

Игорь Калинаускас

НАЕДИНЕ С МИРОМ

Всем, кто участвовал в проявлении того, что за этим текстом находится, – благодарность и почитание.

Автор

ВМЕСТО ЭПИГРАФА

*Верные слова не изящны.
Красивые слова не заслуживают доверия.
Добрый не красноречив.
Красноречивый не может быть добрым.
Знающий не доказывает, доказывающий не знает.
Истинная правда похожа на ее отсутствие.*

Лао-Цзы

Непреренно увеличивайте количество поглощаемой информации. Загружайте мозги, загружайте! Иначе вы никогда не добьетесь исцеления – рвоты и очищения мозгов.

*Терапевтическое правило времен
информационного потопы*

ВМЕСТО БИБЛИОГРАФИИ

При создании книги автор опирался на идеи, мысли, высказывания таких мыслителей и ученых, как:

*Лао-Цзы, Свами Вивекананда, Тартанг Тулку, Идрис Шах,
Бхагван Шри Раджниш, Шри Ауробиндо, Г. Гурджиев,
П. Успенский, М. Кимбатбаев, К. Кастанеда, Рам Дасс,
П. Флоренский, В. Вернадский, А. Чижевский, Э. Циолковский,
Л. Выгодский, А. Лурия, С. Рубинштейн, А. Леонтьев, Д. Узнадзе,
М. Бахтин, Ю. Лотман, П. Симонов, П. Ершов*
и многих, многих других.

Персональный сайт автора

www.IgorKalinauskas.ru

СОДЕРЖАНИЕ

ЧАСТЬ ПЕРВАЯ. Диалогическая	4
Инструментальная составляющая Я-концепции	7
ЭКСКУРС В ПРОШЛОЕ (БУДДА)	8
Очерк о Самопознании и Диалоге	10
СУБЪЕКТИВНОЕ ПЕРЕЖИВАНИЕ ИСТИНЫ	17
Знание, переживание, работа	20
Методология	23
ЧАСТЬ ВТОРАЯ. Технологическая	27
ЗАЧЕМ ЛЮДИ ПРИХОДЯТ В ГРУППЫ И ЧТО МОЖНО НАЙТИ В НАШЕЙ?	27
АКТИВНОСТЬ И РЕАКТИВНОСТЬ	33
НЕКОТОРЫЕ ЭТАПЫ ОБУЧЕНИЯ	35
ИНСТРУКЦИИ К БАЗОВЫМ УПРАЖНЕНИЯМ	39
ЧЕЛОВЕК КАК ЦЕЛОЕ	41
ЧЕЛОВЕК ИЗМЕНЯЕТСЯ	41
МЕТОД ПРИЧИННО-ПОЗИТИВНОГО МЫШЛЕНИЯ	42
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ 16-ЗНАЧНОГО КОДА ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННЫХ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ	44
ПУТЕШЕСТВИЕ ПО СОСТОЯНИЯМ	47
КАРТА ДРЕВНИХ	49
ОБРАЗ И СЛОВО	51
ИЗМЕНЕННЫЕ СОСТОЯНИЯ СОЗНАНИЯ, ИЛИ ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ	55
МЕТОД КАЧЕСТВЕННЫХ СТРУКТУР КАК СПОСОБ ОРГАНИЗАЦИИ ВНУТРЕННЕГО ПРОСТРАНСТВА СОЗНАНИЯ	61
МЫСЛЕННЫЕ ЭКСПЕРИМЕНТЫ	62
СОЗНАНИЕ КАК ИНСТРУМЕНТ	67
ЦЕННОСТНАЯ СТРУКТУРА ЛИЧНОСТИ	70
ВВЕДЕНИЕ В СОЦИОНИКУ	74
ПРИНЦИПЫ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ТИПОЛОГИИ	75
ПРИНЦИПЫ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ТИПА ИНФОРМАЦИОННОГО МЕТАБОЛИЗМА	81
ПОЛНАЯ РАЗВЕРТКА ТИПА ИНФОРМАЦИОННОГО МЕТАБОЛИЗМА	88
ПРОБЛЕМА РАСТОЖДЕСТВЛЕНИЯ	90
ПОТРЕБНОСТИ	94
РАЗВИТИЕ ИНСТРУМЕНТОВ И ИГРА	98
И СНОВА О ТЕЛЕ	102
ФИЗКУЛЬТУРА И СПОРТ	103
И СНОВА О ПСИХОЭНЕРГЕТИКЕ	104
ПУТЬ К ЦЕЛОМУ	105
ОБ ОБЪЕМНОМ СПОСОБЕ ВОСПРИЯТИЯ	111
ПРОБЛЕМЫ ОБУЧЕНИЯ	113
ГРАНИЦЫ ВОЗМОЖНОСТЕЙ	116
УРОВЕНЬ ПРАВДЫ	118
ДИАЛОГ	121
РЕЗОНАНС	125
ПАМЯТКА ПО ТЕХНОЛОГИИ ОБЩЕНИЯ	127
ЗА ПРЕДЕЛАМИ КЛЕТКИ	128
ВСТРЕЧА С СОБОЙ	130
ОБОБЩЕННЫЙ АНАЛИЗ РАБОТ ГРУПП	131
УПРАЖНЕНИЕ НА РАЗМЫШЛЕНИЕ	133

ЧАСТЬ ТРЕТЬЯ. Философский остров в море технологий	135
МЕТОД КАЧЕСТВЕННЫХ СТРУКТУР	135
ЖИЗНЬ И БЫТИЕ.....	137
ГРУППА "ВЫСКАЗЫВАНИЙ" Часть первая	139
ГРУППА "ВЫСКАЗЫВАНИЙ" Часть вторая	141
ГРУППА "ВЫСКАЗЫВАНИЙ" Часть третья.....	143
ГРУППА "ВЫСКАЗЫВАНИЙ" Часть четвертая	144
 ЧАСТЬ ЧЕТВЕРТАЯ. Беседы о школе	 146
Беседа первая.....	146
Беседа вторая	154
Беседа третья	161
Беседа четвертая.....	165
Беседа пятая	174
Беседа шестая	178
Беседа седьмая.....	185
Беседа восьмая.....	190
Беседа девятая	197
Беседа десятая.....	205

ЧАСТЬ ПЕРВАЯ ДИАЛОГИЧЕСКАЯ

*Ты не должен любить обезумевшую стаю птиц!
Ты вовсе не должен воздать любовью за ненависть
и злобу.
Ты должен тренироваться и видеть истинно доб-
рую чайку в каждой из этих птиц и помочь им уви-
деть ту же чайку в них самих.
Вот, что я называю любовью.*

Р.Бах

Когда люди берут в руки неизвестный текст, они обычно хотят заранее знать его смысл, дабы решить - читать его или нет. Добрую службу тут может сослужить помещенная в начале текста аннотация. К примеру, такого плана, как приведенные ниже:

1. В книге обосновывается информационный подход к проблеме "сознание и мозг", рассматривается соотношение сознания и информации, формулируются основные результаты информационного подхода к исследуемому вопросу, дается анализ проблемы расшифровки нейродинамического кода психических явлений, обстоятельно разбирается и критикуется физикалистский подход к проблеме "сознание и мозг".

*(Дубровский Д.И. Информация, сознание, мозг.
М.: Высшая школа, 1980).*

2. Это тайные слова, которые сказал Иисус живой и которые записал Дидим Иуда Фома. И он сказал: тот, кто обретает истолкование этих слов, не вкусит смерти.

*(Евангелие от Фомы, кн.: Трофимова М.К. Историко-
философские вопросы гностицизма. М.: Наука, 1979. С. 160).*

Наш текст является своеобразной аннотацией для самого себя.

Выходящей, как читатель сможет убедиться, за рамки обычной, ибо традиция облегчает познание известного, ничего не делая по отношению к неизвестному.

АННОТАЦИЯ 1

Данный текст целиком посвящен Диалогу и сам является Диалогом.

Диалог - обмен информацией между двумя понимающими друг друга сторонами посредством третьей, выполняющей функции переводчика.

Вступать в Диалог могут только субъекты.

Субъектом, или субъективной реальностью, является все, что нельзя объективировать.

Объективной реальностью, или Миром, является все, о чем можно хоть что-нибудь сказать и что не является самосознанием. Иными словами, единственным выражением субъективной реальности является самосознание.

Данный текст - это практика Диалога с говорящим Миром.

Диалог становится реальной практикой только в живом контакте знающего и ищущего знание.

Изложив смысл предлагаемой публикации в наиболее сжатом виде, следует сказать несколько слов о принципах ее построения.

В тексте Это проявляет себя так же, как в проявителе - фотопластинка. Вначале на ней видны какие-то бесформенные пятна.

Постепенно они становятся все ярче, приобретая вдруг определенное, конкретное значение. Сюжет отснятого постигается мгновенно и необратимо.

Далее четче и выразительней проясняются его отдельные детали, но они уже не являются существенным дополнением основного облика фотографии.

Если пластинку держать в растворе дольше, она почернеет, и фотография исчезнет. Некоторое время зафиксированный памятью снимок еще будет удерживаться воображением, но он уже никогда не предстанет таким ярким, как в момент мгновенного постижения его содержания.

Что-то подобное происходит с постижением Этого. Оно наступает сразу, целиком и мгновенно. Но так же мгновенно вы можете увидеть перед собой черное пятно и забыть, казалось, уже воспринятое. Поэтому, читая этот текст, делайте время от времени паузы. Как только почувствуете, что все поняли, или, наоборот, что абсолютно ничего не понимаете, более того - не хотите понимать, отложите книгу: она уже сделала свое дело.

Ведь цель ее не в том, чтобы дать читателю новую информацию или опровергнуть старую. Не важно и "понимание" или "непонимание". Если, не дочитав излагаемое, начнете искать его ИСТОЧНИК, мы скажем: текст сработал. Если бросите чтение и не станете докапываться до "корней", мы скажем то же самое: текст сработал.

АННОТАЦИЯ 2

1. Каждый человек является проводником бесконечного океана знания и силы, лежащего позади него.
2. Познай себя как часть Мира и Мир как часть себя.
3. Из Мира следствий в Мир причин.

Предлагаемый текст является чередованием "взглядов снаружи" - попыток проявить Это человеку, ничего о нем не слышавшему, и "взглядов изнутри" - размышление об Этом людей, которые определенное время практиковали или практикуют.

Все, что вы прочли до сих пор, - "взгляд снаружи". Теперь мы предлагаем серию "взглядов изнутри".

Взгляд изнутри 1

Практикуя Это, я хочу: овладеть психознергетикой, достичь хорошего настроения и здоровья, развить свои возможности, уверенность в себе, расширить кругозор, уточнить знания, уменьшить свои недостатки, увеличить активность мышления, общения; если достигну результатов, буду заниматься длительно.

Взгляд изнутри 2

*Глухой глухому говорит,
Слепой слепого направляет,
И каждый сон цветной глядит.
Когда проснутся все, кто знает?*

Взгляд изнутри 3

Проблема самосознания связана с проблемой контакта с Миром. Для ее решения необходимо прежде познать самого себя и избавиться от агрессии к Миру. Все корни проблем человека - в самом человеке.

Самый эффективный способ контакта с Миром - контакт целого с целым.

Отношение к Миру должно носить непосредственный характер. Для достижения цели нужно:

- изменять самого себя,
- изменять отношение к Миру.

Эта работа должна проводиться постоянно.

ДИАЛОГ С НЕОФИТОМ

Неофит. Хочется найти возможность открытия резервов психики человека, выработать методики, приемлемые для нашего времени, позволяющие людям овладеть собственными неиспользуемыми возможностями.

Инструктор. Действительно ли уже исчерпаны все возможности вашей психики, и для того, что Вы задумали, нужны дополнительные, резервные?

Н. Появилась реальная возможность заполнить жизнь свою новым содержанием.

Ин. Чем Вас не устраивает старое, и уверены ли Вы, что новое будет лучше?

Н. Те состояния, которые мы осваивали, не существуют сами по себе.

Это звучание всего, что нас окружает, оно реально, из этих звучаний складывается музыка звучания окружающего Мира. Хочу научиться слышать эту музыку, звучать в унисон с нею.

Ин. А если в ней прозвучит страдание, горе, боль, захотите ли Вы продолжать ее слышать?

Н. На занятия меня привела возможность научиться управлять своим сознанием, расслабляться, сосредоточиваться, когда это нужно.

Ин. Когда научитесь, будете ли Вы действительно этим пользоваться?

Н. Не согласен с автоматизмом течения жизни, с ее обыденным круговоротом: дом - работа - дом. Хочу сделать попытку вырваться за пределы этого круга.

Ин. А если за пределами та же обыденность?

Н. Мои мотивы: интерес к изучению психики, потребность познания механизмов и особенностей внутреннего мира человека.

Ин. Вы уверены, что Вам эти знания понадобятся?

Н. На занятия меня привел интерес к необычным явлениям, стремление к самосовершенствованию. Хочется также составить реальное представление об окружающем нас Мире.

Ин. Вы уже решили, что будете делать, достигнув совершенства?

Следующий "взгляд изнутри" выражает теоретические положения, служащие основой практических занятий и изложенные поэтому на сжатом, "инструментальном" языке. Под "психоэнергетикой" здесь понимается комплекс человеческих качеств, с которыми связаны понятия "чувство", "чувствительность", "сверхчувствительность", "биополе", а также "переживание", "эмоция". С точки зрения Диалога есть все основания объединить эти качества в одно измерение человеческого существа, именуемое "психоэнергетическим инструментом".

