, не присвоил, не отнял.

Воруют не только деньги и имущество.

Все ценности человеческие могут быть сведены к 4-м категориям:

1. Здоровье.

2. Спокойствие.

3. Уверенность.

4. Свобода (Время).

Вещи и деньги – всего лишь один из способов достижения того или иного состояния. Если ты обладаешь миллионами и при этом безвылазно сидишь в яме, то к чему тебе эти миллионы? Разве что развести костер и несколько минут погреться.

Если ты теряешь деньги, то печалишься не по деньгам. Ты лишаешься или спокойствия, или уверенности – одной из базовых своих ценностей. Именно от этого ты становишься беспомощным и дезориентированным.

Вселенная неумолимо логична. Если ты взял то, что тебе не принадлежит, значит, ты – вор.

Всякий вор – всегда должник. Дамокловым мечом над ним нависает его Долг. Его долг – его серп.

Мы говорим о том, что никто никому ничего не должен, что свобода – это отсутствие долженствования.

Но если ты своровал и не отдаешь, то ты – должен. И если до поры до времени ты не отдашь все свои долги, твой серп на тебя неминуемо обрушится. И не потому, что Вселенная жестока и мстительна, а потому что ты сам над собой занес этот серп, а потом просто устал его держать.

Что станется с лодкой, если превысить ее грузоподъемность?

Так что, пока не поздно, задумайся как следует, кому ты должен и расквитайся со своими долгами.

Например, ты кого-то обидел. Этим самым ты украл (или отнял) у него спокойствие. Верни ему ровно столько, сколько ты отнял или украл.

Кого-то предал – отнял уверенность. Верни уверенность.

Кому-то досаждал своей назойливостью – твои долги время и свобода.

Изводил попреками – должен здоровье.

Пока не раздал долги, о собственной свободе и не помышляй. Пока ты должник, путь к самодостижению для тебя закрыт – слишком ты отягощен. Превысил собственную грузоподъемность.

В мире все переплетено и взаимосвязано. За украденную тобой конфету с тебя могут спросить пряник. Потому, если отнял конфету, не удивляйся, что придут за пряником.

Теперь, если ты хочешь приступить к делу немедленно, изучи и составь таблицу.

**Пример. Таблица расплаты по долгам.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Человек | Характер отношений с ним | Мой поступок | Его реакция | Что я украл (отнял) |
| Маша | Жена | Оскорбление | Страх | Спокойствие, уверенность |
| Миша  | Друг | Соблазнил на выпивку | Сожаление | Здоровье, время (свобода) |
|  |  |  |  |  |

Далее – возмести ущерб. Расквитайся с долгами. Твоих извинений будет недостаточно.

Здесь возможны два варианта.

Первый – действие напрямую. Ты можешь встретиться с человеком и во время явного общения отдать ему то, что взял у него – например, деньги.

Второй вариант. Человек умер, или ты не знаешь, где он находится, или ситуация складывается таким образом, что твое присутствие рядом с ним неуместно и даже может ему навредить. Тогда используй метод спиритуального сообщения.

Спиритуальное не менее реальное, чем обычное. А зачастую даже более реальное и действенное.

**Праксис. Возвращение спиритуальных долгов.**

Психически настройся на человека.

Если возможно, создай его образ.

Ощути и почувствуй свою связь с ним.

Обратись к нему с такими словами:

«N, я знаю, что ты сейчас меня слышишь.

N, я знаю, что ты сейчас меня чувствуешь и ощущаешь,

Даже если явно и не осознаешь того.

N, я хочу вернуться к той ситуации,

Когда я (вслух расскажи о своем поступке).

Я тогда украл у тебя (вслух объяви о том, что украл).

Теперь,N, я отдаю тебе это обратно (объяви о том, что отдаешь).

Как только исчерпаешь весь свой список, сделай три глубоких, медленных, осознанных вдоха – выдоха и четко объяви: Я расплатился со всеми своими долгами. Тепрерь я свободен. Теперь я налегке могу двигаться дальше”.

**(4) Толпа.**

Хорошо известное выражение «потерять душу» с точки зрения конкретных обстоятельств означает «подчиниться чьему-либо влиянию». А в данном случае уже можно говорить не столько о потере души, сколько о ее добровольной передаче, тому, под чье влияние мы норовим подпасть, или подпали.

Кто же подстерегает нас – на каждом углу, в каждый момент, чтобы тихо, вкрадчиво, или с криком, агрессивно отнять нас у самих себя? Толпа. Ее основное свойство – жадное стремление всосать в себя, сделать частицей своей массы.

**Толпа** – это алчный монстр, который питается человеческой душой. Однако при этом полезно уяснить, что толпа – это не только скопление тел на площади. Это всего лишь ее одно большое тело, физиологический организм. Мозг же толпы, ее собственный ум –социальные идеи, то есть идеология, а душа толпы – общественная мораль.

Поэтому толпа вовсе не есть хаос, но представляет собой весьма разумное и довольно хищное одушевленное существо. Оно прожорливо и ненасытно. И если мы хотим сохранить себя, нам следует уберечь себя от толпы.

Если прибегнуть к топографической символике, то уровень отношений «Субъект – Толпа» можно обозначить как ***горизонтальный****.* В принципе горизонтальны все межличностные отношения – производственные, семейные, дружеские, уличные. И они определяются тотальной властью законов толпы, стремящихся вытравить из человека всякую его индивидуальность, превратить его в дешевую рабочую силу для обслуживания самой Толпы. Вот почему по земле бродит несметное количество роботов и сомнамбул, даже и не подозревающих о том, что они – зомби.

Но, к счастью, существуют и более мощные влияния, нежели общественно-стадные, и они воплощаются в бытийном потоке, ***вертикально***пронизывающим все наше существование. В своем качестве вечного и неограниченного источника и подателя жизни, непрерываемой силы и неиссякаемой энергии, он совершенно не зависит от людских горизонтальных установлений, хотя и пересекает их. Рождение и смерть, два основных факта в человеческой биографии, регулируются именно *вертикально* обусловленными влияниями. И тот, кто научился и сподобился с ними взаимодействовать (чему, в сущности, и посвящено настоящее исследование), прорывается к таким возможностям, которые совершенно неведомы в плоскости горизонтального измерения.

Не следует понимать сказанное как претензию на звание сверхчеловека. Нам хотя бы дорасти до самих себя. Хотя бы человеком стать.

В принципе, частное существование каждого субъекта таит в себе своеобразную задачу, поистине захватывающий и великий шанс, а именно – стать тем, кем он задуман. Не воспользоваться подобной возможностью – значит упустить свою собственную жизнь, отдать ее Толпе.

Тот, кто внутри себя отделяется от *Горизонтали*, перестает зависеть от ее ценностей и чаяний, зависать в массе ее мнений, неизбежно подключается к *Вертикали*. И здесь начинается другая история, здесь начинается жизнь.

**Переход.**

Отсюда начинается вертикальный Путь к Себе. Самопознание переходит в самоосуществление и самореализацию.

Самоосуществление, или самосвершение – это достижение состояния полноты раскрытия всех наших способностей и возможностей, а значит, и максимально интенсивного проявления себя в мире, в реальности. Отсюда и – самореализация – утверждение себя в реальности.

С другой стороны, самоосуществление представляет собой процесс, позволяющий нам стать такими, какими мы задуманы.

Последняя фраза может показаться несколько туманной – «Стать таким, каким я задуман». Однако разберемся. На самом деле в сказанном нет никакой метафизической размытости, а уж тем паче, и красивого поэтического пафоса. Здесь речь идет как раз о конкретном смысле био-логической (то есть жизне-логической; bios с греческого буквально переводится как «жизнь») предзаданности. И если бы это было не так, то род человеческий давно бы прекратил свое существование.

Обратимся к фактам очевидным. Ребенок появляется на свет. Но разве человек задуман в качестве грудного младенца как окончательной ипостаси? Вся история нашего развития показывает, что это не так. Существо продолжает расти и развиваться, достигает юного возраста, но и на этом ход развития не завершается – потому что эволюционно особь еще не достигла того качества, про которое можно сказать «самосвершение осуществилось». То есть она еще не стала такой, какой задумана стать.

В этом месте мне приходилось слышать вроде бы резонные аргументы, что, дескать, мы знаем огромное количество примеров, когда люди останавливаются в своем развитии на ювенильной отметке, но при этом продолжают вроде бы беспроблемно существовать. В действительности, их проблемы довольно серьезны.

Ведь что такое патология, что такое проблема как не закономерное следствие неразрешенного конфликта?

Конфликт – всегда противоречие, противостояние, оппозиция.

Если, к примеру, некто хочет съесть пряник, но ему предлагают отведать кнута, возникает конфликт – в данном случае противоречие между спросом и предложением. На почве конфликта развивается стресс. На почве стресса развивается заболевание.

Если природой положено тридцатилетнему человеку соответствовать своему возрасту, но его разум пребывает на стадии подростка, то возникает конфликт – между природой особи и самой особью. Следствия только что описаны.

Любое страдание – всегда следствие конфликта.

С основными значениями конфликта мы уже определились. Это – противостояние, несогласие (и как следствие несогласованность), противоречие.

И в том случае, когда удается эти антитезы преодолеть, можно говорить о цельности и здоровье.

Таким образом, когда подразумевается преобразование

несогласия – в согласованность,

противоречия – в единоречие,

противостояние – в совместное движение –

имеется в виду приближение к самосвершению.

Стало быть, самосвершение и есть то состояние изначальной задуманности, которая дана нам как предзнаменование, предназначение.

Однако, как мы выяснили, в процессе самоосуществления неизбежно возникают барьеры, требующие преодоления. Самые серьезные из них – Ложь, Толпа и собственное Сопротивление. И, тем не менее, данную ситуацию вовсе не следует воспринимать как досадную помеху, предназначенную только для возбуждения наших страхов и отчаяний. Вполне возможно, что наличие подобных препятствий имеет свою внутреннюю логику, подспудный и глубинный смысл. Ведь преодолевая их, мы прорываемся на новую орбиту бытийности, ту, которая располагается в большей близости к ядру самосвершения.

Трансформация личности – это ее переход от текущего не удовлетворяющего состояния к желаемому состоянию в соответствии со своими намерениями, от того, «кто я есть» к тому, «кем я могу быть».