Инструментальная составляющая Я-концепции

Взгляд изнутри 4

Задача метода в том, чтобы помочь решить проблему Диалога, проблему взаимоотношений "Я - Другой", между субъективной и объективной реальностями.

Мы, как правило, не выдерживаем напряжения Диалога и отказываемся от него или способом "есть только Я", или способом "есть только Другой".

Для того же, чтобы оба участника (Я и Другой, 1-й и 2-й голоса) реально воспринимали друг друга, необходимо ввести в Диалог третий голос. Есть четыре формы его: фабула, авторитет или цитата, общая система критериев, свидетель.

Творческий Диалог 1-го и 2-го голосов может произойти лишь тогда, когда между ними есть нечто объективное для обоих - третий голос.

Какой же третий голос может (должен) быть в нашем Диалоге с Миром?

Эта система в качестве третьего голоса предлагает наши инструменты - тело, психоэнергетику, сознание. В основу инструментальной составляющей Я-концепции положен метод качественных структур. В любом живом (развивающемся) объекте, рассматриваемом как целое, мы можем выделить: аспект организации - конструкцию, аспект функционирования - производство продукции, аспект связи - связь объекта с другими объектами, с Миром; и точку координатора - нечто, связывающее все его аспекты в целое.

Говоря о человеке, мы можем выделить следующие аспекты: аспект организации - тело, аспект функционирования - сознание, аспект связи - психоэнергетика, точка координатора - самосознание (Я есмь) или самоотношение (Я-концепция).

Почему инструменты предлагаются в качестве третьего голоса? Потому что они принадлежат одновременно и объективной, и субъективной реальностям. Они объективны и для вас, и для Другого. Это выражается в том, что именно при посредстве инструментов мы вступаем в Диалог, и у нас образуются три совокупности отношений с Миром:

1. Совокупность отношений человека с Миром как природного существа - индивидуальность. Базовый инструмент индивидуальности - тело.

2. Совокупность отношений человека с Миром как социального существа - личность. Базовый инструмент личности - сознание.

3. Совокупность отношений человека с Миром как целого с целым - сущность. Базовый инструмент сущности - психоэнергетика.

Для того чтобы наши инструменты заняли позицию третьего голоса, чтобы мы могли объективно оперировать этими отношениями, необходимо с ними (инструментами) растождествиться, как бы отделить их от себя. Это сложная задача. При ее решении возникают следующие проблемы.

Тело наиболее легко осознаваемо в качестве инструмента. Но при этой легкости, особенно в учебной ситуации, в жизни мы часто игнорируем его потребности и навязываем ему программы, идущие от личности, в основе которой лежит, к сожалению, нерастождествленное сознание. Считаем тело "зверем" и занимаемся, почти в прямом смысле, самобичеванием, потому что якобы помыслы "зверя" - "черные". Есть и другой вариант: тело - Бог. Это тоже не доводит до добра, так как в этом случае оно угнетает и личность, и сущность. Посмотрите объективно на тела окружающих, и вы засмеетесь, посмотрите на то, что вы сделали со своим, и вы заплачете.

Сознание. Сделать его действительно инструментом очень сложно. Дело в том, что оно редко бывает в настоящем (в основном - либо в прошлом, либо в будущем). Сознание все время оценивает, что выгоднее, а что нет (лучше - хуже), при этом часто критерий оценки оперативно-сознательно неизвестен, он давно уже в подсознании, автоматичен, и задача состоит в том, чтобы его осознать. Однако, осознав, вы вдруг можете увидеть, что критерий вас частично или полностью не устраивает, что он навязан вам, а вы по нему живете и оцениваете. Типичный пример нелепости позиции, продиктованной автоматич-

ностью критерия, - кровавая война между народами у Свифта из-за "проблемы", с какой стороны яйцо разбивать. А при выборе профессии (стать инженером или врачом?), определении того или иного конкретного шага - разве сознательно, трезво, а не под влиянием оценок, сформированных давно, да и порой с "чужой подачи", принимаем мы решение?

Попробуйте несколько минут думать о каком-либо предмете, и вы убедитесь: ваше сознание за это время успеет побывать и в прошлом, и в будущем. Мы даже гордимся таким своим всеобъемлющим "космическим" мышлением, не понимая, что сам-то предмет - реальный, сегодняшней - мы попросту проглядели.

Большинство людей, попадая впервые в музей, смотрят картины, по репродукциям им уже знакомые.

Психоэнергетика. На сегодняшний день отношения с этим инструментом связаны, к сожалению, со страхом. "Не существует, нереально, дурман и воображение", - утверждают многие, - хотя у каждого из них бывали ситуации, подтверждающие существование "сверхъестественного". Практика доказывает, что научиться "слышать ритмы и уровни" может каждый, это дело времени, но возникает проблема: как сделать эту функцию активной, управляемой? Человек, воспринимающий психоэнергетику, часто забывает, что и сам "звучит". Выбирая место "по полю", он думает лишь о том, как бы это место не испортило его, и совершенно не обеспокоен, что он может испортить любое место. Научиться звучать - задача сложная и важная, требующая активного действия.

Для решения всех названных проблем необходимо стабильное самосознание, обуславливающее действенность инструментов, реальную связь между ними, что помогает избежать ситуации, в которой оказались печально знаменитые герои басни Крылова Лебедь, Рак и Щука. Самосознание мудро и радостно. Оно, не отождествленное ни с одним инструментом, вступает в Диалог с Миром.

Стабильное самосознание и качество инструментов дают вам возможность глубочайшей медитации. Вы слышите океан знания позади себя и видите его перед собой. Они сливаются. Вы вступаете в Диалог с Миром.

Не кажется ли вам, что подобное состояние было присуще Моцарту?

Получив некоторые практические навыки действовать "взглядом изнутри", будем продвигаться дальше.

Вы уже поняли, что Это - определенная техника жизни (в прямом смысле слова "техника" - от древнегреческого "тэхнос" - "искусство", "умение"). Она может затронуть как отдельные ее части, так и все ваше существование. Если человека вдруг перестает удовлетворять качество его жизни, он ищет пути улучшения этого качества, хочет стать мастером своей жизни. В таких случаях обычно говорят: "У меня масса проблем, я должен их решить". Искусство жизни и рождается как способ решения человеческих проблем. Путь от осознания проблемы к ее решению проходит четыре этапа:

1. Понимание - проблема существует.
2. Познание - проблема имеет причину.
3. Надежда - проблему можно решить.
4. Освобождение - решение проблемы.

Таким образом решаются все без исключения человеческие проблемы - от технических до бытийных.

ЭКСКУРС В ПРОШЛОЕ (БУДДА)

Четыре благородные истины о мире:

1. Вся человеческая жизнь есть страдание и боль. Рождение - страдание, расстройство здоровья - страдание, смерть - страдание.

Присутствие того, кого мы ненавидим, - страдание, отдаление от того, кого мы любим, - страдание; короче, привязанность к существованию через пять органов чувств - сплошное страдание.

2. Причина кроется в человеческом существовании, ведущем от перерождения к перерождению, вечно сопутствуемому желаниями и стремлениями, которые находят там и тут свое удовлетворение и порождают ненасытную жажду удовольствий.

3. Пока любое существо движется в цикле перерождений своего явного бытия - становится то таким, то эдаким, оно будет страдать. Человек призван усовершенствовать свой дух, оторвать его от земных благ, чтобы в конце концов выпасть из всех циклических процессов, то есть стать никаким. Сознание должно вернуться к состоянию естественной прозрачности и чистоты.

4. Восьмеричный путь избавления от страданий: праведное воззрение, праведное стремление, праведная речь, праведное усилие, праведное созерцание, праведное размышление, праведная память, праведные поступки.

По пути может вести только тот, кто его прошел, поэтому нулевой, но главный завет восьмеричного пути - найди себе праведного учителя, который изъяснит тебе, что такое праведность.

Приблизительно так формировались проблемы жизни и их решения две с лишним тысячи лет назад. Как же люди смотрят на свою жизнь сейчас?

Взгляд изнутри 5

Я живу в Мире, на Земле, где-то в конкретном доме, значит, я каким-то образом связан с окружающим Миром и людьми, в какой-то мере состою с ними в Диалоге. А каков Диалог каждого из нас, где "Я" каждого из нас? В чем тут проблема?

С какого-то момента жизни каждый из нас осознает себя. Но чем мы осознаем себя? Каким "Я"? Где это "Я"? Что это? Разум? Тело? Чувства?

Сознание? Поразмыслив, кажется, что ничто из этих вещей не может быть нашим "истинным Я" ни в отдельности, ни в совокупности. Выходит, что я не знаю, кто я, хотя постоянно состою в Диалоге с другими людьми и Миром. И каков тогда мой Диалог с Миром? Каков мой Диалог с другими людьми, в какой-то мере похожими на меня, которые тоже не знают своего "Я"?

Взгляд изнутри 6

Человек - часть Мира. Отношения между человеком и Миром должны быть гармоничны. История показывает, что между человеком и окружающим его Миром - увы! - больше дискомфорта, конфликтов. Причина - монопольное положение линейного сознания над другими инструментами человека. Беда в том, что сознание стремится объяснить все по частям, но из-за нехватки информации делает это примитивно. Разбросанность человеческой деятельности затрудняет разработку единого критерия общения человека с Миром. Без такого критерия гармония невозможна. Человек вынужден лгать себе. Ради улучшения взаимоотношений с Миром прежде всего необходимо меняться человеку. Для этого нужно познать себя.

Взгляд изнутри 7

Для меня несомненным есть то, что явления, относящиеся сейчас к фантастическим, найдут всеобщее признание. Человечество перешагнуло из мира вещей в мир процессов. Старые картины Мира требуют пересмотра.

Такое впечатление, что человечество, отработав какую-то программу своего развития, подходит к моменту включения новой программы, информацию о которой, может быть, и несли нам из глубины веков духовные школы, эзотерические учения, свидетельствующие о том, что человек реализовал далеко не все свои возможности и что есть пути их реализации. Только тогда и можно понять, почему эти знания дошли до нас сквозь века

мракобесия, сквозь пламя костров инквизиции, сквозь жестокие войны и земные катаклизмы. Они не потерялись просто потому, что нужны нам, людям сегодняшним. И "духовный бум", массовые "искания истины", всеобщий интерес к духовным школам разных времен и народов - вовсе не случайность. Это процесс развития человечества, закономерность.

Так или иначе, но духовные школы решают задачу преобразования человека. Между ними есть различия пространственно-временные, есть различия в технологии. Каждая технология соответствует тому времени и месту, когда и где она родилась, и продукт этой технологии - человек - адекватен объективной реальности, породившей данную технологию.

Какой продукт, какой технологии сможет жить в наше время, быть счастливым среди современников?

Вряд ли на этот вопрос есть готовый ответ, но то, что он актуален, сомневаться не приходится.

Наша работа - это поиск. Поиск ответа.

Поиск тех, кто хочет найти ответ.

Если первый из четырех этапов, о которых мы говорили выше, будет сформулирован так: "Я существую, но не знаю, кто я такой", то осуществление постулата "Познай себя как часть Мира и Мир как часть себя", казалось бы, должно охватить следующие три этапа. Но как познать себя?

Предлагаем читателю следующий очерк.

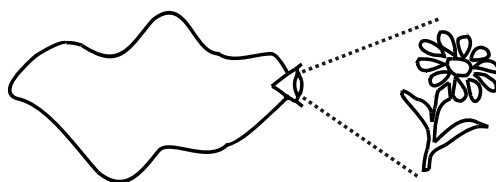
Очерк о Самопознании и Диалоге

Познай себя! - завет всех древних и новых учений. Мы, следуя ему, делаем это. Накопилась масса разнообразной информации о человеке как биологическом, социальном, психологическом объекте. Чего же, кажется, еще можно желать? Ответ: того, что отсутствует во всей этой информации, - хотя бы намек на целостное человеческое "Я". Ведь, исследуя, например, психологические реакции человека, мы учитываем в момент исследования все, кроме присутствия самого исследователя.

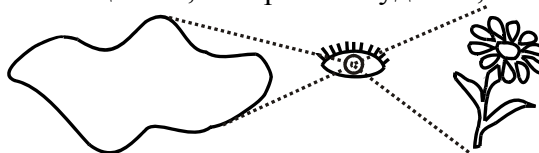
Изобразим замкнутой кривой какую-нибудь эмоцию человека, например, удивление:



Человек смотрит на цветок и удивляется:



Вдруг он спохватывается и спрашивает себя: "А чему я все-таки удивляюсь?" и смотрит на свое удивление и на цветок, который его удивил, со стороны:



Он может исследовать цветок и свое удивление как объекты, искать взаимосвязь между цветком и удивлением и таким образом написать психологический трактат. Но как ему описать глаз, который описал и цветок, и удивление? Для этого понадобился бы еще

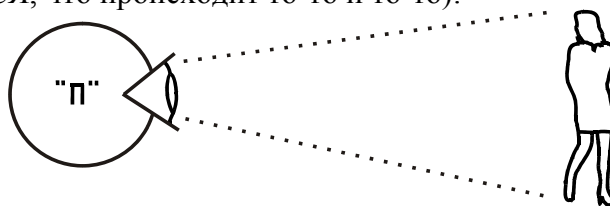
один глаз, но как сразу, в один момент, охватить и цветок, и удивление, и глаз, который все это видит? В философии этот эффект обычно описывается так: нельзя в один и тот же момент времени нечто понять и понять, каким образом я это нечто понял. Понимание и понимание понимания происходит в разные моменты времени.

Это можно продолжить до дурной бесконечности: нельзя сразу понять понимание понимания и понимание понимания понимания.

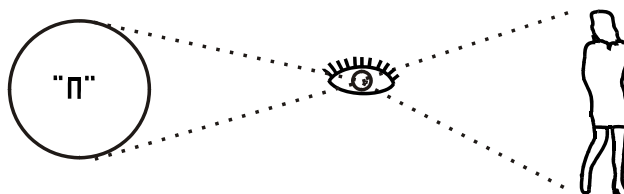
Короче говоря - человек каждый момент своего существования может видеть все, кроме самого себя в данный момент времени. А его "Я" существует в каждый момент времени. Иначе говоря, человек не может понять своего "Я" потому, что это его инструмент понимания. Как можно увидеть свой глаз? Не отражение глаза, а глаз? Истинное человеческое "Я", или точка его понимания, или вечный наблюдатель, или истинный субъект, чистая, абсолютная субъективность никогда не может быть объективирована, помещена перед нашим взглядом потому, что она сама и является этим взглядом.

Какие тут возникают проблемы?

Представим, что мы изучили психологию и заложили в свой мозг некую структуру с информацией "П", которой будем пользоваться как инструментом, вступая в контакт с другими людьми. Если гражданка Икс накричала на меня и наговорила мне грубостей, я, может быть, интерпретирую это в терминах информации "П". Например, "МНЕ КАЖЕТСЯ, что агрессивность гражданки Икс - проявление скрытого комплекса неполноценности". Я интерпретирую именно так потому, что в информации "П" как раз можно сказать об агрессивности, комплексе неполноценности и т.д. и т.п. Попробуем нарисовать наш взгляд (МНЕ КАЖЕТСЯ, что происходит то-то и то-то):

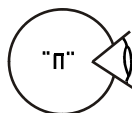


Но ведь из всего вышесказанного следует, что информация "П" никак не может быть вашим истинным "Я", потому что с ней можно растождествиться и посмотреть на нее со стороны:



Правильнее было бы сказать: "Моей памяти, то есть информации, знаниям, психологической структуре, которую я называю просто "П", кажется то-то и то-то".

Вам показалось только потому, что вы отождествились с информацией "П". Если вы с ней растождествитесь, то, конечно, все останется по-старому, но вы будете знать, что это не вам кажется, а кажется какой-то информации "П", и кажется ей только потому, что свое понимание, или свою точку зрения, или свое истинное "Я" вы наполнили, расположили, поместили на информации "П".



После такого сдвига в сознании или растождествления происходит странная вещь. Вы начинаете понимать, что информация "П" в вашем мозгу оказалась случайно. Если бы вы жили в другое время и в другом месте, информацию "П" могла заменить другая информация. Например, магическое сознание, иная психологическая теория или просто шизофрения. Выходит, что наше понимание, истинное "Я", глаз сознания, чистая субъективность, короче говоря, то, что в нашем методе называется САМОСОЗНАНИЕМ, является абсолютно пустым. Пустым для кого? Для самого себя, конечно. У человека ведь нет дру-

ного понимания, другого самосознания. Самосознанию нельзя приписать никаких качеств. Нельзя сказать, где оно расположено, каковы его границы, когда оно возникло, когда оно исчезнет. Это абсолютная пустота, являющаяся предпосылкой полноты нашей жизни. Самосознание существует, но оно всегда выпадает из причинно-следственных связей, которые постигаются при помощи самосознания. Это абсолютный "нуль", при помощи которого информация, поступающая извне, становится "единицами" сознания.

"Если нет пустого пространства, которое можно заполнить, нет процесса заполнения, то есть времени" (Абу Силг).

Вступая в диалог с другим человеком, мы предполагаем, что он нас ПОЙМЕТ. Мы не можем ожидать, что он поймет нас так, как мы этого хотим (это почему-то называется "понимать правильно"), но обращаемся к нему потому, что ожидаем понимания вообще. С непонимающими объектами обычно не разговариваем, а если и разговариваем, то сами за этот объект и воспринимаем сказанное нами. Такие объекты называем неодушевленными предметами (подумайте, со сколькими людьми вы общаетесь как с неодушевленными!).

Вот пример. Маленький ребенок, посмотрев на фото, где изображена балетная пара, заявил на своем языке: "Деде баба ни ляля пу-у-у", что в переводе означает: "Дядя без сапог, а тетя купается". Мы скажем, что ребенок не правильно понял сюжет снимка. Ведь тетя вовсе не купается, а делает реверанс. Просто она обнажена больше, чем это бывает в повседневной жизни. Малыш решил, что она купается, потому что видел, как купается мама. Он понял не правильно с нашей точки зрения, но ПОНЯЛ.

Понял так, как мог понять на данном этапе развития.

Несомненно, малышу уже присуще понимание, или самосознание. Но ребенок, возразит психолог, не обладает самосознанием, точнее, самосознание ребенка не развито. И он будет прав с точки зрения психологической трактовки самосознания. И не прав в нашем определении самосознания как способности к пониманию, или понимания как такового, или нулевого понимания, или чистой, абсолютной субъективности - называйте это просто наличием пустоты, дающей возможность заполнения.

Мы показали, что самосознание всегда выпадает из причинно-следственных связей, которые сами постигаются при помощи самосознания (понимания). Мы также показали, что самосознанию нельзя приписать никакого качества, кроме качества нуля.

Резюмируем это в тезисах:

1. Самосознание существует.
2. Самосознание не обладает качествами, но оно является предпосылкой всех качеств, которые мы постигаем.
3. Самосознание нельзя включить в причинно-следственные связи, которые мы постигаем при помощи самосознания.

Короче говоря, самосознание есть, оно активно, но оно никакое.

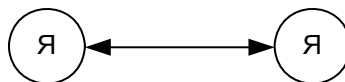
Разговаривая с другим человеком, мы приписываем ему наличие самосознания только в случае, если удостоверились, что он нас понял, "услышал". Как понял, это его дело, но что вообще понял, что он является одушевленным предметом, нам надо знать обязательно. Есть только один способ определить, является ли человек понимающим, - услышать его ответ.

Любой ответ. Выходит, Диалог - единственный способ для каждого из нас встретить другого понимающего. Не методы анализа, а Диалог на любом языке, на любых знаках является единственным методом обнаружения в Мире другого самосознания.

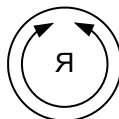
Теперь разберем такой вопрос. Встретились два человека и переговорили. Как они поняли друг друга, это уже их дело, но они ГОВОРИЛИ, значит, каждый из них предположил, что у другого существует самосознание.

Отличаются ли самосознания этих людей? Исходя из трех выше сформулированных тезисов, нельзя принять ни утверждения о том, что их самосознание одно и то же, ни утверждения о том, что самосознания этих людей отличны друг от друга. Говорить что-то о самосознании, значит, приписывать ему качества.

Так что вариант



не годится, как и вариант



О самосознании можно говорить только парадоксом, а говорить парадоксами, значит, молчать.

Мир - это то, о чем можно хоть что-то сказать, а самосознание есть говорящий, поэтому о себе оно не может сказать ничего. О себе самосознание молчит. Молчать вслух, значит, говорить парадоксами, например - "Самосознание одно, едино и множественно", или, как сказал один философ, "Понимание одно и положено на многих".

Мы уже определили, что самосознание обнаруживается практически только через диалог. Предположим, вы попытались вступить в диалог с камнем. Ничего не получилось, и вы решили, что камень не обладает самосознанием. Но сказать, что камень в принципе не может обладать самосознанием, значит, через камень приписать качества самосознанию и включить его (самосознание) в причинно-следственные связи. Это запрещено тремя тезисами, поэтому никогда не говорите, что камень молчит лишь потому, что он камень. Практически мы можем обнаружить только наличие самосознания, но не его отсутствие.

Исходя из наших посылок, тот факт, что мы не можем поговорить с планетой Венера как с субъектом, услышать, например, вразумительный ответ на вопрос: "Как поживаешь, матушка Венера?", не является доказательством того, что планета Венера не обладает субъективностью или пониманием. Нам просто не удалось поговорить - вот и все. Ну, а если бы мы все-таки услышали ответ? Не в пору ли обратиться к психиатру?

Перед тем, как поговорить о критериях истины и веры, сделаем несколько замечаний.

Во-первых, есть люди, для которых камень не просто камень, внутренности барана - не просто анатомический объект, а расположение звезд на небе - не просто астрономический факт. Эти люди - профессиональные гадатели. Абстрагируемся от того, что они могут быть сумасшедшими, шарлатанами, просто темными, суеверными людьми - об этом поговорим при разборе критериев истины и веры. Нас интересует только то, что они воспринимают некоторые факты объективной реальности как язык, посредством которого какой-то субъект с ними изъясняется. Субъект, который, например, может знать будущее. Гадатели всегда состоят в Диалоге, и если не со всем Миром, то с какими-то предполагаемыми существами, говорящими посредством объективных фактов. Другая категория подобных людей - поэты. Кстати, еще никто не объявил поэта сумасшедшим потому, что он воспринимает реальность как говорящую.

Ученый тоже воспринимает реальность как текст, который нужно прочесть, расшифровать. У этого текста нет автора, хотя, как мы знаем, текст все время меняется. Но, может быть, изменения и есть автор?

Реальность становится говорящей тогда, когда мы приписываем Миру самосознание, наличие незаполненной пустоты.

Философы скажут, что в таком случае человек воспринимает Мир антропоморфно, то есть приписывает ему свои собственные качества.

Но можно ли, читая текст Мира, удалить из него человека как часть этого текста? Качества человека входят в текст Мира так же, как качества Мира входят в читающего его человека.

Искусство Диалога есть реализация неразрывной целостности Человека и Мира.

Не отменяя ни одного из существующих методов познания, Диалог включает добытые человечеством объективные знания о Мире в субъективный процесс жизни каждого человека, давая возможность преодолеть отчуждение от любого сложного целого.

Участвуя в Диалоге, человек сохраняет свою целостность в любой частичной деятельности, сливаясь с деятельностью человечества, сливаясь с жизнью Мира.

Вот два отрывка из художественных произведений, передающих восприятие реальности как говорящей.

"На дубе у дороги закаркали вороны. Дерево красивое, ветвистое, на нем шесть черных больших птиц.

Когда я опять оглянулся на фыркающих в реке лошадей, по их шеям катились прозрачные капли воды, весь пейзаж притух, словно облака упрятали солнце. Лошади беспокойно подняли головы. Облако не прикрывало солнце, оно пекло, как и раньше, но яркие краски утра, чистая зелень пригасли, стройная трава чуть-чуть пригнулась, словно слабый ветерок пробежал по ней. Колокол на костеле коротко и негромко звякнул, казалось, пройдя мимо, кто-то равнодушно дернул веревку. Беспокойство сжало мне грудь, я застоялся и закрыл глаза.

Когда я опять открыл глаза, солнце блестело как раньше, и краски опять были яркие и живые, лошади опустили головы и пили. Сразу подумал, что все мне только померещилось. Похоже на то, как, очнувшись на незнакомом месте, вдруг чувствуешь, словно уже когда-то здесь был, или, взявшись за новую работу, чувствуешь, что когда-то эту работу уже делал.

Посмотрел в сторону дуба: воронов там не было, но я успел увидеть шесть улетающих птиц, которые сразу же скрылись за холмами. Значит, это опять был знак".

"Он спросил, все ли со мной в порядке. Я сказал ему, что я долгое время не замечал позади нас никаких машин, и внезапно я заметил фары машины, которая нагоняет нас. Он хмыкнул и спросил меня, действительно ли я думаю, что это машина. Я ответил, что это должна быть машина; и он сказал, что мое отношение к этому свету показывает ему, что я, должно быть, как-то почувствовал, что, что бы там ни было позади нас, но это больше, чем просто машина. Я настаивал, что мне кажется, что это просто другая машина на шоссе или, может, грузовик.

- Что же это еще может быть? - громко сказал я.

Намеки дон Хуана привели меня на грань срыва.

Он повернулся и посмотрел прямо на меня, затем он медленно кивнул, как если бы взвешивал то, что собирался сказать.

- Это огни на голове смерти, - сказал он мягко. - Смерть надевает их как шляпу, а затем бросается в галоп. Это огни смерти, несущейся галопом, настигающей нас и становящейся все ближе и ближе.

У меня по спине побежали мурашки. Через некоторое время я вновь взглянул в зеркало заднего обзора, но огней больше не было. Я сказал дону Хуану, что машина, должно быть, остановилась или свернула с дороги.

Он не стал смотреть назад, он просто вытянул руку и зевнул.

- Нет, - сказал он, - смерть никогда не останавливается. Иногда она выключает свои огни, только и всего".

Мы, кажется, дошли до точки.

Вороны на дереве - знак?

Фары автомобиля - огни на голове смерти?

Вы можете видеть сколько угодно знаков в объективной реальности и сколько угодно интерпретировать звездное небо как текст о будущем, но кто докажет, что знаки - это знаки чего-то, а прочтение звездного неба имеет какой-то смысл?