**Суть трансформации**: выразим схематически, где символ стрелы означает «переход».

Зависимость Свобода

Ложь Правда

Разрушение Созидание

Ненависть Любовь

Мертвая Зона Живая Зона

Эго Я

Личность Индивидуум

Выживание Жизнь

**Глава 2. ЛИЧНОСТЬ.**

**… или почему полезно получать по щеке.**

Значение слова личность сопряжено с понятием «лицо», которое в смысловой раскладке представлено такими значениями как: «отдельно взятый человек как член общества», а кроме того – «передняя, показная сторона предмета»; «личити» – «быть похожим»; «щека» - «образ», «вид».

Стало быть, личность несет в себе не суть, а поверхность, не оригинал, но копию, не истину, а некую подмену. В этом смысле к данному пониманию близок юнговский подход, трактующий Личность как «Персону», Маску, внешнее облачение, с чем человек себя идентифицирует, но чем на самом деле не является.

Значит, личность – это не Я в истинном смысле, а представление о себе, иллюзорное, ложное Я, фантом.

В соотнесении понятий «личность» – «щека» легко вспоминается известное и загадочное выражение: «Кто ударит тебя в правую щеку твою, обрати к нему и другую» (Мф. 56:39). «Ударившему тебя по щеке подставь и другую, и отнимающему у тебя верхнюю одежду не препятствуй взять и рубашку». (Лк. 6:29).

Обратимся к основным положениям юнговского учения об архетипах, одним из которых является также – «персона», «маска» и означает облик, принимаемый человеком во внешнем мире. Под обликом понимается не только внешняя атрибутика, но и социальная роль. Ее функция направлена на определенную регуляцию и унификацию общественных отношений.

Однако, излишняя фиксация на персоне, и как это нередко бывает, даже идентификация с ней, несет в себе риск патологии. Опасность заключается в том, что слияние с архетипом неизбежно ведет к тому, что личность подпадает под его влияние. Отождествление с персоной в значительной степени сужает границы восприятия мира, лежащего за пределами социальной роли (профессии, семейного статуса) и в конечном итоге приводит к потере адекватной ориентации в жизненном пространстве.

Таким образом мы видим, что слияние с персоной, идентификация с личностью, личиной – «щекой» – представляет собой опасность для человека.

Вместе с тем, нам придется разобраться в тонких диалектических соотношениях. Совершенно некорректно утверждать, что персона сама по себе негативна. Напротив, она – благо, ибо придает носителю ее черты своеобразия, делает его отличным от другого, удерживает от тотального растворения в коллективном бессознательном. Но с другой стороны следует помнить, что приправа никогда не заменит основного блюда. Поразмыслим над простым вопросом: Кто для кого? – вещь для человека, или человек для вещи? Если последнее, то *кто* перестает существовать и становится *что,* и автоматически подпадает под закон тления вещей. Организм, ставший вещью, попадает в новую иерархическую систему неодушевленных предметов, иными словами, становится мертвым (См. **Мертвая Зона**.) – при жизни. Но зачатки души при этом не исчезают. Душа же здесь уподобляется младенцу среди помойки. Ей мучительно и больно. Боль же проецируется на один из трех уровней бытия, или на все разом – тело, психику, судьбу. И в первом случае мы говорим о заболеваниях соматических, ведущих к тяжелым формам распада, во втором наблюдаем всевозможные депрессии, доходящие порой до суицида, в третьем – потрясения и катастрофы, связанные или с потерями или с мучениями близких.

Почему так происходит, видно из описанной механики, обеспечивающей регуляцию жизнедеятельности особи, которая в настоящем случае становится врагом душе своей, а, выражаясь психоаналитическим языком, вступает в конфликт с собственным бессознательным. Внутри личности возникает военное положение, и вся энергия, данная ей от рождения, направляется на борьбу… с собой.

Таким образом, получается, что удар по «щеке» следует со стороны бессознательного, притесняемого и подавляемого, но постольку поскольку емуне присущи ни ненависть, ни агрессия, как и любые другие эмоции вообще, то такой удар следует рассматривать не как акцию нападения, но как адекватную реакцию обратной связи, зеркальный ответ на некое действие. И смысл такой реакции – вывести организм из замороженного, отождествленного, сцепленного состояния, пробудить от спячки даже путем порою «шокового» встряхивания, кризиса. Срабатывает фундаментальный инстинкт самосохранения.

Какие же способы «ударов по щеке» распознаются в плане очевидных, явных событий? Частично мы рассмотрели три уровня, на которых проецируется бессознательное, теперь же, обобщая сказанное, проясним и некоторые детали.

Проявления персоны можно разделить на функциональные группы, в которых отражаются формы отношений особи с миром и собою.

1. *Группа биологического обеспечения* содержит в себе такие аспекты как:

Деньги. Вещи. Секс. Еда.

1. *Группа социального поддерживания:*

Семья. Работа. Имидж. Межличностные отношения (дружба, партнерство, отношения начальник – подчиненный, мужчина – женщина).

1. *Группа духовного самопроявления:*

Способности. Нравственность. Интеллект. Мудрость.

Перечисленное выше и есть «щека» человека, или «одежда» его. Кстати, в сновидениях одежда символизирует собой персону. Это то, во что мы облачаемся, но в действительности, чем не являемся. И присутствие в жизни человека данных аспектов в достаточной мере обеспечивает состояние, которое называется благополучием и, стало быть, является благом. Прямое же назначение блага заключается в том, чтобы о нем не думать. Оно представляет собой некую поддержку, дающую возможность направлять энергию на развитие в себе духовных качеств. Однако, если этого не происходит, и особь застревает на том или ином персонном аспекте, то неизбежно возникает вначале торможение ее развития, а затем – регрессия, неизбежно приводящая к психическому распаду.

Так как всякое действие порождает противо-действие, то наиболее распространенным вариантом в случае идентификации с тем или иным элементом персоны будет его частичное или полное аннулирование с целью только одной – стиранием имеющийся идентификации.

Обратимся к нашему списку Эго и определим, какие дуальные оппозиции возможны в случае превышения некоего допускаемого «коэффициента привязанности» к тому или иному аспекту.

1-й уровень

|  |  |
| --- | --- |
| Отождествление  | Следствие |
| Деньги | Их отсутствие, потеря.  |
| Вещи | Скудость имущества |
| Секс  | Нарушение функций, или отсутствие возможностей. |
| Еда. | Нарушение функций или органов пищеварения. |

2- уровень

|  |  |
| --- | --- |
| Отождествление | Следствие |
| Семья | Проблемы, конфликты, распад. |
| Работа | Проблемы, застой, потеря. Весьма показательный пример – «карьера» некоторых политиков. |
| Имидж | Потеря авторитета, оскорбления, насмешки, ситуации конфуза, «потеря лица». |
| Отношения | Ссоры, наветы, предательства, разрушения. |

3-й уровень

|  |  |
| --- | --- |
| Отождествление | Следствие |
| Способности | Невозможность их эффективного применения, работа « в холостую», от чего – отчаяние. |
| Нравственность | Деградация, моральное падение – как следствие гордыни: «я – образец нравственности». |
| Интеллект | Психические нарушения, депрессии, ситуация Ивана Карамазова. |
| Мудрость | Тяжелые формы психических или соматических расстройств, мучительная смерть – как следствие гордыни: «я – избранный» - синдром Спасителя. |

Как видим, в действительности, логика происходящего проста – она призвана всего лишь на всего, восстановить равновесие. Но если мы его не нарушаем, то и никаких «санкций» соответственно не последует.

Что же делать, если удар по «щеке» уже произошел? Рекомендация вполне ясна – подставить другую.

А что же означает – «подставить другую щеку»?

Прежде всего осознание произошедшего как фактора отрезвляющего, исцеляющего и, безусловно, спасающего, потому что – пробуждающего от спячки, вырывающего из отупляющего сна регрессии.

И это также означает, что если ТЫ ПОДСТАВИШЬ ДРУГУЮ ЩЕКУ, ТО… УДАРА НЕ БУДЕТ!

**NB! КОГДА МЫ ОСВОБОЖДАЕМСЯ ОТ ЛИЧНОСТИ, МЫ ОБРЕТАЕМ ИНДИВИДУАЛЬНОСТЬ.**

**ИНДИВИДУУМ**.

Значение, первоисточник которого находится в латинском individuum – атом; individuus – «неразделенный», «нераздельный», «нерасщепленный»; individo – «то, что неделимо»; (divido – «делю», «отделяю»; in – отрицательный префикс).

 Здесь уже можно говорить о качестве целостности, целительной цельности, в юнговском понимании – Самости, которая представляет собой «архетипический образ наиполнейшего человеческого потенциала и единства личности как целого». **Я** – представляет собой кристаллизованную силу индивидуальности, ее нативное, исконное начало, проявляющееся в предельно полной аутентичности и спонтанности. Это – разумная энергия естества.

**Категории Личности. Категории Индивидуума.**

* Эго Я
* Мораль Совесть
* Мертвая Зона Живая зона

**Переход от личности к индивидууму есть Индивидуация.**

**Глава 2. ИНДИВИДУАЦИЯ.**

Человеческая особь не появляется на свет сразу человеком. Для того чтобы сделаться таковым, им необходимо стать, а для этого пройти целый трансформационный процесс, который позволит реализовать в максимальной степени присутствующие в организме потенции. Динамика подобного перехода и есть **Индивидуация.**

Подчеркивая актуальность данного вопроса, совершим краткий экскурс в историю мысли и обратимся к учениям, чьи интересы обращались к подобной тематике.

Гурджиевская система, опираясь на достижения суфийских практик, выделяет в человеческом организме наличие трех центров: физический, эмоциональный, интеллектуальный. Каждый из них в некоторой степени автономен и отвечает за соответствующие функции – интеллектуальный думает, эмоциональный чувствует, физический реализует потребности инстинктивно-двигательной сферы.

Однако, для того, чтобы организм был способен развиваться нормально и проявлять себя во всех своих потенциях, необходимо наличие четвертого центра – Магнитного – такого, который бы осуществлял координацию предыдущих центров, их гармоническое и сбалансированное сосуществование. Между тем, последний не дается с рождением – его предстоит еще сформировать посредством обретения необходимых знаний и психотехник.

Магнитный центр, в зависимости от следования той или иной традиции, определяется еще или как «астральное тело» или как «душа».Это как раз то, что **превращает человеческий организм в человека** и, в конечном итоге, предоставляет ему возможность бессмертия, ибо полученный вид энергии как более «тонкий» в отличие от телесного субстрата не подвергается тлену.

Значит, о человеке именно как о человеке можно говорить осмысленно и обоснованно в том случае, если он обладает душой (магнитным центром). В случае же отсутствия последнего (что в людской популяции далеко и отнюдь не редкость), речь может лишь идти о человекоподобном существе, или – *антропоиде.* Последний внешне ничем не отличается от человека ни анатомически, ни физиологически, ни социально. Разница лишь в том, что он обусловлен работой только трех центров. При этом очень важно заметить, что слову *антропоид* не придается никакого уничижительного оттенка. Оно лишь с научной объективностью описывает наличие факта. Более того, все мы, и каждый из нас, приходим в этот мир антропоидами. Далее же каждому антропоиду предоставляется шанс стать человеком и тем самым обрести индивидуальное бессмертие.

М. Хайдеггер, старейшина экзистенциальной философии, делает следующее различение: «Man» – или человек «безликий», представляющий собой существо, подчиненное стереотипам и механическому укладу, закрытое от свободы и бытия, ограниченное монотонностью собственного роботообразия. «Человек подлинный» в противоположность первому являет собой воплощение «Dasein», то есть состояния «бытия-в-мире», «вот-бытия», «здесь-бытия». Он переживает существование как исчерпывающую целостность и в конечном итоге обретает эту целостность, осуществляя максимально возможность самореализации. Он предельно открыт Миру и потому получает его силу, его созидательную мощь.

Т. Лири, предтеча и основоположник трансперсональной психологии, разработал своеобразную восьмиконтурную карту территории, которую мы называем психикой.

Первые четыре контура присущи всем особям как биологически запрограммированным существам.

1. *Оральный контур биовыживания* – связан с кормлением и безопасностью. Формируется в отношениях «мать – младенец»: сосание груди, прижимание к груди. На поведенческом уровне проявляется в тенденции к зависимости, иждивенчеству, манипулированию путем демонстрации своей «беспомощности». (Оральный тип по З. Фрейду, рецептивная ориентация по Э. Фромму).
2. *Анальный эмоционально территорриальный контур* – формируется на этапе, связанном с овладением функциями анального сфинктера, когда ребенок начинает проявлять активный интерес к процессу дефекации. В этот же период появляется заинтересованность в освоении территории и контроле над ней. В примитивной форме осуществляется борьба за власть и намечается тенденция к доминированию или подчинению. У взрослой особи данный контур проявляется свойствами анального характера в психоаналитическом понимании – стремлением к накопительству, доминированию, властности, авторитарности, чрезвычайной озабоченностью, связанной с собственной территорией и всем тем, что можно назвать «моим». Анальному типу вообще присуща черта присваивать себе что-либо, выделять границы между собой и миром.
3. *Времясвязывающий семантический контур* – связан с обучением, символическими системами и знаками, призванными создавать описание мира. Старшие поколения передают потомкам свое представление о реальности, внушая последним, что это и есть истинное знание жизни. Функциями данного контура являются ориентирование в «картах» реальности, обмен информацией, накопление и утилизация опыта.
4. *Моральный социо-сексуальный контур* – организуется в период полового созревания в условиях внутрипсихической конфронтации между напряжением эротического влечения и системой социальных табу в отношении сексуальной жизнедеятельности организмов. Отвечает за формирование половой роли (родительский статус), воспитание потомства, определение «морального» и «аморального».

Из приведенного, даже краткого описания, нетрудно заметить, что данная система контуров работает как механизм, обеспечивающий функционирование особи в качестве некой биологической машины, существа – робота, запрограммированного тотально, во всех аспектах его жизнедеятельности, где степень индивидуальной свободы (= свободной индивидуальности) равна нулю. В сущности, в данном заданном континууме человекообразное существо ничем не отличается от существ животных.

Следующая группа контуров предполагает наличие способности и возможности выхода за пределы механической заданности и обусловливающей машинности Эго, переживание и обретение свободы – состояния, в котором происходит становление человека и его самореализация, то есть максимальное проявление себя в реальности.

5. *Холистический нейросоматический контур* - связан с экстатическим опытом и отвечает за такие состояния как блаженство, ощущение взаимодействия с телесными энергиями, известными как «ци», «кундалини», к чему, в частности, приводит практика йоги.

6. *Коллективный нейрогенетический контур* – вызывает нуминозный, мистический опыт, активизацию архетипических структур с выходом на взаимоддействие с коллективным бессознательным.

7. *Контур метапрограммирования* – делает возможным сознательный выбор между туннелями реальности и освоение их в полной мере.

8. *Нелокальный квантовый контур* – проявляется в возможности переживания внетелесного опыта, способностью к трансперсональным состояниям (непосредственное интуитивное восприятие, предвидения, прозрения).

Апостол Павел, проводник и проповедник Мистической Традиции, развивая эзотерический путь познания, отмечает разделение среди людей таким образом: «Душевный человек не принимает того, что от духа Божия, потому что он почитает это безумием; и не может разуметь, потому что о сем надобно судить духовно. Но духовный судит о всем, а о нем судить никто не может». (I Кор. 2:14-15).

Основываясь как на имеющихся сопоставлениях, так и учитывая опыт и обобщение собственной работы, я теперь могу представить «аналитическую трехсекторную - девятиконтурную модель индивидуальной эволюции» особи, ориентируясь на ее бытийное состояние. Тут же обращаю внимание, что данное описание ни в коей мере не является классификацией, но именно – динамической структурой, отображающей процесс перехода от того «кто я есть» к тому, «кем я могу быть».

**СЕКТОР -I. – «ЧЕЛОВЕК» ОЗАБОЧЕННЫЙ : Контуры 1 – 3.**

**Контур 1 - оральный –** зависимый иждивенец. В трактовке, предоставленной Фрейдом, указанный психотип определяется как *оральный* («ротовой»). Он означает способ приспособления, содержащий элементы фиксации на той стадии раннего детства, когда состояние ребенка находилось в зависимости от кормящей материнской груди.

Субъект с такими чертами крайне зависим от других в сохранении самоуважения и поддержании чувства собственной значимости. Внешняя поддержка для него крайне важна и играет решающую роль, и он постоянно пребывает в ее пассивном ожидании. Поэтому вполне естественно, что ротовые функции для него оказываются первостепенно значимыми и являются доминирующей защитой, когда тревога преодолевается употреблением пищи. Кроме того, оральная озабоченность часто разрешается посредством алкоголизации, курения, поцелуев. Для представителей подобного психотипа любовь уравнивается с пищей как следствие инфантильной ассоциации с кормлением. Лишение же оральных потребностей приводит к пессимизму и садистской установке, проявляющейся в агрессивности и язвительности в межличностных отношениях. Орально ориентированные субъекты постоянно требуют удовлетворения и склонны проявлять вампирическую тенденцию, «присасываясь» к окружающим.

Пассивно-зависимая ориентация проявляется также в повышенном внимании к теме «взятия и получения», касающейся подарков или внимания со стороны окружающих.

Еще одной особенностью «ротовых» субъектов является их идентификация с фигурой, выступающей в роли источника кормления, и потому некоторые из них ведут себя наподобие опекающих матерей, рассыпая вокруг подарки и выказывая «великодушное» попечительство. Подсознательная установка подобной деятельности содержит магическое значение: «Я распыляю любовь, потому что надеюсь получить такую же любовь и быть любимым». В отличие от истинного – искреннего такое дружелюбие оказывается, как правило, назойливым, нарочитым и демонстрирующим себя.

В случае идентификации с «плохой», «обделившей» матерью поведение становится воплощением эгоизма, скупости, отчужденности и реализует установку: «Поскольку я не получил желаемого, то и не собираюсь удовлетворять желания других».

К типичным оральным чертам относятся и такие признаки как любопытство (заместитель голода), многоречивость, неугомонность, торопливость, склонность к упрямой молчаливости, потребность в симпатии и одобрении, заинтересованность в дарении и получении, предрасположенность к скуке, потребность в заискивании, неспособность к распределению привязанностей, внушаемость.

Рецептивная ориентация по Э. Фромму проявляется набором следующих признаков – субъект считает, что все, в чем он нуждается, должно быть доставлено извне; он пассивно опирается на авторитеты и всегда ищет поддержки со стороны окружающих; любовь для него означает, прежде всего, быть любимым; он крайне чувствителен к любому недостатку заботы и внимания. Такая пассивность связана с неспособностью отказать другим и непрестанным поиском «магического помощника». Выпивка и еда для подобного типа служат средством преодоления беспокойства и депрессии. За его отзывчивостью скрывается потребность заручиться благосклонностью.

**Контур 2 – анальный –** накопительский и эксплуататорский тип. Накопительской ориентации, выделенной Э. Фроммом, соответствует анальный («заднепроходной») тип, впервые обозначенный З. Фрейдом. Среди основных черт анального типа выделяются скупость, упрямство, утрированная аккуратность.

Скупость исходит от привычки ребенка задерживать фекалии, напрягая анальный сфинктер, мотивированной либо страхом утраты, либо эротическим наслаждением.

Упрямство является пассивным выражением агрессии, которая берет начало в отказе ребенка осуществлять свои отправления в соответствии с намерениями родителей. В какое-то время между планами родителей и желаниями ребенка существует острый конфликт. Таким образом, анальные функции можно вполне связать с влечением к превосходству. Как крик изначально был могущественным инструментом для младенца, так запоры становятся своеобразным орудием манипуляции для маленького ребенка, ибо отказ от дефекации непосредственно влияет на поведение взрослых и побуждает их проявлять немалое внимание к детской особе.

Аккуратность, зачастую при анальных чертах проявляющаяся как гипертрофированная чистоплотность, развивается по механизму *реактивного образования.*

Последнее представляет собой подмену поведения или чувства прямо противоположным действительному желанию. Субъект может проявлять излишнюю чистоплотность в качестве защиты от желания быть все время грязным. Главная черта реактивного образования – преувеличение. Реактивные образования можно увидеть в любом преувеличенном поведении.

За излишней учтивостью может скрываться раздражение. Избыточная вежливость маскирует агрессию.

В повседневной жизни можно встретить людей с «извиняющимся поведением». Они по каждому поводу и даже без такового постоянно просят прощения. Не психоаналитически мыслящий наблюдатель может принять это качество за некую щепетильность в характере, утонченную совестливость, хотя в действительности мы имеем дело с реактивным образованием. Ход логических построений здесь довольно четок. Субъект испытывает агрессивные мысли или побуждения. Те, в свою очередь, порождают чувство вины. Виноватый, чтобы не понести наказания, просит прощения.