Кто докажет, что между появлением шести птиц на дубе и резней в Бельведере, которая последовала за этим, есть какая-то причинная связь? (Saulius Tomas Kondrotas, "Zalcio zvilgsnis").

Кто докажет, что огни, гнавшиеся за машиной, это действительно огни на голове смерти, а не бред полоумного индейца? (Карлос Кастанеда, "Отделенная реальность").

Каждому из нас может что-то мерещиться, но истиной становится только то, что истина и для другого, то есть истина только то, что объективно, что не зависит от вывихов нашего сознания. Это хорошо, когда наша субъективная истина становится объективной, когда она и для других есть практическая истина. (Практика - единственный критерий объективности истины, хотя формальным инструментом, отличающим истину от лжи, является логика. Логика определяет, что формально есть истина, практика же - реальность, объективность истины; она показывает, что формальная истина не является (или является) лишь своевольным конструктом нашего сознания).

Ну, а если наша субъективная истина не получает практического и формального подтверждения? Мы называем это всего лишь мнением или заблуждением. С человеком, упорно настаивающим на своем заблуждении, обходятся по-разному, в зависимости от разряда заблуждения. Когда он настойчиво твердит: "Все собаки в мире бешенные, и каждая пытается меня укусить", его, очевидно, следует изолировать. Если этот человек поэт, делающий подобные заявления лишь в стихах, никто ведь не станет проверять объективность и истинность поэтических суждений и образов.

Ведь художественный взгляд на Мир мы не можем отождествлять с ИСТИННЫМ видением Мира. "Слишком субъективно", - обычно говорим мы.

Но поэт - часть Мира...

Давайте пока оставим вопрос о субъективности и объективности.

Поговорим о суггестии и переживании истины.

Откуда вы знаете, что Луна - не серебряная тарелка, прикрепленная к небосводу, а небесное тело, вращающееся вокруг другого небесного тела - Земли? Вы это знаете и этому верите потому, что вас этому научили. У вас нет основания в этом сомневаться, так как Луна, откровенно говоря, вас мало интересует (допустим, что вы совершенно равнодушны к астрономии).

Переменись что-нибудь в астрономических концепциях, вы это примете так же равнодушно, особенно если новые сведения будут исходить из достаточно авторитетного источника. Другое дело с вещами, которые для вас реально что-то значат (под реальной значимостью мы подразумеваем практическую вовлеченность человека). Тут вы менее полагаетесь на авторитет и верите себе и своему опыту. Теперь окиньте взглядом сферу своей личной практики и вы увидите, как мало на свете вещей и явлений, о которых вы можете сказать: "Они происходят так-то и так-то, я испытал это на своей шкуре".

Очень мало на свете истин, за достоверность которых вы можете поручиться лично. Но мы "перекачиваем" через себя массу информации, которой верим; готовы встать на дыбы, если кто-нибудь усомнится в существовании снежного человека, и это только потому, что снежного человека показывали по телевизору и при этом говорили: исследовав фильм, авторитетные эксперты признали кадры подлинными.

Мы верим в физику, химию, медицину, хотя большинству из нас никогда не удастся "на своей шкуре" испытать то, во что мы верим. Большинство наших знаний основываются на авторитете энциклопедий, учебников, папы, мамы, соседа и т.д. и т.п. Самый яркий пример обмена информацией, где главный критерий истины - авторитет, - научные сообщества. Вы возразите, что именно ученые - наиболее критически настроенная часть общества, что именно они ниспровергают всяческие авторитеты. Но мы сказали: "обмена информацией". Научное сообщество не просуществовало бы и дня, если бы ученые не доверяли друг другу. "Доверяй, но проверяй" - вот на чем держатся научные коллективы. А проверка информации идет на основании каких-то посылок, которые принимаются как абсолютно истинные. Тут важно не то, что посылки меняются, а то что они есть. "Рациональное мышление без всяких посылок уводит в мистику" - говорил Альберт Швейцер и был абсолютно прав.

Проверить можно лишь постольку, поскольку есть посылки, которым ты абсолютно веришь и на основании которых проверяешь. Все наше существование, все рациональное мышление построены на Круге Абсолютной Веры - на некоторых посылках, большинство из которых мы не осознаем, но на основании которых действуем в каждый момент жизни. Психология называет это само собой разумеющимися нормами.

Вы во что-то верите потому, что нечто вне вас имеет определенную силу суггестии, а вы являетесь открытым для этой суггестии. А быть открытым для суггестии означает быть способным к субъективному переживанию истины, к архимедовой "Эврике". Закрепление истин происходит тогда, когда что-то в объективной реальности на нас "давит", а в самосознании происходит момент понимания; когда самосознание отождествляется с источником суггестии, когда происходит парадоксальная вещь - тождество бытия и мышления, или, вернее, - тождество бытия и самосознания, объективной и субъективной реальностей.

Мы подвержены суггестии в каждый момент своей жизни, и в каждый момент на нас валится поток само собой разумеющихся абсолютных истин.

Это, во-первых, наши ощущения. Они всегда тождественны самим себе.

"Ощущение в основе своей суть не результат реакции физических органов, а контакт сознания с его объектами", - говорил Шри Ауробиндо. Он имел в виду то, что мы назвали тождеством бытия и мышления.

Субъективное переживание абсолютной истины и есть тот момент, когда мы воспринимаем нечто как целую РЕАЛЬНОСТЬ, как то, что есть.

Цель нашего метода - Диалог со ВСЕМ МИРОМ, то есть обмен текстами со всем, что на нас "валится", и ПРОЖИВАНИЕ ВСЕГО, что на нас "валится".

Быть в Диалоге с Миром - значит воспринимать все как РЕАЛЬНОСТЬ, то есть все время переживать "Эврику", воспринимать Мир как то, что ЕСТЬ, иначе говоря, воспринимать целостность Мира как Истину.

Быть в Диалоге - значит не только слушать Мир, видя реальность, истину Мира, но и говорить с Миром своими поступками, совершая РЕАЛЬНЫЕ действия.

Короче говоря, вступить в Диалог с Миром - это видеть то, что есть и делать то, что делаешь.

Как человек может этого достичь?

Очень просто - надо все время быть "здесь и теперь".

БЫТЬ.

БЫТЬ ЗДЕСЬ.

БЫТЬ ЗДЕСЬ И ТЕПЕРЬ.

А, МОЖЕТ БЫТЬ, - ВЕЗДЕ И ВСЕГДА?

Для дальнейшего проявления Этого мы предлагаем читателю размышление о субъективном переживании истины. Эпиграфом может служить четверостишие бессмертного Хайяма:

Вот снова день исчез, как ветра легкий стон,

Из нашей жизни, друг, навеки выпал он.

Но я, покуда жив, тревожиться не стану

О дне, что отошел, и дне, что не рожден.

СУБЪЕКТИВНОЕ ПЕРЕЖИВАНИЕ ИСТИНЫ

Начнем размышление с такого случая. П.В. Симонов однажды рассказал, как в институт высшей нервной деятельности приехал по приглашению профессор из индийского государственного центра психических исследований. Он делал доклад, говорил, говорил. И вдруг остановился и задал аудитории вопрос:

"Уважаемые! Кто сейчас мысленно находится в прошлом?"

Ползала подняли руки.

"А кто мысленно находится в будущем?"

Вторая половина подняла руки.

"А кому я читаю лекцию?" - спросил профессор и на этом лекцию свою закончил.

Одной из основных проблем в освоении Диалога с Миром является искусство находиться в настоящем времени. Или, как говорят индийские философы, быть "здесь и теперь". Суть их тезиса в том, что если по-настоящему не проживать каждый момент времени, накапливается огромное количество материала, не прожитого в настоящем, и постепенно мы психологически разворачиваемся в сторону прошлого.

Классический пример: человек долго собирался купить автомобиль. Это довольно сложная задача. Он потратил много сил, времени, приобрел его, наконец. Можно почти с уверенностью сказать, что еще в течение долгого времени он будет продолжать его покупать: говорить об этом, вспоминать, как он копил деньги, доставал саму машину и т.д. и т.п. Короче говоря, большую часть своего времени он будет находиться в прошлом.

Можно заметить, что субъективное переживание времени у разных людей протекает по-разному. У одного неделя - это ничего, время пролетело от воскресенья до воскресенья - и не заметил. Для другого это очень длинный и содержательный отрезок времени.

Обычно мы говорим: в экстремальных ситуациях время как будто удлиняется, потому что количество проживания в настоящем резко увеличивается. Поэтому-то и один небольшой отрезок времени может растянуться и стать равным по своей субъективной психологической значимости чуть ли не всей прожитой жизни.

Книги, в которых говорится о пребывании "здесь и теперь", подводят нас к такому умению проживать настоящий момент, чтобы ничего не прожитого не оставалось, то есть каждый момент настоящего проживать до конца, в полном объеме. Тогда наше время, время проживания, как говорил Вернадский, человеческое время - это время не протяженности, не перемещения в пространстве, а время самой жизни, значимое время личного проживания.

Мы знаем, что такой интенсивностью проживания обладают дети. Есть даже психологические исследования на эту тему, где приводятся данные, что год жизни пятилетнего ребенка субъективно проживается в десять раз дольше, чем год жизни пятидесятилетнего человека. Но когда это возможно для ребенка, то, очевидно, возможно и для любого из нас, если мы действительно устремлены к установлению наиболее тесных отношений с Миром.

С какими сложностями встречаемся мы на этом пути?

В первую очередь, с тем, что очень много занимаемся так называемой "борьбой за прошлое", тратим массу психических сил на борьбу за то, что уже минуло, что уже изменить нельзя. Даже понимая это, продолжаем возвращаться, постоянно говорим о том, что было с нами, с другими - вчера, позавчера, в прошлом году и т.д. Если бы можно было зафиксировать этот внутренний монолог, каждый из нас убедился бы, какое огромное количество времени он проводит в прошлом.

Возможно, не меньше времени проводим мы в будущем, проигрывая в уме все возможные и невозможные варианты будущих ситуаций - про запас, на всякий случай. А вдруг?

Существует любопытная на эту тему притча. Женщина привезла с юга персики. Распаковала, перебрала, подгнившие съела, остальные аккуратно сложила в ящик. Время от

времени она их перебирала, подгнившие съедала, остальные укладывала. Так и не попробовала ни одного целого персика.

Сколько подобных историй происходит постоянно с каждым из нас! И смысл их один: продлевая прошлое в будущее, мы лишаем себя настоящего.

Субъективным критерием того, что вы приближаетесь к полноте проживания, может быть изменение субъективной длительности времени. Не такое, когда время тянется, тянется, оттого что нечего делать, а когда вы не замечаете времени, оно течет очень быстро, вы находитесь в интенсивном проживании, а потом с трудом вспоминаете, что было вчера, потому что оно кажется неизмеримо далеким. Именно к такому проживанию и следует стремиться. Задача, скажем прямо, трудновыполнимая, потому что вся наша культура, весь автоматизм нашего мышления построены на том, что мы постоянно пребываем в прошлом или будущем.

Какое отношение все это имеет к теме данного размышления?

А вот какое. Дело в том, что наши отношения с Миром опосредованы.

Мы пользуемся информацией, которую получили в словесно-логической форме от других, то есть информацией о прошлом, полученной в прошлом, полученной не нами. И этой информацией оперируем даже тогда, когда остаемся наедине с собой, разворачиваясь, так сказать, "головой в прошлое".

...Вам что-то рассказывают. Вы внимательно слушаете. И что? Кто-то что-то вспоминает. У кого-то возникают какие-то ассоциации. Кто-то ушел вперед, кто-то назад. В редкий момент вы действительно остаетесь здесь.

Если человеку в такой ситуации говорят: "Ведь ты меня не слышишь, ты разговариваешь с собой, у тебя глаза внутрь повернуты", - он нередко обижается. Ему кажется, что его оскорбили, обвинили в невоспитанности, бестактности, хотя, по сути, ему сказали правду. Психологически его здесь нет, он не присутствует, в диалоге не участвует, потому что ему кажется, что эти слова он уже слышал.

Но дело ведь не только в том, о чем идет речь, и даже не в самом процессе разговора. В Диалог, понимаемый как психологическое событие, входит масса тонких, слабых взаимодействий, о которых мы в обычной жизни даже понятия не имеем. У нас на это нет времени. То есть нет времени не только на Диалог с Миром, но и с самим собой.

Мы порой удивляемся, а то и возмущаемся, когда человек, получив какую-либо информацию, даже сдав отлично по ней экзамен, в практической жизни ею абсолютно не пользуется, более того, его поступки словно отрицают принятую ранее информацию. Почему так происходит? Да потому, что эта информация для него не истина. Он согласен с тем, что объективно - это истина. Объективно тут означает: "Нечто ко мне не относящееся, нечто полностью находящееся вне меня".