В определенные периоды собранного и дисциплинированного субъекта можно обнаружить крайне неряшливым и дезорганизованным.

Динамика развития анального типа показывает, что в нем неизменно присутствует садистический элемент. Садистический аспект анальной фазы первоначально формируется при самом акте выделения – «изгнания», где фекалии предстают объектом, подлежащим разрушению. В фазе «удержания» ребенок в большей степени наслаждается задерживанием фекалий, чем их выделением. Подобное удовольствие может обусловливаться двумя факторами. Первый – задерживание обеспечивает интенсивную стимуляцию слизистой оболочки, что может сопровождаться выраженным эротическим ощущением в виду сопряженной иннервации анальной и генитальной зон. Второй – вызван тем, что взрослые, исходя из культурного позиционирования, придают важное значение и высокую оценку обучению правилам туалета, а, таким образом, и отправлениям кишечника. тогда у ребенка может сформироваться логика, согласно которой «если отходы ценятся другими, то можно их задерживать и не отдавать», что, в свою очередь. позволит обрести символическую власть над родителями либо утилизировать фекалии в качестве подарка и тем самым продемонстрировать свои любовь и благорасположение, или же удержать их в себе, дабы проявить жестокое выражение неодобрения, что, в сущности, опять же проявится как садистический элемент.

**Контур 3 –** **стадный** – ориентированный на мнение группы. Его критерии: Активное или пассивное перекладывание на других большей части важных решений в своей жизни. Подчинение своих собственных потребностей потребностям других людей, от которых зависит субъект, и чрезмерная податливость их желаниям. Неспособность предъявлять даже разумные требования людям, от которых субъект находится в зависимости. Чувство неудобства или беспомощности в одиночестве из-за чрезмерного страха оказаться несостоятельным в жизни. Страх быть покинутым лицом, с которым имеется тесная связь и остаться предоставленным самому себе. Ограниченная способность принимать повседневные решения без постоянных советов и подбадривания со стороны других лиц. Дополнительно – представления о себе как о беспомощном, некомпетентном человеке, не обладающем жизнестойкостью.

**СЕКТОР 0 – ЧЕЛОВЕК ПЕРЕХОДЯЩИЙ : Контуры 4 – 6**

**Контур жертвоприношения (4).** Речь здесь идет о жертвоприношении со стороны гордыни своего сознательного ума. Пока личность не признает своего внутреннего поражения, истинное Я остается в парализованном состоянии. Эго продолжает бороться за свое существование и всячески сопротивляется любому трансформационному процессу, и иногда это вызывает реакции весьма болезненные. Машина наших амбиций, работающая на горючем из грез, врезаясь в реальность, рассыпается на осколки. Но такова правда – если мы раньше не проясним для себя реальность и не сориентируемся на ее трассах, то позже обязательно врежемся в нее, и тогда произойдет настоящее крушение.

Совершить жертвоприношение **–** значит отказаться от собственных иллюзий, тщеславных потуг, осознать свою немощность и в конце концов, напомнить себе о своей смертности, о собственной смерти, минута которой, кстати, неизвестна и вполне может оказаться следующей…

Жертвоприношение – всегда акция, указывающая на психическую зрелость, и представляет собой символическую смерть. При этом происходит своеобразное крушение мира в миниатюре, ибо отказ от прежних установок, привычек, стереотипов вызывает чувство растерянности в силу образовавшейся пустоты, где весьма легко возникает состояние тревожности из-за исчезновения знакомых и даже значимых ориентиров. Весьма характерно на данном этапе появление переживания скуки, бесцельности происходящего, неудовлетворенности жизнью и собственным действиями. Порою возникает болезненная реакция на незначительные препятствия или неудачи. И на фоне подобных смут возникает соблазн обратиться вспять, нырнуть в уютное, теплое прошлое, и многие, поддаваясь такому искусу, обнаруживают, что в который раз обманулись. Прошлое – мираж, и страна призраков непригодна для жизни. Поворот назад уводит в глубокую регрессию. А победившее Эго ликует – робот снова оказался сильнее. Душа, приоткрывшая для себя завесу и узревшая животворящий свет, снова оказалась погруженной в темницу. Чтобы этого не произошло, находясь в контуре жертвоприношения, стоит сделать ставку на реальность, выбрать силу, развитие, жизнь. О том, *как* это сделать, поведано на предыдущих страницах. Достаточно изучить карту с опознавательными знаками ловушек, снарядить себя собственным намерением и отправиться в добрый путь, пройдя по нему с наименьшими потерями, да и так, что каждая из них неизбежно обернется обретением.

Данный контур является поворотным пунктом к более высоким и наивысшим измерениям человеческого бытия, так как именно **жертвоприношение** представляет первый шаг к трансформации, без которого последняя невозможна. Поэтому здесь рекомендуется обратить пристальное внимание на главный механизм рассматриваемого процесса – **Покаяние**.

**ПОКАЯНИЕ.**

Это слово употребляющееся достаточно часто, безусловно, считается понятием популярным. Но сколько мне при этом не приходилось расспрашивать тех, кто им пользуется о его значении, вразумительного ответа я не получил. Предлагались различные версии, которые, в конце концов, сводились к мазохизму -это нечто вроде самообвинения, самобичевания, самонаказания – и совершенно оказывались некорректными для истолкования его первичного значения, которое вплетается в контекст **Жертвоприношение – Покаяние – Посвящение.**

**Этимология.**

Однако, если обратиться к этимологии понятия, можно выявить его четкую суть. И.-е. корень ke(i)-: koi- тот же, что и общеславянский cena означает «почитать», «ценить», «**бояться**». Авестийская основа kay – «воздавать», «искупать», «каяться». Греческое poine – «покаяние», «выкуп».

Соотнесение приведенных значений органически выводит на формулу Исаака Сирина: «покаяние – прошение Бога об оставлении прошедшего и моление о сохранении будущего»**.**

Иными словами, покаяние – это наше осознанное разотождествление с тем, чем мы не являемся на самом деле: стереотипами, установками, концепциями. Это – отказ от служения иллюзиям. С другой стороны, данное действо предполагает апелляцию к некой более могущественной Силе – как источнику творения и всего сущего. И здесь покаяние становится акцией поистине мистической.

Уже зачастую во время самого процесса покаяния, если последний исполняется с полным осознанием его исконного смысла и не формально, человек начинает испытывать необыкновенный подъем сил и переживать необычайно интенсивное состояние глубокого жизненного пробуждения.

Внутренняя установка проходящего через данный контур: «Я оставляю прошлое. Я оставляю прошлое прошлому. Я знаю, что только тогда, когда старое умрет, новое вступит в свои права. Потому я с готовностью принимаю идеи смерти моей собственной личности, из праха которой произрастет индивидуальность. И пусть эго мое погибнет ради жизнеутверждения моего Я. И я осознанно и охотно свершаю жертвоприношение и на жертвенный алтарь возлагаю: гордыню, амбиции, тщеславие, личность, эго, зависимость от мнения окружающих и заискивание перед ним. Настало время освободиться от хлама. Я свободно и легко освобождаюсь от хлама».

Прошедший через данный контур, вступает в

**Контур инициации (5).** Инициация означает – посвящение и знаменует собой переход в новое качество, новую ступень в движении по лестнице – жизни ли, карьеры ли, знания ли… Посвящение – это продвижение в собственном движении.

При этом нетрудно заметить, более пристально вглядываясь в историю Традиции, что всякое посвящение адепта неизбежно соседствовало с определенным жертвоприношением. И это совершенно не случайно, ибо одно неотделимо от другого.

По сути дела в данном контуре осуществляется сакрализация жизни личности, происходит переход ее от профанического существования запрограммированной машины к полноценному состоянию подлинного бытия индивида.

**ПОСВЯЩЕНИЕ. Этимология.**

Двухосновное слово, состоящее из приставки по-, родственной латинскому pono «кладу», «ставлю», «устанавливаю» и и.-е. корня k’ueni-, содержащего значения “праздновать”, “святить”, “священный”.

Литовское sventas – «священный».

Готское hunsl – «жертва» – от корня k’un-s-lo. Для более глубокого понимания данной темы рекомендуется отсылка к теме «**Покаяние** -**Жертвоприношение**», без которого, в сущности истинное Посвящение немыслимо.

Инициация, или Посвящение неизменно связывается с функцией мистического и священного и как термин она имеет двоякое значение, хотя и цельно проявляющееся в едином контексте.

1. Посвятить – осведомить о чем-нибудь тайном, не всем известном, сделать причастным к чему-либо. Здесь, например, можно говорить о секретах мастерства, или недоступной многим другим информации. Таким образом при этом подразумевается некая приобщенность к тому, что сокрыто от большинства, предполагающее наличие критериев отбора, избирательность в отношении кандидатуры, выбранной из остального числа претендентов на посвящение, где всякий фактор случайности, разумеется, исключен. Выбор осуществляется на основе необходимых данных, главными из которых несомненно являются наличие таланта, способностей, предрасположенности к той деятельности, в которой предполагается совершенствование и продвижение ученика, то есть призванности – призвания, его готовности к тому, чтобы эволюционировать и развиваться на данном поприще.

2. Посвятить – возвести в какое-либо звание, сан с соблюдением определенных ритуалов. В мистической Традиции требования, предъявляемые кандидату, равно как в первом случае, так и во втором, совпадают. Ибо здесь внешнее соотносится с внутренним. И когда дело касается инициации, в отношении кандидата неизбежно возникают три вопроса: Соответствует ли он тому? Достоин ли того? Готов ли к тому? Три индикатора: Соответствие – «Достойность» – Готовность. Только их единство и согласованность обусловливают надлежащий успех.

Принцип соответствия определяется теми характеристиками, которые очевидно проявляются в показателях обратной связи со стороны реальности. Предположим, атлет заявляет о том, что может поднять штангу весом Х кг, однако, при этом он не обладает адекватной силой, недостаточно тренирован, а стало быть, и не соответствует своему заявлению. Поэтому даже если кто-то полагает, что он достоин звания чемпиона, и сам спортсмен выражает полную к тому готовность, он тем не менее не окажется «посвященным» в статус победителя, потому что не соответствует таковому – его умение, сила, навыки не отвечают требованиям, необходимым для того, чтобы поднять штангу весом в Х кг.