Истинное, то есть проникающее в практику жизни содержание нашего сознания, зависит от моментов, когда в нас возникает субъективное переживание истины. Каждый такой момент - момент резонанса - всегда сопровождается прибавкой энергии, причем даже в тех случаях, когда мы тяжело потрудились и испытали большое напряжение. Сколько бы мы ни уговаривали себя, что думаем иначе, верим в иное, все равно истина каждого из нас состоит только из этих моментов. Если спокойно, не предвзято окунемся в содержание своей субъективной реальности, в пространство своего сознания, то обнаружим там эти маяки - моменты переживания истины. Вся остальная информация, как бы она ни была для нас убедительна, не есть существо наше, а просто словесно-логический запас информации, которым можно воспользоваться или не воспользоваться. И даже если воспользуемся, она нас не изменит. Как не меняется человек от познания, к примеру, теории относительности. Он просто знает, что она существует, состоит в том-то и том-то. Но сам не стал другим, соответствующим этой информации.

Итак: информация, не пережитая как событие, не вносит нового качества в нашу целостность. В этом - суть всякого самообучения, самовоспитания и т.д., проблема реальной трансформации, реального воздействия на человека.

Сколько бы мы ни "запихивали" в человека словесно-логической информации, он будет действовать в соответствии с тем субъективным переживанием истины, о котором мы можем и не знать. Именно эти моменты определяют все его существо, его практическую философию, его мироотношение, вне зависимости от того, веру в какую систему он демонстрирует на словесном уровне.

Если проанализировать человеческие дела и поступки, нетрудно убедиться: далеко не всегда словесно-логическое верование совпадает с практической философией. И все потому, что истины, усвоенные логическим путем, не стали субъективным переживанием.

Академик Вернадский, один из трех величайших умов нашего времени (Вернадский, Чижевский и Циолковский - люди, заложившие основы космического мышления в европейской науке), рассматривал жизнь как живое целостное явление. Как целостное явление, биосфера нашей планеты имеет тенденцию увеличиваться в уровне организации, в уровне сложности при общей тенденции увеличения влияния живого на неживое. Вернадский утверждает, что это происходит за счет увеличения количества информации, извлекаемой биосферой из Вселенной.

Из этой концепции следует, что все живое на нашей планете взаимосвязано, взаимодействует, взаимовоздействует. Все мы так или иначе обмениваемся друг с другом информацией, и большая часть этого обмена происходит на уровне, не находящемся под контролем нашего сознания.

Научная мысль приходит к тому же, что утверждали древние эмпирические учения: человек, будучи "царем природы", от нее неотделим.

Тезис этот убедительно аргументировал один из классиков отечественной психологии, Рубинштейн, в своей работе "Человек и Мир".

Всякие условные разделения, писал он, привели к тому, что человек стал рассматриваться словно существующий вне Мира, сам по себе - Мир отдельно, а Человек отдельно, он будто из ничего воспринимает этот Мир, сам в нем не присутствует.

Действительно, рассматривать Мир и Человека в отрыве друг от друга - нелепо, ибо Человек есть часть Мира. Ведь невозможно разорвать наблюдателя и то, что он наблюдает, потому что они принадлежат одному целому. И когда мы условно делаем такое разделение и говорим, что между мной и наблюдаемым объектом нет ничего общего, еще не значит, что это действительно так. Сужение масштаба наблюдения приводит иногда к потере тонких качеств. Если нас интересовали раньше, так сказать, грубые, фундаментальные вещи, то дальнейший прогресс познания связан с пониманием сложных взаимодействий, происходящих во все больших и больших объемах, во взаимовлиянии различных частей одного целого друг на друга.

Это требует перестройки всей основы мироотношения, перестройки бытового сознания, потому что, как это ни странно, тезис "Мир отдельно, Человек отдельно" - прочно вошел в сознание массы людей, даже непосредственно не связанных с миром науки.

Возникает проблема, одна из сложнейших: как нам привести свое сознание в соответствие хотя бы с той же теорией ноосферы или с общей теорией относительности?

Если человек материалист в силу происшедшего в нем когда-то такого субъективного переживания истины, как материальность окружающего Мира, так он во всем будет материалистом, а если по убеждению - идеалист, то им и останется в практике своей жизни, сколько бы сам ни проповедовал материализм.

Каждый волен жить, как ему хочется, если он один, если он думает, что может быть один. Но это иллюзия. Мы причастны к целому, взаимосвязаны со всеми людьми, со всем живым, что есть на нашей планете, со всем, что есть в Космосе. Поскольку Мир един, то все в нем взаимосвязано, а коль связано, то эти связи можно обнаружить, какими бы слабыми они ни были. Мы обладаем самосознанием, то есть высшей точкой, достигнутой природой. Развивая самосознание, мы сознательно участвуем в эволюции жизни на нашей планете. И пусть это знание станет для нас моментом истины.

Знание, переживание, работа

Есть много оттенков слова "вера": доверие - то, что до веры; уверенность - то, что у веры и сама вера как осознанная (или неосознанная) преданность.

Уверенность в общем виде строится на статистической экстраполяции:

"так было у всех", "всегда" и т.п. Однако есть и тонкости: например, мы знаем, что все умирают, но этот факт не принимается безоговорочно, то есть уверенность имеет свои границы и может срабатывать по-разному - как конструктивно, так и деструктивно.

Доверие - это то, что до веры, как бы вера авансом, временная вера.

Не случайно существует афоризм: "Доверяй, но проверяй". Доверие тоже имеет свои границы, связанные с чувством безопасности.

Вера связана с субъективным переживанием истины. Оно рождает веру.

То есть вера - результат переживания, и это переживание может быть организовано.

Знания, будучи только объективной данностью, играют малую роль в мотивации, пока не превратятся в доверие или в веру, ибо знания в чистом виде - нединамический элемент нашей психики. Они впущены внутрь нас как нечто чужеродное. И только те знания, которые превратились в субъективный фактор (доверие, веру и т.д.), становятся "плотью" нашей психики. Можно знать очень мало и владеть своим внутренним миром, и наоборот. Таким образом, знание "не живое" до тех пор, пока оно не войдет в наш субъективный мир. Знание внутри нас живет в виде веры, доверия, уверенности, иначе оно мертвый груз.

Человек, для которого все субъективно, находится в состоянии перевозбуждения. Если все объективно, то ничего вокруг его не волнует.

Предельная объектность и предельная субъектность - две крайности, и только состояние Диалога дает ощущение их соразмерности.

На рынке массового спроса переживания ценятся; их производство очень сильно продвинуло вперед современную практическую психологию. Но такая ситуация небезопасна. Ведь если от информационного изобилия мы порой впадаем в цинизм, то не произойдет ли это и в области переживаний?

У человека могут появиться сомнения в их искренности, опасения того, что они искусственны, организованны.

Только научившись управлять структурой переживаний, мы поймем, что в таком случае происходит не отторжение их от себя, а наоборот, приближение к некой сердцевине, которая есть в каждом из нас. Если найти ее, не страшны никакие торговцы переживаниями. Ведь мы сможем сами производить эти переживания и тем самым удовлетворять свою потребность в эмоциональном общении. То, что в нас ищет и есть то, что мы ищем. Все остальное можно и нужно научиться делать, причем, чтобы добраться до сердцевины, делать самостоятельно, иначе будем продолжать покупать эмоции.

Возможно, потому и придумали удобного Бога, чтобы оставаться потребителями: он нам дает, а мы потребляем. Скажите себе: "Я - Бог", - и вы вынуждены начать давать. Но это трудно, дающих бьют, на них можно свалить ответственность, дескать, "не то дают".

Так мы подошли к проблеме Диалога с житейской точки зрения, дающей возможность увидеть, что есть ситуация, есть делающий в нас, есть покупающий в нас и есть проблема равнозначности. Мы осознаем сложность ситуации Диалога, и только став на позицию делающего - взрослого, можем избавиться от потребления как ведущего способа жить.

Говоря о внутреннем мире, обозначим его две части: область купленного (она очень легко ломается, изымается) и область произведенного, не разрушаемого даже под гипнозом.

К сожалению, мы настолько испортились, что предпочитаем смотреть на человека, как на слабого: все мы дети, нуждающиеся в родителе (отсюда культ личности, религиозные секты и т.п.), что, конечно, далеко не так.

Но не следует при этом избегать и тех, кто не в состоянии производить.

Люди задержались в детстве не сами по себе, и нужно давать им возможность убедиться, что в каждом есть тот, кто умеет делать, и в каждом есть храм божий - его Я.

Как до него добраться? Существует лишь один "рецепт" - работа.

Человек должен научиться делать, производить, а пока он этого не умеет, он пребывает в состоянии иллюзии.

Продолжая разговор о знании и переживании, мы предлагаем читателю следующий "взгляд изнутри", который мы назвали "взглядом испуганной личности".

Взгляд изнутри 8

Что такое философия и кому она нужна?

С этой точки зрения термин "философия" значит то, что значит.

"Философия" = "philo"+"sophia" = "любовь"+"мудрость" = "любовь к мудрости".

Любовь - это страсть.

Философия - это страсть, наваждение, слепое чувство. Философия с некоторой точки зрения - безумие.

"Одни люди без ума от женщин, другие без ума от денег, а я без ума от Бога", – говорил Рамакришна.

Философ – это тот, кто без ума от Истины.

Вы понимаете, что страсть – это не знание, не информация, а человеческое отношение к чему-то. Если поразмыслить, то кажется, что информация, знание, мудрость – это тоже какие-то отношения человека к чему-то, но мы уже давно принимаем информацию за то, что стоит за всякой информацией. Через информацию мы уже давно не видим Мира, о котором думаем. Страсть к Миру, к Бытию, к истине заменяется страстью к страсти.

Человек становится самовлюбленным Нарциссом, его Диалог с Миром превращается в монолог никому.

Если вы любите, то никогда не скажете, что обладаете объектом любви. Любить и обладать – две противоположные вещи. А ведь мы сплошь и рядом говорим "у меня есть знание, я владею информацией". Это отношение к Истине купца, а не ВЛЮБЛЕННОГО. Но София – Мудрость не может быть товаром. Она суждена только вечно влюбленному – тому, кого мы называем философом. Те же, кто по своей глупости объявляют себя владыками Софии, – софисты. Удел софиста - быть насильником. В большинстве случаев софист – духовный банкрот. (Не унывайте! Мы говорим, что каждый имеет шанс стать философом, в том числе и софист).

Мыслителей и мудрецов человечества можно разделить на две части – тех, кто говорит, и тех, кто молчит. Может быть, среди молчащих есть и философы. В таком случае, они самые верные влюбленные, потому что об их страсти знает только София-Истина, только с ней они вступают в Диалог. А вот болтуны делятся на философов и софистов. Философы - это чистые проводники, они ничего не придумывают и ничего не изобретают. "Они раскрывают гармонию", - сказал один говорящий философ. Выходит, что говорящий философ на самом деле молчит. Он становится совершенно пустым и прозрачным для того, чтобы другие через него могли увидеть свет его возлюбленной Софии. Увидеть и полюбить. Философ не ревнив. Он любит, а не стремится обладать. Истина сквозь него светит всем.

А софист - это тот, кто непрозрачен к Истине. Он никогда не пытается вступить с ней в Диалог. Истина для него - объект, а объект невозможно любить, им можно только обладать. С объектом невозможно говорить. За объектом не стоит никакого смысла и значения. Объект - это бессмысленный иероглиф.

Философом может стать каждый. "Любви все возрасты покорны". Любви покорны ВСЕ.

Философ может получать деньги за то, что он прозрачен свету Истины.

Но это не заработок, а подаяние. Он денег не просит и за них не благодарит. Истине нет цены, как нет цены любви. Если вы платите за свет, это ваше дело.

Философ может получать деньги за книжки, которые пишет. Писать - это уже работа, а за работу полагается плата. Но в книгах нет Истины.

Это видно даже по названиям книг, которые написали философы. Вы, конечно, знаете Упанишады. Название этой книги просто говорит – "Не читай меня, если ты мудр". "Упанишад" на санскрите значит "сядь рядом".

Это может сказать только учитель ученику, только философ тому, кто хочет видеть свет. Это может сказать только человек человеку, но не книга человеку. С кем вы садитесь рядом, беря в руки Упанишады? Если у вас есть тот, рядом с кем можно сесть и лицезреть в нем Истину, вам не нужны Упанишады. Философы пишут книги для того, чтобы вы разочаровались в книгах и, бросив их, отправились на поиски Истины. На поиски того, чем нельзя обладать.

Софисты тоже пишут книги и даже чаще, чем философы. Софисты пишут для того, чтобы их читали, комментировали и цитировали. Из книг софистов рождаются новые книги и новые софисты. Софисты создают дурную бесконечность вопросов и ответов, они строят чудовище, имя которому - Библиотека.

Философ - возлюбленный Истины, а софист - служитель Библиотеки.

Каждый человек от Истины, и в этом все равны, хотя интеллектуальные способности, как известно, не распределяются поровну. Но что значит наш малюсенький и ограниченный интеллект по сравнению с бесконечностью Истины? Сопоставлять их – словно пытаться ложкой вычерпать Космос...

Что же случается с софистом, ищущим Истину в Библиотеке?

Он чувствует, что Истина бесконечна. Познакомившись с Библиотекой, он понимает, что Библиотека тоже бесконечна. Но бесконечность Истины абсолютна, а бесконечность Библиотеки относительна. В Библиотеке конечное число вещей. Она кажется бесконечной только потому, что нам не хватит и миллиона жизней, чтобы все это освоить. Но у нас есть достаточно фантазии, чтобы представить сверхмощный интеллект, который все-таки овладеет конечной Библиотекой, несмотря на то, то что она все время пополняется.