При наличии должной подготовки, гарантирующей способность осуществить подъем рекордной тяжести и чьей-либо оценки по поводу того, что в силу наличия этих данных у соревнующегося, последний достоен призового места, но при отсутствии у него самого подобной готовности, результата также не последует – хотя бы по причине того, что он вообще может отказаться от состязания.

И, наконец, возможен вариант, когда претендент на почетный титул проявляет и соответствие, и готовность, в то время как судья обнаруживает в его действиях нарушения правил игры и результат не засчитывает. (К примеру, признается факт применения допинга).

Описанная модель касается профанного, мирского уровня, но она удобна тем, что в конкретной явственности демонстрирует механизм действия универсальных бытийных законов. В любой нише бытия присутствуют те же взаимосвязи и персонажи: Наставник, или Условный Мастер (который может оказаться и вполне безусловной конкретной личностью), Эволюционирующий Ученик, проявляющий стремление к тому, чтобы трансформироваться в Мастера, наподобие того, как личинка превращается в бабочку, и Путь, либо способствующий достижению цели, либо отвращающий от нее.

И какой бы контекст, обыденный или спиритуальный, мы не взяли для рассмотрения закономерностей инициации, неизменно заявляет о себе триада необходимых условий: быть соответствующим – быть достойным – быть готовым.

Соответствие, как уже говорилось, проявляет себя в наличии адекватной степени способностей, знаний, умений.

Готовность проявляется наличием собственных устремленности и желания.

Менее понятно с тем, кто или что определяет меру, согласно которой претендент является достойным (данное качество здесь выражается термином «достойность»), или не является таковым, чтобы быть посвященным.

Вместе с тем, если проявить наблюдательность и элементарную логику, кажущиеся затруднения бесследно исчезают, и на деле все оказывается довольно просто. Тот, кому мы передаем свои полномочия в отношении квалификации наших действий и чьему суждению безоговорочно доверяем, тот и становится нашим Определяющим. Каждый ученик сам выбирает себе наставника, вверяет себя в его распоряжение и руководствуется его предписаниями. Наставником может быть человек, или группа людей, или идея, или система представлений, или собственное подсознание, мир в конце-концов, в общем все, что угодно. Именно поэтому мною и введено такое понятие как «Условный Мастер», которое предполагает не только человеческое участие в качестве Мастера.

Если кто-то передает свои полномочия толпе, тот и определяется ее мнением, для того она становится мерилом и судьей, как для большинства артистов, чья карьера зависит от настроения публики.

Обыватель, как правило, руководствуется моральным кодексом и отношением соседей, которых зачастую втайне ненавидит.

На пути индивидуации, духовной эволюции обычно появляется личный наставник, индивидуальный Мастер. Согласно эзотерической мудрости «когда ученик готов, приходит Учитель». Но что значит «ученик готов»? А именно то, что он: 1. Соответствует, 2. Достоин и 3. Собственно готов к подобной встрече. Если же приведенные условия не выполнены, то либо встреча не состоится, либо она окажется бесполезной, а в некоторых случаях и разочаровывающей или даже шоковой для ученика, ибо зачастую Учитель шокирует.

Из этого вытекает, что перед тем, как приблизиться к Учителю, вызвать его расположение и начать с ним сотрудничество, Ученику следует уже быть в какой-то степени задетым харизмой инициации, что достигается посредством самопознания и самопостижения. Учитель – не педагог и не воспитатель, он не занимается заведованием душевного детсада, а потому с инфантильными неотреагированными амбициями на территории Духа появляться небезопасно. Это то же самое, что посадить четырехлетнего младенца в кабину испытательного самолета, выполняющего головокружительные виражи. Поэтому, прежде чем приступить к освоению духовного пространства, следует разобраться с движениями душевными и вырасти до психически зрелого человека. Как только это происходит, можно считать, что индивидуум попадает в инициатический поток. Он переходит в иное качество бытия, более глубокое по сравнению с прежним.

Первый шаг к психическому взрослению и освобождению от разрушительных детских комплексов заключается в принятии субъектом ответственности за все то, что с ним происходит, осознавание того, что происходящее с ним есть результат его выбора. Вместо иждивенчества – осознание случающегося или случившегося как факта личного выбора, вместо самооправдания – ответственность.

Посвящение – это Приобщение. Быть готовым к Посвящению означает прежде всего быть Ответственным. И Посвященность – это прежде всего Ответственность, а не астральные шнуры в голове и оккультные хвосты из ануса.

**Контур индивидуации (6).** Окончательный отказ от прежних стереотипов, разотождествление с прошлым, личностью, эго. Машина ума занимает надлежащее место – обслуживания. Робот перестает быть внутренним управителем, его власть сходит на нет. Переживание свободного парения в пространстве жизни. Ощущение свободы и приближения к целостности. Окончательный выход из лабиринта обыденной логики и переориентирование на логику бытия. Сюда относятся слова Ап. Павла: *«Никто не обольщай самого себя. Если кто из вас думает быть мудрым в веке сем, тот будь безумным, чтобы быть мудрым».* (Кор. I, 3:18). Стирание личной истории. Переживание текущего момента как стартовой точки, с которой начинается Путь. Ощущение собственной жизни как мистического факта. Окончательный выбор в сторону дальнейшей эволюции.

**СЕКТОР +I. – ЧЕЛОВЕК СПИРИТУАЛЬНЫЙ: Контуры 7 – 9.**

**Контур 7. Человек индивидуальный** – преодолевший тенденции, обозначенные в предыдущих контурах и кристаллизовавший свою индивидуацию – целостность. Его основные характеристики – самодостаточность, независимость от мнений, ориентация на внутренние ценности и явления, расположенные вне рамок обыденности. Он в достаточной мере изучил способы проникновения в Бессознательное и довольно эффективно с ним взаимодействует, в силу чего представитель данной группы изжил в себе ложь по отношению к себе самому, а значит, и освободился от собственных проекций по отношению к миру. Таким образом, он склонен брать ответственность за происходящее с ним на себя, ибо понимает, что автором этого происходящего является он сам. Последнее замечание обладает несомненной важностью, так как является чертой истинной психологической и психической зрелости. Синонимичное определение данного представителя еще – **человек мистический.** Ему открылась таинственная сторона Бытия, и теперь он способен создавать результаты в соответствии со своими намерениями, чего напрочь лишен человек моральный, так как витальная энергия последнего пребывает в рассеянном состоянии и расходуется на нужды – оральные, анальные или же стадные.

**Контур 8. Человек экзистенциальный** – тот, который осознает и непосредственно переживает свое прямое общение с Бытием. Не убоявшийся собственного индивидуального одиночества и не замкнувшийся на нем, он принял его и тем самым преодолел его, что и раскрыло в нем способность обращения к Миру напрямую, без посредников. Такое подключение фундаментально меняет качества бытия, ибо здесь уже иные возможности, иные знания, иные источники энергии, иные перспективы. Непосредственная связь с мирами – здешним и запредельным, предоставляет возможность довольно свободно ощущать себя и там, и там. «Странствия по звездам» легко уживаются с решением прагматических задач в реальности обыденной. Это – человек, в отношении которого с полным основанием применима формула – «не от мира сего»; последнее вовсе же не означает аутистически отгороженную оторванность от реалий земных. Напротив, он может занимать вполне почитаемую социальную нишу и играть в человеческом театре далеко не последнюю роль. «Не от мира сего» - означает состояние внутренней отодвинутости от этого мира, незаискивания перед ним, хотя при этом и чуждое презрительного и уничижительного отношения к последнему, как то бывает у обиженных особей с ущемленными амбициями. Земные радости и блага в экзистенциальном варианте представляют собою ценности, но отнюдь не сверхценности, ибо понимание, что помимо блага существует еще и блаженство, которое вполне можно испытать и пережить и которое гораздо сильнее в своем потрясающем опыте любого повседневного "«кайфа"» позволяет в своем существовании обнаружить совершенно новый контекст. Это та ситуация, про которую говорят как о "нисхождении благодати". Пережив подобное состояние единожды, хочется пребывать в нем всегда. Если я отведаю из родникового источника, то какой мне после этого покажется вода из-под крана? Синоним человеку экзистенциальному – человек «астральный» – то есть такой, который переживает космизм происходящего непрерывно и жизнь свою осознает как мистический факт.

**Контур 9. Человек мистериальный –** в развитии своем достигший уровня, предполагающего полное самораскрытие своих потенций. Он становится равноправным участником вселенских мистерий, воплощая в себе наивысший принцип – любви. Изъясняясь в рамках юнговской терминологии, это тот, кто достиг самости и кристаллизовал, говоря языком алхимиков, философский камень внутри себя. Его внутренняя сила, равно как и силы стихий, подвластны ему. Совершаемое им, обывателями иногда квалифицируется как чудеса, хотя главное и истинное чудо он содержит в себе. Посвященный в Тайну, он уносит ее в собственное бессмертие. Любовь и счастье – ипостась его жизни. Законы социума на него уже не действуют, хотя он и может обитать в самой гуще социального муравейника. Он уже не пользуется магией, ибо последняя действует в нем сама – на уровне рефлекса. Будучи Мастером, он обрел Путь.

Итак, располагая картой, мы можем обозначить на ней ключевые позиции. Возвращаясь к намеченным контурам, выделим основополагающие понятия, содержащие квинтэссенцию каждого из них.

 Контур оральный (1) – Сосание.

Контур анальный (2) – Испражнение.

Контур стадный (3) – Зависимость.

Контур жертвоприношения (4) – Смерть.

Контур инициации (5) – Возрождение.

Контур индивидуации (6) – Восхождение.

Контур Человек индивидуальный (7) – Просветление.

Контур Человек экзистенциальный (8) – Освобождение.

Контур Человек мистериальный (9) – Свобода.

А для интенсивной проработки каждого контура мы используем Вербату – словесную формулу активного осознания. В отличие от мантр, заклинаний, аффирмаций или самовнушений, она представляет собой медитативный текст, раскрывающий глубинную, подоплеку значения.

**Глава 3. Вербаты для контуров.**

**Вербата для контура 1.**

«Всякий раз, когда я:

- считаю, что все, в чем я нуждаюсь, должно быть доставлено извне,

* пассивно опираюсь на авторитеты в получении помощи,
* ищу в людях поддержку,
* полагаю, что любовь для меня – значит, быть любимым,
* проявляю крайнюю чувствительность к любому недостатку любви или внимания,
* чувствую неспособность отказать другим,
* надеюсь на чудесное участие в моей жизни «магического помощника»,
* страшусь утраты любви со стороны окружающих,
* преодолеваю депрессию и беспокойство склонностью поесть и выпить,
* испытываю потребность заручиться благосклонностью окружающих –

Я НА САМОМ ДЕЛЕ ХОЧУ ПОСОСАТЬ МАМОЧКИНУ ГРУДЬ.

Всякий раз, когда я проявляю подобные тенденции, я на самом деле хочу – СОСАТЬ! СОСАТЬ! СОСАТЬ! – МАМОЧКИНУ ГРУДЬ!

Однако, теперь мне известно, что период сосания давно окончен. И не явится мамочка ко мне и не даст пососать свою грудь. А посему совершенно бессмысленно ожидать этого, постольку поскольку мир не создан для того, чтобы соответствовать моим ожиданиям.

Пришла пора взаимодействовать с Миром на равных, и я выбираю это продуктивное сотрудничество и сотворчество, а не иждивенческую позицию младенца, из которого уже давно вырос(ла)».

**Вербата для Контура 2.**

«Всякий раз, когда я:

* пытаюсь все получить от людей посредством силы и хитрости,
* испытываю любовь и привязанность только к тем, кто может мне что-то дать,
* проявляю склонность к саркастическим, язвительным замечаниям в адрес другого,
* проявляю подозрительность, зависть, ревность, цинизм,
* основываю свою безопасность на бережливости и сохранении имущества,
* расходуя, испытываю чувство тревожности,
* любовь рассматриваю в качестве присвоения любимого,
* в поведении демонстрирую упрямство, педантичную упорядоченность, навязчивую пунктуальность –

Я НА САМОМ ДЕЛЕ ХОЧУ УДЕРЖАТЬ СВОИ ФЕКАЛИИ ВНУТРИ СЕБЯ.

Всякий раз, когда я проявляю подобные тенденции, я на самом деле хочу – ЗАДЕРЖАТЬ В СЕБЕ СВОИ ИСПРАЖНЕНИЯ!

Мой анус распирает от желания расслабиться и выпростать накопившийся кал наружу, но какое сладострастное удовольствие – напрячь задний проход, сжать его и оставить кал внутри себя!

Однако, теперь я понимаю, что подобное удерживание обязательно обернется изгнанием, причем в самый неподходящий момент, и мое заднепроходное удовольствие завершится испачканным бельем.

И я перестаю проявлять скупость в отношении испражнений, я легко освобождаюсь от них. Отныне меня не мучают запоры! Лишняя тяжесть – всегда бремя. Я осознаю это и освобождаюсь от бремени. Гораздо больше удовольствия в том, чтобы ощущать свою легкость и чистоту!»

**Вербата для Контура 3.**

«Всякий раз, когда я:

* пренебрегая собой, руководствуюсь волей группы,
* делаю своей истиной некие культурные нормы,
* отождествляю себя с социальной ролью, отведенной мне,
* заискиваю перед мнением окружающих и ориентируюсь на него,
* испытываю чувство стыда и вины перед другими,
* руководствуюсь принципом «быть, как все», «надо, чтобы как у других»,
* опасаюсь, что надо мною посмеются или скажут в мой адрес нечто предосудительное или презрительное –

я на самом деле нахожусь в состоянии биоробота, которому только кажется, что он наделен чувствительностью и радением о других.

Но теперь я знаю, что всякий раз, интересуясь мнением другого о себе, я этому другому даю полномочие на власть надо мною.

Но отныне я не хочу этой власти, постольку поскольку полностью осознаю, что пребываю в мире не для того, чтобы соответствовать чьим-либо ожиданиям. Какое мне дело до мнений машин двуногих? Человек же судить не станет.

Какое дело мне до смеющихся надо мной, ибо тем самым над собой они надсмехаются?

Какое дело мне до осуждающего меня, ибо себя он тем самым осуждает?

Презирающий меня – себя презирает.

Критикующий меня – себя критикует.

Страсти роботов проходят через меня и сквозь меня, совершенно меня не задевая, и возвращаются к источнику своему в усилении. И вижу, как роботы поражаются своим собственным оружием, но не злорадствую при этом, ибо сам некогда был роботом, правда воспользовался затем шансом стать человеком. И теперь я пребываю в полной готовности и намерении стать истинным лидером собственной жизни и раскрыться открывшемуся мне Пути.»

**Вербата для Контура 4.**

«Я отпускаю себя.

Я отпускаю себя, так как признаю свое полное поражение.

Я осознаю, что я не есть моя личность, не есть мой ум, не есть мое эго, не есть мое тело, не есть мое имя, не есть мое прошлое, не есть моя ситуация, не есть мнение других обо мне, не есть мое собственное мнение обо мне.

Я умер для всего этого!

Я добровольно и осознанно приношу в жертву все это, дабы расчистить дорогу к **Я** – источнику жизни, силы, энергии».

Ниже привожу два алгоритма с надлежащими рекомендациями.

*«Осознание – Жертвоприношение – Пробуждение».*

Перед тем, как начать работу с предлагаемым текстом, следует внимательно и осмысленно изучить каждое его положение. После чего следует, встав прямо и заняв открытую позицию, четко и кристаллизуя каждое слово, проецируя его в область сердца, проговорить весь текст. Затем открыться навстречу своим ощущениям и переживаниям и просто начать наблюдать за ними. В течение трех дней после завершения ритуала обращаться к чтению текста, уделяя особое внимание периодам времени перед засыпанием и по пробуждении.

**Текст 1**.

**Шаги трансформации: Осознание – Жертвоприношение – Пробуждение.**

1. Я признаю свое бессилие перед происходящим со мною.

2. Это приводит меня к убеждению, что Сила более могущественная, чем я может вернуть мне душевный покой и здравомыслие.

3. И тогда я решаю перепоручить мою волю и жизнь этой Силе.

4. Теперь я могу бесстрастно и бесстрашно увидеть себя и свою жизнь в целом.

5. Я признаю безо всяких оправданий перед Вселенной, собой и другими людьми природу моих заблуждений.

6. Исходя из данного, я полностью подготавливаю себя к тому, чтобы Вселенная избавила меня от всех моих недостатков и грез.

7. И я смиренно прошу Ее исправить мои изъяны.

8. Я продолжаю смелый самоанализ, пребывая в готовности признать ошибку сразу же, как только она допущена и устремляюсь к тому, чтобы путем размышления, осознания и молитвы сделать более глубоким и искренним свое взаимодействие со Вселенной.

9. Мои предыдущие шаги, если они выполнены верно – то есть искренно и честно, без малейших попустительства, лжи и самооправдания с моей стороны позволяют мне обрести Духовное Пробуждение, опытом которого я могу делиться отныне с другими.

**Текст 2.**

**Лист покаяния.**

Я (вписывается имя)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 признаю и признаюсь!

Я признаю свою слабость и признаюсь в ней!

Я признаю свою немощность и признаюсь в ней!

Я признаю свою подлость (какие именно поступки

 )

и признаюсь в ней!

Я признаю свои страхи (какие именно

 )

 и признаюсь в них!

Я признаю свои печали (какие именно

 )

 и признаюсь в них!

Я признаю свои ошибки (какие именно

 )

 и признаюсь в них!

Я признаю и признаюсь!

Я признаю и признаюсь!

Я признаю и признаюсь!

И теперь я осознаю, что хочу все это оставить в прошлом!

И теперь я осознаю, что оставляю все это в прошлом!

Я оставляю прошлое – прошлому!

И пусть прошлое останется в прошлом!

И я прошу Волю Вселенной об оставлении прошедшего!

И я молю Волю Вселенной о сохранении будущего!

Я оставляю и отпускаю свое прошлое ради сохранения своего будущего! Да будет так!

Психотехнические рекомендации такие же, как и в предыдущем процессе.

**Вербата для Контура 5.**

«Я умер –

вчера

ради

сегодняшнего возрождения!»

Ниже прилагается «Текст Посвящения» как практическое осуществление данного шага.

Действо с этим листом предполагает наличие довольно высокой степени самоосознания, ибо любая инициация подключает нас к энергиям совершенно иного порядка – внеличностного и отличного от обыденного плана элементарных сил. Здесь в полной мере срабатывает механизм «бумеранга» – что я отправлю во Вселенную, то я и получу по каналу обратной связи. Посему, прежде чем приступить к самому ритуалу, стоит хорошо задуматься над тем, во что хочется себя посвятить.

**Текст Посвящения.**

Я, (имя)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 пребывая в состоянии полной осознанности и ответственности за свершаемое мною и происходящее со мною, а, также вверяя себя Созидательной и Единой Воле Вселенной, посвящаю себя в звание \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Да будет так!

**Вербата для Контура 6.**

«Отныне я осознаю свою жизнь как мистический факт. Да будет так!»

**Вербата для Контура 7.**

«Я – автор происходящего со мной.

И потому я беру и несу ответственность за все то, что со мной происходит.

И это означает, что я способен создать любой результат, который только пожелаю создать.

Это в моих силах. Ибо Сила теперь со мной.»

**Вербата для Контура 8.**

«Я – самовыражающееся Бытие.

Бытие проходит сквозь меня и через меня.

Я один на один с Бытием – без посредников.

Я – самовыражающееся Бытие».

**Вербата для Контура 9.**

«Путешествие заканчивается, но это лишь начало Пути.

Полное самоосознание собственных глубин открывает доступ к высотам.

Погружение плавно переходит в свободное парение.

Куколка превращается в бабочку, а ученик – в Мастера.

Распахиваются двери прихожей, и весь Мир становится Домом.