Все наши попытки создать искусственный интеллект - это результат страха перед мнимой бесконечностью Библиотеки. Страх, что нам никогда не удастся этим завладеть. Но какой страх должен испытывать человек, охваченный волей к власти, перед реальной бесконечностью Истины, которой нельзя обладать! Воля к власти тут не работает, а воли к любви современный человек боится еще больше Истины. Страх перед Диалогом, перед Любовью привязывает человека к Библиотеке. Следуя своей воле к власти, человек начинает принимать дурную бесконечность Библиотеки за бесконечность Истины. Так он становится софистом.

Для чего стоит ознакомиться с Библиотекой? Только для того, чтобы научиться грамоте любви и вступить в Диалог самому. А Диалог с миром, с Истиной, с Бытием - это и есть любовь к Истине, то есть философия. Но современные софисты посвятили себя Библиотеке, то есть изучению азбуки.

Всю жизнь они готовы изучать этот якобы бесконечный алфавит. Но какой смысл изучать алфавит, если в Мире ты не видишь адресата? Кому ты будешь писать письма? Самому себе? Не лучше ли тогда просто помолчать.

"Молодой сердитый человек", написавший данное рассуждение о философии, Библиотеке и софистах, испытывает явный страх перед человеческой культурой. Он в некотором смысле прав, потому что поставить культуру в качестве третьего голоса в Диалоге с

Миром очень и очень трудно, особенно если человек, пытающийся вступить в Диалог, вместо поисков объективной реальности занимается поисками ... книг. Но наше Это не стоит ни на позиции "переваривания", то есть освоения культуры, ни на позиции ее отрицания. Индивидуальные "культурные" образования в Этом называются личностью. Мы не призываем ни к "подкармливанию" личности, ни к ее уничтожению. Мы просто-напросто советуем с личностью растождествиться.

Человек, растождествленный с личностью, никогда не будет испытывать чувство собственного ничтожества, осознав необозримость культуры. Он также оставит в покое тех, которые тут названы софистами, и, распрощавшись со своим болезненным красноречием, займется Реальностью.

Тут важно заметить, что с точки зрения Этого растождествление с инструментами и постановка их в третий голос в Диалоге с Миром - это еще не безинструментальный контакт с Миром, когда ваше самосознание вступает в Диалог непосредственно. Может быть, об этом безинструментальном состоянии говорится в нижеследующем отрывке из одной популярной китайской книжки:

"Не выходя из двора, мудрец познает Мир. Не выглядывая из окна, он видит естественный поток бытия. Чем дальше он идет, тем меньше познает.

Не видя вещей, он называет их. Он, не действуя, творит".

Третья благородная истина гласит, что причина несчастий человека в его воплощенности, в его привязанности к "Я такой".

Некий Гаутама когда-то предложил восьмеричный путь решения проблем.

Мы предлагаем стовосьмеричный способ избавления от "Я такой".

Этот путь не является ни более сложным, ни более простым.

С точки зрения того, что можно назвать "бытийной арифметикой".

$$108 = 8 = 1$$

Итак: Большая Типология, или 108-ричный путь

$$\begin{array}{c} 1 \\ 2 \ 2 \\ 3 \ 3 \ 3 \end{array}$$

Методология

Человек есть целое. Целое можно рассмотреть только как набор частей. Сумма частей не равна целому.

Изучение частей не приводит к познанию целого.

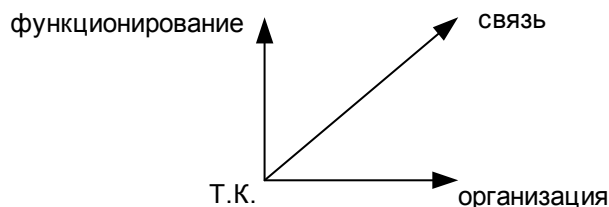
Изучение целого не приводит к познанию частей.

Мы можем познать целое, только разбив его на части, хотя это не приведет ни к познанию частей, ни к познанию целого.

1. Методика

Любое целое состоит (не состоит) или, вернее, его можно рассмотреть (невозможно рассмотреть) с точки зрения трех аспектов, или измерений:

- аспект организации (стабильность),
- аспект функционирования (изменение),
- аспект связи (поглощение вещества, энергии, информации).



Аспект организации - это структура целого, "кирпичики", из которых оно сделано, и взаимоувязка, взаимосвязи "кирпичиков" в рамках целого.

Аспект функционирования - это способ "жизни", это "как" и "каким образом" целое действует, какую "продукцию" выдает.

Аспект связи - это способ включения целого в другие целостности, это способ увязки целого как "кирпичика" со всем Миром как с целым.

При рассмотрении таким образом целое все-таки должно остаться целым, не распадаясь на аспекты. Это достигается посредством введения нулевой точки, или точки координатора, которая не принадлежит ни одному аспекту, но держит их вместе, делая целое целым.

Такой способ рассмотрения называется методом качественных структур.

2. Человек как целое

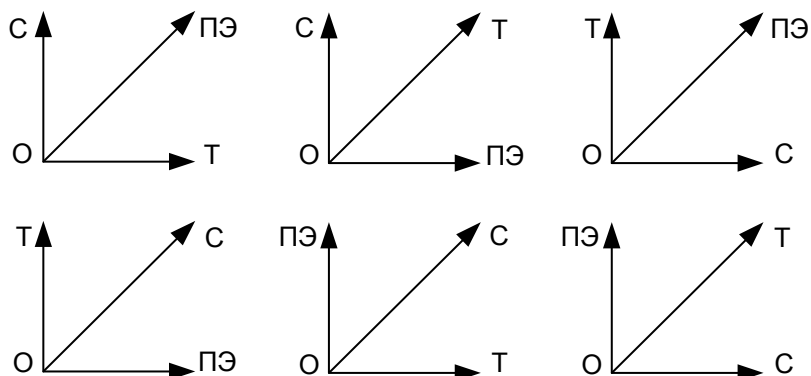
Постулируем:

У человека есть набор из трех инструментов:

1. Сознание (С)
2. Психоэнергетика (ПЭ)
3. Тело (Т)

Самосознание есть нулевая точка, делающая человека целым или тотальным человеком.

Инструменты человека могут быть содержанием любого из трех вышеназванных аспектов:



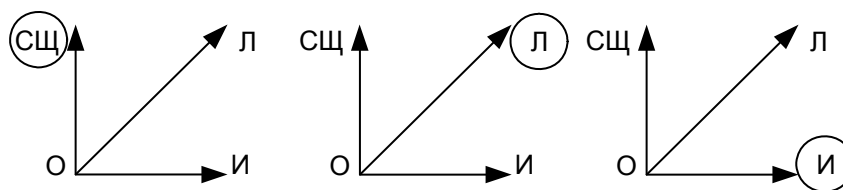
То есть существует 6 основных типов человека как целого набора инструментов.

На базе инструментов человека формируется совокупность его отношений с разными уровнями Мира:

- личность на базе сознания (Л), - сущность на базе психоэнергетики (СЩ), - индивидуальность на базе тела (И).

6 типов целого как набора инструментов идентичны 6 типам целого как набора совокупностей отношений. В каждом человеке определенного основного типа может доминировать одна из совокупностей отношений, возникшая на базе соответствующего инструмента.

Например:



Каждый из 6 типов существует в 3 вариантах.

В каждой совокупности отношений один из инструментов является базовым, а остальные ему подчинены.

Подчинение происходит по определенным правилам. Структура каждой из совокупностей отношений описывается следующим образом:

(Б) Базовый, или ведущий инструмент:

- деятель и орудие действия одновременно.

(Р) Инструмент - товар, или инструмент - раб:

- инструмент, которым манипулируют и который пускают в оборот, этот инструмент имеет цену. Это "валюта" базового инструмента.

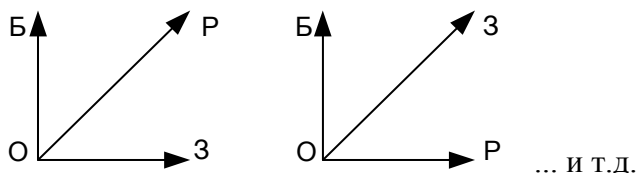
(З) Инструмент - связующий материал:

- инструмент, придающий внутреннюю связанность целому и заполняющий пустоту, которую базовый инструмент не может заполнить инструментом - товаром; этот инструмент для базового не имеет никакой цены.

Структуры совокупностей отношения выглядят следующим образом.

Личность	Сущность	Индивидуальность
Б: сознание	Б: ПЭ	Б: тело
Р: тело	Р: сознание	Р: ПЭ
З: ПЭ	З: тело	З: сознание

Каждая совокупность отношений существуют в 6 вариантах:



3. Любовь человеческая

Каждый человек может любить на трех уровнях.

Любовь индивидуальности проявляется обладанием телами.

Любовь личности проявляется обменом идеями.

Любовь сущности проявляется сопереживанием.

Основной мотив индивидуальности – "хочу ребенка". Основное требование к телу – здоровье. Идеал партнерства – семья.

Основной мотив личности – "хочу удовольствия". Основное требование к телу – чувственность. Идеал партнерства – свобода выбора.

Основной мотив сущности – "хочу услышать Другого". Основное требование к телу – покой. Идеал партнерства – психоэнергетический резонанс.

4. Типология

Сколько на свете типов людей? 6 типов целого x 3 варианта доминирования x 6 вариантов доминирующей совокупности отношений = 108.

108 типов людей.

108 способов быть "таким".

108 возможных воплощений.

Большую типологию стоит изучить только для того, чтобы, овладев искусством перевоплощения, прожить все возможные воплощения и, закончив цикл, освободиться от "я такой".

Большая типология - это искусство быть никаким.

А вы боитесь быть никаким?

5. Никакой человек

Некий человек не имел что терять. Он этим гордился и считал себя свободным.

Однажды он захотел увидеть свое лицо. Посмотрев на чистую поверхность озера, очень удивился, потому что вода отражала только небо и облака.

"Где же я?" - разозлился человек.

"А что если меня и вовсе нет? Да быть этого не может! Мое лицо, наверное, запрятано в глубине."

Так решив, он вошел в озеро и исчез в пучине.

Человек не вернулся, и никто его не оплакивал. Не осталось ни памяти, ни вещей. Но, правду говоря, ЕМУ БЫЛО ЧТО ТЕРЯТЬ.

6. Такой человек

Лучше оставайтесь таким, какой вы есть. Потому что, став никаким, вы не сможете даже испугаться, что вы никакой.

7. Сон человеческий

Один человек не мог найти себе место. Однажды он подумал: "Я слишком мало знаю Мир, чтобы найти себе место. Попробую увидеть во сне Вселенную и тогда решу, что мне выбрать."

Он смотрел сны целый год, но ему приснилась только небольшая часть Вселенной. Он спал еще долгие годы и видел сны, его сновидения расширялись, словно легкие, набирающие воздух, и ему казалось, что каждое мгновение приближает его к полноте познания. Наконец, его воображение слилось со Вселенной, но он не мог даже подумать о своем месте, потому что боялся упустить сон.

Человек долго не выдержал, его сон разбился на множество осколков, а Вселенная очутилась там, где была прежде, - по ту сторону его мыслей.

"А не найду ли я место там, где сейчас лежу?" - подумал человек и проснулся.

ЧАСТЬ ВТОРАЯ

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ

Просветление случится только с теми, кто много делает для этого, но никогда не случится вследствие того, что они делают.

Действие не является причиной просветления. Действие - только причина, создающая ситуацию, в которой можно попасть в катастрофу (просветление).

Это все!

Раджниш

Самая трудная задача в этом теле - помнить и быть внимательным.

Абу Силг

В основе текста этой части книги - стенограммы практических занятий, проведенных автором в группах обучения методикам активной саморегуляции.

ЗАЧЕМ ЛЮДИ ПРИХОДЯТ В ГРУППЫ И ЧТО МОЖНО НАЙТИ В НАШЕЙ?

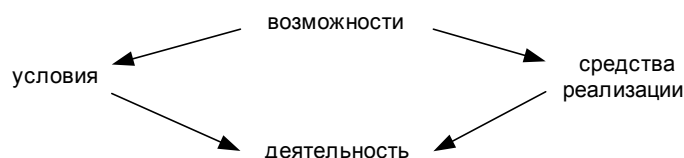
Основные причины, побуждающие людей заниматься в различных группах саморегуляции, представляют собой, в большей или меньшей степени, осознанное желание реализации определенного мотива.

Таких мотивов может быть несколько, попробуем их выявить и проанализировать.

Довольно часто встречается ситуация, когда человек не удовлетворен своим уровнем реализации, смутно ощущает, что этот уровень мог бы быть более высоким, что у него есть нереализованные возможности. Но как их реализовать, человек не знает и поэтому ищет место (источник), где ему могли бы помочь. В этом случае можно сказать, что в группу саморегуляции человека приводит стремление к повышению уровня самореализации или, иными словами, - желание расширить круг своих возможностей.

Что происходит, если в результате занятий в группе саморегуляции человек получит то, к чему так стремился? Предположим, раньше его возможности измерялись десятью условными единицами, из них реализовано было только шесть. В результате занятий возможностей стало двадцать, а как обстоит дело с их реализацией? Для этого разберем механизм реализации возможности: а) есть объективные условия реализации этой возможности; б) есть средства ее реализации.