Что дальше?…

Дальше нет вопросов, нет ответов…

Только Жизнь

Только Любовь».

|  |
| --- |
| **Глава 4. Иерофанический Zигзаг.****Иерофания –** органичное сплетение Священного и Мирского. Проникновение Сакрального в Обыденное. Их взаимосвязанность и единство.Вот последовательность этапов человеческого преображения.1. Отречение. 2. Жертвоприношение. 3. Посвящение. 4. Служение. **1. Отречение**.Это отказ что-либо или кого-либо называть своим – через инсайтное осознание – «нет ничего моего».Стало быть, отречение как деяние, как поступок представляет собой отказ от собственных притязаний и претензий на что-либо или кого-либо как на собственность.***«Нет ничего моего».***Если стремиться к обоснованности в высказываниях, то оправданно ли утверждать в отношении чего-либо: «Это мое»?Логично ли называть «моим» все то, чего я могу лишиться в любую минуту?Все, абсолютно все, к чему мы имеем отношение, может исчезнуть в любой миг.Я не распоряжаюсь своим телом – оно болеет, устает, стареет – вопреки моим желаниям.Значит, оно мне не принадлежит. И, значит, оно не мое.Сама жизнь моя?Но, разве я волен управлять ей так, как мне вздумается? И таким образом, разве принадлежит она мне полностью и всецело?А, если нет, это означает, что она мне вовсе не принадлежит.Следовательно, и жизнь «моя» – не моя. Каждая ее минута может оказаться последней – и вовсе не по моему разумению.Чтобы я ни назвал, на чтобы ни указал – дается мне лишь во временное пользование.Смиренное осознание того, что «нет ничего моего» позволяет спокойно пережить и освободиться от одной из тяжелейших иллюзий ума.***Отречение = Отсечение.***Рано или поздно, у всякого, кто задумал осуществить свой Переход, возникает состояние, которое можно охарактеризовать: «не хочу и не могу жить по старому».Сама органика, все естество начинают бунтовать и восставать против рутины прежних режимов – зажимов, удушающего быдла обыденности.Дух рвется вырваться из духоты разлагающегося тлена обытловатой лени. |

Разбить бытующий быт и рвануть в свободное пространство бытия – вот, что становится доминирующей мыслью, смыслом, откровением, новым знанием, благой вестью о себе, исходящей из собственной неизбывной глубины.

Тогда я свободно и легко отрекаюсь от прошлого. Нет у меня теперь ни претензий к прошлому, ни притязаний на него.

Я отрекаюсь от прошлого.

Я отсекаю прошлое от себя.

Отсеченный – счастлив.

Ибо счастье и есть отсечение.

Понятие «счастье» питается из протоязыкового корня **Skei** – «отсекать».

Я отрекаюсь от старого, дабы наречь себя новым.

Отдавая – создаю.

И мое отдание – дань – жертвоприношение.

**2. Жертвоприношение**.

**Жертва = Пожирание.**

Каждый миг нашей жизни есть жертва.

Ибо каждый миг от жизни отнимается.

Как однажды день начинает идти на убыль, так в убыль незаметно перетекает вся наша прибыль. Что прибыло – то убыло.

Прибило волной – прибыль. Унесло, отнесло, снесло волной, слизнуло отливом – убыль.

Каждый миг мы чем-то жертвуем – временем, здоровьем, самой жизнью.

И тем самым, мы сами – жертвы.

Ты – жертва. О чем разговор?

Ты – жертва. Хотя бы потому, что тебя пожирают.

Тебя пожирают – все и всё.

Тебя пожирает время.

Тебя пожирают мнения.

Тебя пожирают близкие.

Тебя пожирают дальние.

Тебя пожирает пожираемое тобой.

Мир – это пир ликующей

Всепоглощающей жратвы.

Однако существует путь, освобождающий того, кто следует ему, от повинности быть жертвой.

Но, кто же тогда, если не жертва?

Если не жертва, то – жрец.

В мире людей можно выделить два актуальных состояния: Жертва и Жрец.

Жертва – когда тебя пожирают, когда ты волей-неволей становишься жратвой.

Тем не менее, жрец - вовсе не означет, что начинаешь пожирать ты сам. Никакой кровожадности!

Жрец – означает освобождение от заданности, обязанности-обвязанности быть жратвой.

Освобождение – первый шаг к постижению свободы.

А постижение – это уже достижение.

С чего же начинается жрец?

Как это не парадоксально звучит, жрец начинается с жертвоприношения.

Жертвоприношение – та же жертва, но только добровольная, осознанная.

Стало быть, жрец – тот, кто добровольно и осознанно осуществляет собственную жертвенность.

Если профан (= жертва) проживает текущую минуту так, будто у него этих минут неограниченное количество, то жрец отчетливо и остро переживает ее как возможно последнюю в своей жизни. Жрец легко отказывается от ценностей и оценок.

**Отказ от ценностей.** Прежде всего, наши ценности – это наши оценки. Всего лишь, и не более того.

Мы с высокопарным трепетом и напыщенным пафосом разглагольствуем о неизбежности наших ценностей, пытаясь придать им статус священного измерения. Подобная ложь нас утешает, а от собственного цинизма мы приходим в сентиментальное умиление.

Ложь и цинизм проявляются в том, что мы собственноручно, точнее, собственноножно, попираем свои же ценности – на каждом шагу, сочиняя невинный вид, что на самом деле все в порядке и никакого кущенства не происходит.

Например, возьмем такую «ценность» как семья.

Многие семьи давно уже выродились в зловоную помойку, где догнивают останки некогда чистых чувств.

Отупевшие от собственной ненависти, партнеры предпочитают однако, вместо того чтобы освободить друг друга от своего порядком надоевшего удушающего присутствия, кичливо демонстрировать фарисейскую приверженность, видите ли, семейному долгу. Хотя такой брак и не брак, а выбраковка.

Там, где можно спокойно и своевременно разойтись, подобные супруги с одержимостью некросадистов продолжают свои взаимоистязания. Как же, ведь семья это ценность!

Там, где практикуются обманы, подлоги и измены, об истинности и цельности отношений не может идти никакой речи. Там человек скорее перестанет быть человеком, чем решится выбраться из тлена распада. Как же, ведь семья это ценность!

В таком случае спид, война, насилие – это тоже ценности?

Наши, так называемые ценности – это наша плата за собственное выживание. Это сплошные рационализации и морализации – псевдоинтеллектуальные и моральные оправдания собственной трусости, жадности и агрессивности.

Тот, кто излишне предан ценностям, тот с легкостью предает ради этих ценностей даже самого близкого.

Предают, продают, торгуют – жизнями, душами, совестью, прикрываясь «вечными ценностями» – родиной, государствыом, семьей, честью…

Слово «ценность» имеет отношение к слову «цена» и в основе своей исходит из индоевропейской праформы **koina**, которая переводится как – «кара», «пеня» (за убийство). В авестийском языке kaena означает «наказание», а в персидском кин – «злоба», «вражда». По звукописи весьма сочетается с хорошо известным именем – Каин.

Теперь более понятной становится истинная цена всем нашим «ценностям нерушимым».

И чем скорее я от них отрекусь, отрину их, тем скорее вернусь к истинности Живой Жизни.

Если любовь ценность, то она продажна. Но тогда это уже не любовь. Любовь потому и любовь, чтонет у нее ни цены, ни оценки. И потому Любовь – не ценность.

Как только жизнь становится ценностью, она перестает быть жизнью и делается так себе, унылым, худосочным проживанием.

Только внутренее и решительное освобождение от отягчающего груза ценностей наше пребывание приобщает к бытию.

**Что значит отказаться от приверженности к ценностям?**

То, что я имею – так называемое, мое имение (имущество).

То, чего я достиг – достояние.

У меня есть профессия, семья, жилье, вещи, деньги.

И речь вовсе не идет о том, чтобы пустить все это по миру.

В реалиях нашего существования указанные аспекты являют собой то, что принято называть благом.

Разочарование наступает, как всегда, в том случае, когда происходит подмена понятий.

В данной ситуации подмена проявляется в путанице между понятиями – благо и счастье.

Когда субъект полагает, что он счастлив, он зачастую всего лишь навсего удовлетворен.

Какова же степень его разочарования, когда однажды к нему приходит чувство, что удовлетворение закончилось, и он в сердцах восклицает – а где же счастье?!

Он просто принял одно за другое и теперь за собственную ошибку расплачивается.

И он тешится очередным благом, но утешения так не обретает.

Счастье (Skei) как раз и состоит в том, чтобы отсечь себя от приверженности к ценностям.

Счастье – это не состояние, а процесс. Вернее, процесс-состояние. Переживание как деяние. Деяние-переживание. Это не чувство и не эмоция, а полнорта переживания.

Вместо оценивания – благодарение: «У меня есть благо. Я не ценю и не оцениваю его. Я просто благодарю за то, что оно у меня есть. Я не владею им, потому что оно не мое. Но я пользуюсь им. И я благодарю за предоставленную возможность им пользоваться».

Благодарю за блага дар.

Это и есть отказ от ценностей. В пользу переживания чувства благодарности.

От того то жрец не про-живает, а пере-живае. То есть он – Живет.

С другой стороны, он прекрасно отдает себе отчет в том, что любая его минута уходит безвозвратно, и с равной неотвратимостью с этой минутой уходит его жизнь. И зная такое свойство естественного потока вещей, он эту минуту приносит в жертву. Тем самым, он свершает жертвоприношение. И тем самым, он осуществляет свою инициацию – посвящение.

**3. Посвящение.**

Инициированный человек в значительной степени отрывается от профанного измерения. Это ясно.

Остается прояснить, в какой же конкретике воплощается это загадочное, ставшее притчей во языцех, Посвящение.

Если развеять метафизический туман, выходит совсем просто.

Ключевое понятие, имеющее отношение к Посвящению, содержится в слове чему.

Я посвящаю себя в то, чему я посвящаю свое действие.

Таким образом, посвящение и жертвоприношение неразрывно связаны.

Вот почему невозможно обрести Посвящение без Жертвоприношения. Жертвоприношение есть необходимый шаг к посвящению. Собственно говоря, Жертвоприношение уже есть начало Посвящения.

За день мы совершаем тысячи всевозможных действий, самых элементарных, бытовых. Профан выполняет их механически, с автоматизированной заданностью робота, скованный предписанной обусловленностью.

Жрец осознает, что любое действие, даже мытье рук, может быть посвящено чему-либо.

Если его интересует, например, собственное здоровье, то он может сформулировать личное намерение таким образом: «Это мытье рук я посвящаю своему здоровью».

**Формула обмена.** Полезно помнить, что каждое наше действие – это жертва.

Даже, когда мы просто моем руки, мы, так или иначе, пребываем в ситуации и положении жертвы. Хотя бы потому, что любое действие отнимает у нас время, энергию, силы. Мы просто вынуждены потратиться на достижение того или иного результата.