Схематически это выглядит так:

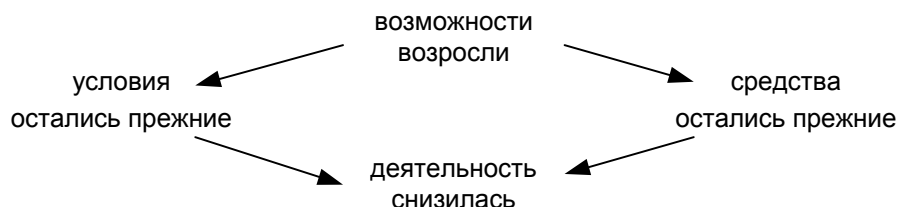


Итак, возможностей стало больше, но увеличилось ли количество средств реализации, изменились ли объективные условия? Нет. Поэтому по-прежнему человек реализует те же шесть возможностей. То есть оказывается, что человек приобрел новые знания, но психологически чувствует себя даже хуже, так как разрыв между уровнем знания и уровнем бытия еще больше увеличился, а уровень самореализации относительно снизился.

Посмотрим, почему происходит этот разрыв. Человек приобретает новые знания, но превратить их в навыки ему не позволяет старая картина Мира, старые средства, старые способы решения проблем и т.д. С другой стороны, тратя много сил и времени на приобретение этих знаний, человек лишается возможности приобретать их для жизни со старой

картиной Мира. Он как будто сидит между двумя стульями: старая картина его не устраивает, а новой он не имеет.

В результате уровень бытия резко снижается, человек начинает менее ответственно относиться к работе, разрывает прежние связи, меняет набор своих ценностей (например: работа мешает занятиям, значит, меньше внимания уделяет работе). Эта перестройка происходит легко - в подобные группы люди часто попадают именно от неудовлетворенности своей работой (в большей или меньшей степени). Нечто подобное происходит со связями: они отвлекают от занятий, а многим прежним знакомым эти занятия даже непонятны. Наступает ситуация психологического дискомфорта, и вот что человек получает в результате.



В жизни это принимает такие формы: человек переходит на работу, не требующую высокой квалификации и больших затрат времени, стремится покинуть город и уехать в "тихое место", поближе к природе, подальше от цивилизации, от людей, чтобы заниматься только собой, образно говоря, "уходит от суеты". При этом он нередко считает, что "постиг все истины", его прежние переживания были достаточно глубокими, а сейчас лучше жить тихо, не видя и не слыша мирской "суеты". При этом объем входа информации резко снижается, и человек просто-напросто погружается в духовное болото. Но это крайний случай. Большинство из таких "искателей" барахтаются на промежуточных стадиях описанного выше процесса.

Безусловно, и сами они, и общество в целом тут проигрывают.

Как избежать подобного? Расширяя круг своих возможностей, необходимо одновременно увеличивать набор средств реализации этих возможностей, изменять условия жизни и сознательно увеличивать объем деятельности по реализации приобретенных возможностей. Только при таких условиях занятий в группах саморегуляции может реализоваться мотив повышения уровня самореализации, с которым человек пришел в группу.

Есть кроме этого и другие мотивы. Всем известен принцип экономии: любое живое существо стремится к тому, чтобы затраты сил на любое действие были минимальными. Человек не является исключением. В глубине его сознания теплится мысль о "чуде": минимум усилий и максимум результата. Эта жажда внезапного перерождения, жажда чуда заложена в основу многих учений.

Человек с таким мотивом ищет чудо в любой системе, с которой сталкивается. Если не находит, система его больше не интересует; находит - стремится узнать, как это делается. Для этого нужно войти в группу лидера (там больше знают), а поскольку группа ограничена (шесть человек), значит, нужно кого-то вытеснить и приблизиться к лидеру. При достаточно сильной мотивации он попадает в группу лидера и, если "чуда" все же не находит, то уходит из нее, "борясь и разоблачая". Если "чудо" есть, то зачастую он выступает в роли пропагандиста системы, делающего лидеру рекламу.

Среди занимающихся в группах можно встретить людей с комплексом социальной неполноценности, возникающим при недооценке извне. Мотив: хочу увеличить свой статус, хочу быть признанным.

У каждого человека есть свой исходный уровень притязаний, который зависит от двух параметров: а) от оценки референтной группы (то есть значимых людей, авторитетов, степени соответствия идеалу); б) от чувства собственной социальной необходимости (от того, насколько человек осознает свою незаменимость).

Чтобы реализовать этот мотив, можно сделать следующее: а) расширить, заменить, перестроить референтную группу; б) повысить свою квалификацию; в) снизить уровень притязаний (то есть сказать себе: это мало, но такова моя судьба, "карма" и т.д.).

Начиная заниматься в группах, человек все это находит.

Референтная группа меняется. Как правило, здесь царит атмосфера доброжелательности (с разным объемом понятия), каждого пришедшего принимают таким, какой он есть. Уже одной своей принадлежностью к такой группе человек обеспечивает себе повышение своего социального статуса.

При успешных занятиях этот статус становится еще выше.

Изменяется и уровень социальных притязаний. Есть группы, где этот уровень снижается (все неважно, мелко, главное - самосовершенство). При этом остается неизвестным, для чего оно нужно, это совершенство, и если сам человек не осознает этой проблемы, он снижает свой уровень притязаний. Лидер, как правило, ставит себя тут значительно выше остальных, это - идеал, к которому нужно стремиться, но достичь его вершин невозможно. Дисциплинарные требования очень высоки, требования к качеству работы - средние. В таких группах возникают обычно две крупные группировки: в одной очень тщательно выполняют все требования, в другой к их соблюдению относятся поверхностно. Члены каждой из группировок поддерживают статус друг друга, к противоположной стороне относятся снисходительно ("они просто заблуждаются"). Такие группы нередко принимают форму клуба.

Но возможно здесь и повышение уровня социальной реализации. Основы процесса закладываются в установке на социальную значимость деятельности группы (участие в научных исследованиях, экспериментах и т.д.); упор делается на качество работы, и требования к дисциплине уже вытекают из этой посылки, а не существуют сами по себе. Гуманизм отношений определяется бдительностью к качеству работы друг друга. Сюда нельзя ходить "просто так", здесь уже нужно работать. Социальный статус в большей степени зависит от умения, а не просто от принадлежности к группе. Поэтому из нее уходят те, кто не хочет работать. Здесь возможен самый благоприятный вариант взаимоотношений лидера с членами группы: демократическое сотрудничество.

Если делаются специальные усилия, занятия в группах способствуют повышению квалификации, то есть обучению приемам, которые помогают улучшить качество работы. Коль таких усилий нет, то квалификация, наоборот, снижается, появляется дилетантизм, группа изживает себя.

Анализ деятельности возможных вариантов групп, занимающихся саморегуляцией, позволяет сделать важный вывод: только в процессе обобщения личного опыта человек реализует тот мотив, который привел его на занятия.

Развивать свои возможности без расширения средств их реализации - это загонять себя в тупик. Занимаясь по какой-либо системе развития, вы будете изменяться, хотите вы этого или нет. Изменяются ваши потребности и ваши возможности. И здесь возникает задача увеличения средств для реализации этих возможностей, ибо абсурдно обладать возможностью и не знать, куда ее девать, к чему приложить. Такая возможность будет только мучить вас.

Специалистов по раскрытию возможностей много, но человеку, получившему новые возможности, от этого только хуже, он так и не реализован полностью, а получает еще нечто дополнительное к тому, что имел. Возможность нужна вам только тогда, когда вы знаете, как и где ее реализовать.

Основные цели, которые мы будем стремиться реализовать в ходе нашего общения:

1. Приобрести навыки активного человека, при условии, что вы хотите перейти от реактивного, зависящего от обстоятельств образа жизни, к активному, творящему эти обстоятельства.

2. Научиться жить в состоянии Диалога и получить для этого средства.

Есть три основных механизма, неисправности в которых создают большую часть наших психологических проблем:

- 1) Практическая философия, ваше мироотношение: нежелание стать взрослыми;
- 2) Неадекватность сформированного ядра само собой разумеющихся норм и сложность его ревизии;
- 3) Концепция здоровья.

На эти три мишени направлены наши усилия, и только воздействуя на них, мы сможем реально достичь тех целей, ради которых отправились в путь.

Помните только: этому нельзя научиться, но этому можно научиться. Это не происходит само собой, но это можно сделать.

Взгляд изнутри 9

Потребность проанализировать мотивы прихода в группу возникла совсем недавно. Результаты этой работы оказались для меня неожиданными: в наличии находился почти весь арсенал возможных мотивов, кроме чисто исследовательского. Я пришла в группу от внутреннего недостатка. В процессе занятий получила многое: повысился социальный статус, появился доступ к интересной информации, я окрепла физически, получила новые для себя навыки - взяла ровно столько, сколько хотела. Сейчас того внутреннего дискомфорта, который давал толчок к действиям, практически нет. Мотивы, с которыми я пришла, во многом удовлетворены. И вопрос "Зачем?" настоятельно требует ответа, настало время выбора: смогу ли заниматься этим как исследовательской работой?

Взгляд изнутри 10

Для решения многих своих проблем за этот период мне открылось большое количество возможностей, и перед ними я испытываю страх. Вопрос "Зачем?" стал в устрашающе огромном объеме. Такое ощущение, что потеряны направление и цель. А может быть, у меня их вообще не было? Просто меня несет течением, а я не знаю, куда и зачем? Потому и не ясно, что делать, резко снизилась активность.

Введение в технологию

Существует принцип: что ты ешь - такой ты и есть. Этот подход ставит нас в полную зависимость от потребления и заставляет его регулировать: мы увлекаемся разными системами питания, выбираем литературу для чтения, ограничиваем общение, дозируем дружбу и любовь.

Есть и другой принцип, противоположный по смыслу: каков ты есть, то ты и ешь, то есть ты можешь, не ограничивая входа, переработать все потребляемое в то, что тебе нужно, в то, что ты есть сам.

Первая позиция - реактивная, это позиция пассивного человека.

Вторая позиция - активная, она дает человеку возможность воспринимать Мир таким, каков он есть и при этом быть самому таким, каким он хочет быть.

Мы попробуем изменить свои инструменты в этом направлении. И под техническим развитием будем понимать развитие наших инструментов до такой степени, чтобы их состояние минимально зависело от нашего потребления, чтобы они могли трансформировать все поглощаемое во внутреннее нужное нам качество. Это способ сделаться творцом своей жизни во всех ее аспектах.

Люди по-разному строят свои отношения с Миром. Для одних есть только "Другой", но нет "Я". Это инфантильный способ мировосприятия, он позволяет человеку быть пассивным, не нести ответственности за происходящее, оправдываясь обстоятельствами, ситуацией и т.д. В конечном итоге такая философская позиция сводится к стремлению дос-

тичь состояния полного растворения (есть Мир и нет меня), некоторые "духовные" учения построены таким образом, чтобы привести человека в это блаженное состояние растворения, когда никто ни за что не отвечает, ибо отвечать некому, "Я" растворено в бесконечном Мире.

Другая философская концепция - агрессивная, она утверждает, что есть только Я. Другой отсутствует. Люди с такой концепцией сужают "свой круг" до предела, не желая признать реальность "Другого" и боясь реальности. Это - эгоистическая позиция. И есть "духовные" системы, которые реализуют эту философскую концепцию.

Отрицание либо своего Я, либо Другого обусловлено страхом перед противостоянием "Я - Другой". Ведь если признать, что реально существую Я и реально существует Другой, то придется признать, что реально существует и сложность их взаимоотношений, есть напряжение в этом противостоянии.

Данная система предполагает, что есть Я и есть Другой, и предлагает Диалог в качестве способа их взаимодействия. Диалог принесет вам реальность переживаний, а переживание - это особая форма познания окружающего Мира. Об этом много говорят разного рода эзотерические школы, и, к сожалению, очень мало внимания уделяется искусству переживания как способу познания действительности в нашей культуре.

Все остальное: здоровье, внешний вид, коммуникабельность, - это побочные эффекты, но не цель. Ибо причина того, что вас беспокоит, лежит в не правильном отношении между объективной и субъективной реальностями, и нужно воздействовать на причину, а не избавляться от ее следствий.

Практическая философия для конкретного человека - это его мироотношение (что не следует путать с мировоззрением - категорией идеологического порядка). В этом смысле каждый из нас - философ и нуждается в навыках практической философии.

Вначале попытаемся выяснить содержание понятий мировоззрения и мироотношения.

Мировоззрение - это система взглядов на Мир.

Мироотношение - это система отношений с Миром (отношений субъективного с объективным).

В чем проявляется мироотношение?

Объективная реальность существует вне нашего сознания и независимо от него. Если принять это, то тогда интерес каждого из нас должен быть направлен на то, что находится вне и независимо от нас, на эту самую реальность. Куда наше внимание направлено на самом деле? На то, что зависит от нас. При этом человек совершенно избегает интересоваться тем, что от него не зависит, и потому подавляющее большинство людей в своей практической философии - идеалисты. Они утверждают, что есть только то, что они воспринимают своим сознанием, то есть то, что зависит от них.

Остального просто нет и быть не может.

Заниматься только тем, что зависит от тебя, - удобно. Дети удобны нам, когда они зависят от нас, когда подчинены нам. Друг хорош тогда, когда он зависит от нас, любимый человек тоже хорош, когда зависим. И вообще, хороша та реальность, с которой я согласен. Руководствуясь такой философией в практике, в быту, мы собираем вокруг себя то, что от нас зависит, удобно в этом устраиваемся, а сама реальность, та, независимая, до нас уже достучаться не может. Мы, так сказать, адаптировались.