Однако если некое действие начать посвящать какой-то сокровенной, фундаментальной цели, то всякий раз при этом мы будем эту цель активизировать, актуализировать. Шансов на ее скорейшее достижение прибавится по сравнению с тем, если мы не практикуем акции посвящения.

В том и состоит принцип сакральной формулы обмена.

Если я просто помыл руки, механически, стереотипно, то лучшее из того, что я могу получить – это чистые руки, которые, впрочем, опять в скором времени загрязнятся.

Если я мою руки и осознаю, что при этом приношу жертву – со стороны своего времени, силы, или чего-то еще, то могу эту жертву воспринимать как принесение дара в виде тех же самых: времени, силы или чего-то еще. И тогда я этот дар могу посвятить тому, чем желаю обладать – здоровью, например:

Действие: я чихнул.

Формула: «Я посвятил свой чих обретению умиротворения и покоя». Собственно говоря, чих здесь ни при чем. К умиртовроению и покою он не имеет никакого отношения. Но моя акция посвящения невольно в этот момент сделала мое действие ритуальным и, тем самым, ввела его в сферу действий сакральных энергий, что самого меня придвинуло к результату.

Действие: я подвернул ногу.

Формула: «Я пожертвовал своим здоровьем. Данную жертву я посвящаю своему уверенному поведению».

Поначалу подобная практика может вызывать ощущение некоторого замешательства у того, кто сподобился ее применять.

Но на следующий же день она войдет в органику делателя и станет не менее естественной, чем сама его жизнь.

Единственное, что никогда с ней не произойдет – это ее механизация, ибо всякий раз при ее исполнении ум будет удивлен.

**4. Служение.**

Это высшая точка в искусстве Постижения и Достижения.

Она объединяет, синтезирует, соединяет три предыдущих этапа.

Собственно говоря, отречение, жертвоприношение, посвящение являют собой ступени одной лестницы Служения.

Отречение – это отсечение.

Жертвоприношение – оставление отсеченного.

Посвящение – обретение взамен отсеченного.

Служение – сложение с отсеченным.

Служение=Сложение.

С тем складываешься, чему служишь.

Складываешься, то есть – соединяешься.

Соединяешься, значит, становишься един с ним.

Вот почему служение есть наиболее мощное делание в практике преобразования себя и полного самораскрытия своей предзаданности.

**Эпилог.**

История заканчивается тогда когда доминирующее эго заводит человека в тупик. Тогда он начинает ощущать приближение катастрофы и искать спасения, обращаясь к последним моментам исцеляющего смысла.

И потому его тайной верой становится ностальгия по архаическому, тому, что лежит за пределами времени, тому утраченному Раю, где подлинное естество проявляло себя во всей своей жизненной силе.

Архаическое возрождение означает победу над 3-мя врагами человека. Это – 1. Монотонность, 2. Скука, 3. Тревога.

И тоска человеческая по утерянному Раю становится острее и острее. Вся разница лишь в том, что у кого-то она проявляется выраженно, у кого-то смутно ощущается в переживаниях по поводу бессмысленности наступающей со всех сторон рутины.

И потому мы продолжаем бродить, лишенные жизненной силы, по пустыне вязких идеологий, превращаясь в запрограммированных роботов. Но задавленное и подавленное естество заявляет о своем бунте, который вскоре грозит обрушится сокрушительной катастрофой, если человек не найдет выхода, позволяющего ему обрести себя вновь.

Тайна, но и, Правда, – в глубине нас самих. И это дает нам шанс спастись.

Ибо наша глубина – самая насыщенная часть нашей жизни.

Бессмертие реально, потому что реален выход за пределы времени.

Мир – это текст, заполненный символами. И если знать значения этих символов, то можно стать соучастником таинственных преобразований, творящихся в священных пространствах.

Невидимое управляет видимым. И Неведомое – ведет. И Неведомое ведает обо всем том, что происходит здесь.

Почему нас с такой магнетической силой манит к себе Неведомое? Потому что мы родом оттуда. Мы – заброшенные в этот мир и брошенные в этом мире, где свою власть навязывает время, лишь тщимся казаться стабильными и благополучными. Но правда в ином. Она в том, что все то, чем мы обладаем, нам не принадлежит. Ибо в любой миг все это может быть потеряно или отнято. Мои дети, мой дом, моя машина, мое тело… Нет ничего такого, про что можно было бы сказать "это мое". Разве не так? И никакие самые изощренные средства охраны не смогут защитить все это от невидимой руки, если та пожелает все это убрать. И внутри себя человек это знает и, зная, преисполняется тревоги и беспокойства, не смотря на всю свою внешнюю самонадеянность и уверенность. Но настоящий, глубинный, ядерный страх заключен не в боязни потери имущества. Истинный кошмар помещается в вопросе – А что у меня останется, если я потеряю все? Ужас перед пустотой.

Однако мы можем возвратиться к тому, что никогда не исчезало, не исчезает и не исчезнет в силу природы своей, к тому, что остается всегда.

Вечная радость чистого экстаза, сладостное осознавание бесконечной любви Вселенной наполнит душу и воодушевит тело. И мы прорвемся сквозь беспомощные мифы одряхлевшей рутины к озарениям мгновенного опыта. Дух возвысится над останками смятений и сомнений для того, чтобы возвестить о своем торжестве.

Спасется тот, кто захочет спастись. Для этого нужно только желание. И знание – *как* это сделать. А *Как* это сделать – ответ Психономики.

Мы совершим головокружительный прыжок в Неведомое… который не заканчивается падением… который вообще не заканчивается… который все время продолжается… и перерастает в полет.

**Библиография**

Барт Р. Мифологии. – М., 1996.

Бейтсон Г. Экология разума. – М., 2000.

Берг Л.С. Номогенез или эволюция на основе закономерностей. – Петроград, 1922.

Бирлайн Д. Ф. Параллельная мифология. – М., 1997.

Булгаков С.Н. Философия имени. Париж, 1953.

Витгенштейн Л. Логико-философский трактат. – М.,1958.

Гамкрелидзе Т.В. Иванов Вяч. Вс. Индоевропейский язык и индоевропейцы. Реконструкция и историко-типологический анализ праязыка и протокультуры. – Б., 1998.

Генон Р. Символы священной науки. – М., 1997.

Гуссерль Э. Идеи чистой феноменологии. – М., 1993.

Дворецкий И.Х. Латинско-русский словарь. – М., 2000.

Деррида Ж. О грамматологии. - М., 2000.

Джеймс У. Воля к вере. – М., 1997.

Джуссани Л. Религиозное чувство. – М., 2000.

Евдокимов П. Женщина и спасение мира. – Мн., 1999.

Жирар Р. Насилие и Священное. – М., 2000.

Канетти Э. Масса и власть. – М., 1997.

Керлот Х.Э. Словарь символов. – М. 1997.

Кляйн М. Зависть и благодарность. Исследование бессознательных источников. – СПб., 1997.

Лосский Н.О. Бог и мировое зло. – М., 1999.

Лосев А.Ф. Знак, символ, миф. – М., 1996.

Лосев А.Ф. Языковая структура. – М., 1983.

Леви-Строс К. Структурная антропология. – М., 1985.

Лурия Р.Я. Язык и сознание. – М., 1979.

Мак-Вильямс Н. Психоаналитическая диагностика. Понимание структуры личности в клиническом процессе. – М., 1997.

Маккенна Т. Пища Богов. – М., 1995.

Маковский М.М. Язык – Миф – Культура. Символы жизни и жизнь символов. – М., 1996.

Меннингер К. Война с самим собой. – М., 2000.

Мокиенко В.М., Никитина Т.Г. Большой словарь русского жаргона. – СПб., 2000.

Моник Ю. Фаллос. Священный мужской образ. – М., 2000.

Ожегов С.И. Словарь русского языка. - М., 1978.

Павлович Н.В. Язык образов. Парадигмы образов в русском поэтическом языке. – М., 1995.

Пиаже Ж. Избранные психологические труды. – М., 1994.

Смирнов И. Хлам текстов (Мусор, эмоции и философия). - Логос №2 (1999) 12.

Старославянский словарь (по рукописям X – XI веков). Под редакцией Р.М. Цейтлин, Р. Вечерки и Э. Благовой. – М., 1999.

Токарев С.А. Рание формы религии. – М., 1990

Фуко М. Слова и вещи. – М., 1977

Цветков Э.А. В поисках утраченного Я. – СПб., 1995.

Цветков Э.А. Великий менеджер. – СПб., 1997.

Цветков Э.А Досье на человека. – СПб., 1997.

Цветков Э.А Мастер самопознания. – СПб., 1999.

Цветков Э.А. Психономика, или программируемый человек. – СПб., 2000.

Цветков Э.А. Тайные пружины человеческой психики. - СПб., 1995.

Цветков Э.А. Танец дождя, или по ту сторону психотерапии. – СПб., 1996.

Цветков Э.А. Психоактивный словарь. – М., 2001.

Черных П.Я. Историко-этимологический словарь современного русского языка. – М., 1999.

Шпет Г.Г. Внутренняя форма слова. – М., 1929.

Эвола Ю. Метафизика пола. – М., 1996.

Экхарт М. Проповеди и рассуждения. – М., 1912.

Элиаде М. Миф о вечном возвращении. - М., 2000.

Юнг К. Дух и жизнь. – М., 1996.

Юнг К. Проблемы души нашего времени. – М., 1993.

Якобсон Р. В поисках сущности языка. – Семиотика. – М., 1983.

Bellah R.N. Beyond belief: Essays on religion in post-traditional world. New-York, 1976.

Benveniste E. Indo-Europian Language and society. London, 1973

Cook A. Myth and Language. New-York, 1980.

Cooper J.C. An illustrated encyclopaedia of traditional symbols. London, 1978.

Freued A. The Ego and the Mechanisms of Defense. London, 1937.

Harding E. The Way of All Women. New-York, 1975.

Jaffe A. The Myth of Meaning. New-York, 1971.

John-Roger. Dreams. New-York, 1976.

Menninger K. Theory of Psychoanalytic Technique. New-York, 1958.

Otto R. The Idea of the Holy. London, 1923.

Stoller R. Sex and Gender. London, 1968.

Storr A. The Art of the Psychotherapy. London, 1979.

Trip E. The Meridian handbook of Classical Mythology. New-York, 1970.

Vangaard, Thorkil. Phallos: A Symbol and Its History in the Male World. New-York, 1972.

Whitmont, Edward C. Return of the Goddess. New-York, 1984.