И тут происходит любопытное. Устроившись удобно, мы вдруг ощущаем внутреннюю тоску, этакое "томление духа" и начинаем искать что-то абсолютно от нас не зависящее, как в детстве. Отправившись на поиски, человек может найти некоторый замкнутый коллектив, секту, где он будет абсолютно зависим от ее правил или от того, кто является лидером. Нашел, успокоился - и снова начинается "томление духа".

Так человек мечется между двумя крайностями, между двумя полюсами: абсолютной зависимостью и полной независимостью. В этом суть проблемы отношений Я - Другой, и это есть реальная практическая философия, в одной крайней позиции которой стоит

тезис, что есть только Я и нет Другого, во второй крайней позиции - есть Другой, но нет Меня. Это проявляется во всех наших поступках, то есть в быту и является тем, что называется практической философией.

Где же выход из наших бесконечных метаний между двумя полюсами?

Выход в том, чтобы действительно стать материалистом, принять для себя действительное существование объективной и субъективной реальностей и признать их равноправие.

Каждый человек - один-единственный в своей уникальности, и в то же время вокруг него - другие такие же уникальности. И нужно мужество, чтобы принять этот факт не умозрительно, а всей своей целостностью.

Тогда вы начнете смотреть не в даль (космическую, или "астральную", или еще какую-либо другую), а рядом с собой, где живут ваши дети, мужья, жены, родители - реальные, живые люди. Если вы сможете это сделать, вы откажетесь от насилия над Другим, потому что он такой же одинокий в своей уникальности. Именно тогда возможны действительно человеческие отношения, понимание и глубокое общение, к которому мы так стремимся.

Отпадает сама причина насилия, когда человек не хочет признать факт, что есть Он и есть Другой, есть субъективная и объективная реальности, и от них не нужно бежать, ибо это - человеческая судьба. Найдете в себе мужество для такого признания, - и станет легче вашим близким, вы станете источником Диалога, ваше общение будет более легким и свободным.

Но возникает и другая проблема: что делать с реально существующим, какие нужны для этого средства? Если захотите, мы сможем тут помочь вам.

Это решит ваши проблемы кардинально, все же остальные решения будут частичными. Ибо беда в том, что мы кидаемся в крайности, но обе эти крайности приводят нас к насилию.

Не путайте здесь вашу зависимость с зависимостью функционального порядка - это уже ролевые механизмы, которые не затрагивают ваших глубин. В глубоком же понимании ваши проблемы решит Диалог, когда есть Вы и есть Другой. Если же двое просто говорят по очереди - Диалога еще нет.

В решении этой задачи нам может помочь осознание того, что же есть ядро личности человека?

Ядром личности является комплекс само собой разумеющихся норм. Он складывается в процессе социализации человека без контроля самого субъекта и играет большую роль в его становлении как личности. Ядро формируется к наступлению взрослости, и часто оказывается, что некоторые из составляющих его норм уже неадекватны существующей реальности и только мешают человеку. Сложность тут в том, что комплекс защищен от пересмотра, он не может быть осознан самим человеком изнутри. Здесь нужна работа другого, причем поистине ювелирная. Как помочь ему отделить нужное от ненужного? Иными словами, нужен специалист. Чем кончаются попытки пересмотреть ядро личности в самодеятельных группах - хорошо известно психиатрам.

Процесс отделения ненужных норм называется "раскруткой" ядра само собой разумеющихся норм и является глубинной психологической операцией.

Возникает проблема хирурга, так как это дело уникальное. Мы не будем заниматься психохирургией, но косвенно, с помощью психокорректирующих приемов, попытаемся помочь вам в выявлении самых неадекватных, само собой разумеющихся норм, что будет способствовать освобождению некоторого количества психической энергии.

Очень важным моментом является представление о здоровье, модель здоровья, которую может обнаружить в себе каждый из вас. У некоторых признаком здоровья является максимальное функционирование (могу много сделать), у других - максимальная сохранность (хорошо сохраняюсь).

Существует огромное многообразие концепций здоровья. Модель определяет ваше практическое поведение, которое является бесконечной цепью выборов.

В моделях здоровья есть ловушка - по сути все они физиологические, то есть вульгарно механические. Их общая концепция по сути сводится к формуле - "В здоровом теле - здоровый дух".

Многие века концепции здоровья не существовало вообще, были страдания и избавления от страданий. Тело как бы "появилось" в античные времена, человек стал объемным, философия - эмпирико-материалистической.

Тогда же появилась и формула "В здоровом теле - здоровый дух". Настолько "здоровый", что только в средние века ценой огромных жертв удалось доказать и обратное: дух тоже кое-что может, независимо от того, в каком он теле.

Во времена Возрождения дух побратался с телом ("верх" соединился с "низом" и появилась некая "меннипея"), потом наступило Просвещение, и дух и тело отступили под натиском сознания. Человек провозгласил: я мыслю, следовательно, я существую. Зародился рациональный способ мышления, и началась эпоха весьма разнообразных развлечений, которые были порождены не телом, не духом, а изощряющимся сознанием.

В эпоху научно-технической революции наступил хаос. Тело ослабело, измученное экспериментами над ним, и уже не может жить без фармакологии.

Дух в полном смущении, и непонятно, существует ли он вообще и что это такое? Возникла диаметрально противоположная ситуация с представлением о здоровье: вместо общей концепции появилось множество: от "горю на работе" до полного изнеможения – до самого рационального взвешивания всего на весах "вредно – полезно" с доминированием желания сохраниться.

Какую же концепцию здоровья нам принять практически?

Все дело в нашей энергоемкости и энергопроводимости. Ведь житейский критерий именно в том и заключается: если у меня есть энергия, это хорошо, если нет - плохо. Для того, чтобы взбодриться, вы применяете кофе, для того же люди прибегают к наркотикам, медитациям и т.д. То есть общечеловеческой меркой здоровья является наличие энергии.

Осваивая технику Диалога, старайтесь выполнять три правила:

1. Никогда не объясняйте свои действия действиями других (даже если это Бог).
2. Не пытайтесь прожить жизнь за другого человека и не взваливайте на других свою жизнь.
3. Никогда не помогайте, если вас о том не просят (исключение - спасение жизни), свою помощь вы можете только предложить.

В освоении этих принципов есть социально-психологический аспект.

Малая социальная группа (семья, коллеги, друзья) не любят, когда человек меняется. Все социальные отношения построены на конвенциях (договорах), чтобы исключить неожиданности при взаимодействии и сделать общение стабильным. Согласно конвенциям, мы должны вести себя ожидаемо, и поведение наше должно быть вполне определенным. Это естественный процесс социализации, который и делает нас людьми, но затем и консервирует, делает реактивными, предсказуемыми, зависимыми от того образа, который нам приписали окружающие или мы закрепили сами.

Пытаясь применить эти правила на практике, вы можете выйти за пределы привычного для вас образа, и это, естественно, не понравится вашему окружению. Помните об этом.

АКТИВНОСТЬ И РЕАКТИВНОСТЬ

Нетрудно заметить, что современный человек в смысле потребления информации всеяден. И если с телом он совсем в иных отношениях и нередко тщательно заботится о своей диете, то информацию, как правило, поглощает без разбора. Очевидно, человеку необходим некоторый перекодирующий механизм, который позволил бы ему воспринимать

информацию без ограничения входа и без разрушения целостности его пространства сознания. Над этим с недавних пор стали задумываться, что активизировало интерес к проблемам стабильного самосознания и Я-концепции.

Мир становится все более динамичным, а наша способность изменяться с возрастом падает - труднее и понимать, и принимать все, что происходит вокруг. Утрачивается психологическая стабильность (потому-то такой ощутимый разрыв между взрослым и подрастающим поколениями). Компенсация такой нестабильности чаще всего обеспечивается за счет ограничения активности. Но динамичность Мира заставляет нас все время меняться, учиться, мы живем в напряжении, и потому возникла потребность в такой психотехнике, которая позволила бы максимально повышать психологическую устойчивость без ограничения активности.

Если вы будете изучать свои механизмы и автоматизмы, то разовьете свое истинное Я. То есть, занимаясь всеобщим в себе, разовьете то Я, которое делает это. Изучая же в себе неповторимое, вы разовьете автоматизмы, всеобщее в себе. Ибо развивается то, что действует, находится в активной позиции. Ничего нельзя изменить в себе без активной деятельности, а чтобы включить себя в такую деятельность, нужно самому создавать ситуации и проходить через них.

Искусство самому формировать ситуации - это позиция предельной активности. Развив в себе это качество, вы освободитесь от позиции пассивного человека, которому нужен родитель. Мы же с вами с детства привыкли к тому, что ситуации - не наша забота. Это детский механизм, но по привычке, став взрослыми, мы по-прежнему ждем, пока кто-нибудь создаст нам ситуацию. По сути, в каждом из нас живет ребенок, который ждет созданной ситуации, и этим мешает нам делать ситуации для себя самим.

Очень часто мы ждем одного, а делаем совсем другое. Вы хотите измениться, но ведь это само собой не случается. Для этого нужно что-то делать. Сейчас говорят, что о деятельности судят по конечному продукту.

Если иметь в виду общество в целом, то его конечный продукт - люди. А каков конечный продукт человека? Его жизнь. Жизнь как целое, как творческий целокупный акт. Древние считали, что если человек не рад тому, что живет, то чему он вообще может радоваться?

Для нас же эта ценность исчезла, изъята в процессе воспроизводства людей, разбита на конечные цели достижения, обладания.

Чтобы формировать ситуации, надо стать активным, а первый враг активности - страх. Он уничтожает творческий момент и заставляет приспособляться. У большинства аргумент примерно одинаков: я ничего не могу с этим сделать, таковы объективные причины. Но "ищет причины" тот, кто не хочет действовать, тот же, кто хочет, - ищет средства. У активного человека вопрос упирается в средства, возникает проблема квалификации. И нужно прежде чем говорить человеку "давай", дать ему средства, как и с помощью чего он может это сделать. Нам же никогда и никто не говорил, что такое занятие, как жизнь, тоже требует квалификации. И многие наши неприятности происходят оттого, что обучение технике, искусству жизни происходит на уровне случайности: во дворах, коридорах, компаниях. Организованных знаний по этому вопросу получить негде.

Известны три наиболее типичных кризиса смысла жизни у человека: подростковый - в 13-14 лет, личностный - в 25-27 лет, сущностный - в 37-40 лет.

Почему именно эти периоды? Вот наша гипотеза. Известно, что дети живут, поглощая. В подростковом возрасте происходит перестройка всего целого, выключается механизм жизни за счет поглощения, и человек начинает жить на своей энергии, реализуя свою индивидуальность.

Базальная программа периода - найти партнера. В этом возрасте больше всего внимания уделяется утверждению своей неповторности, уникальности.

В 25-27 лет механизм индивидуальности выключается, и источником энергии становится личность, то есть доминирует совокупность отношений на базе сознания. Базальная программа - обеспечить социальную территорию.

В 37-40 лет личность как источник энергии выключается, таким образом источником становится сущность человека. Общение людей на базе сущности имеет меньше всего конвенций, это состояние глубочайшего резонанса. Уметь реально воспринимать сущность человека - одна из высших ценностей духовного мира. Есть резонанс инструментальный, но это другое - он мало информативен, а если вы действительно обращены к сущности другого, вам в человеке откроется многое. Кроме того, занимаясь сущностью другого, вы развиваете свою.

Есть эмпирические техники определения возраста сущности. Одна из гипотез: возраст сущности определяется тем отрицательным эмоциональным воздействием, которое останавливает состояние полной открытости в детском возрасте. Чаще всего эта остановка происходит до 10-14 лет. И вот, в период третьего кризиса, на человека с возрастом сущности, как у ребенка, обрушивается вся сложность внешнего мира. Возникает кризисная ситуация. В этот период может угаснуть мотивация достижения, и человек переориентируется на смысл. Недаром же во многих духовных школах начинали серьезно учить с 35 лет.

Если сущность является слабой, не обеспечивает жизнь достаточным количеством энергии, человек становится психологически навязчивым для окружающих, иными словами, начинает навязывать свою жизнь другим (чаще всего своим детям).

Зная, что в человеке есть слой, называемый сущностным, вы можете проделать для себя работу по определению момента остановки вашей сущности: "прокрутите" свою жизнь, найдите момент, когда было нарушено целокупное восприятие, проследите влияние этого события на всю вашу жизнь. Такое внутреннее действие имеет большой корректирующий эффект.

Можно надеяться, что интерес к практической конструктивной психологии будет возрастать, и эта информация станет более доступной широким слоям населения. В нашей культуре появится такая плюс-ценность, как жизнь, появится и знание, и техника в искусстве жизни.

НЕКОТОРЫЕ ЭТАПЫ ОБУЧЕНИЯ

Работа только начинается, и впереди немало сложностей различного типа. И первая из них, которая встанет на вашем пути, - это барьер восприятия, иначе, неумение учиться.

Критерий нашего отношения к любой новой информации - понимаю - не понимаю. Если не понимаю, то стараюсь понять. Но каким образом? Как правило, пытаюсь объяснить новое старым. И таким образом искажаю новое.

С какого-то определенного момента, когда пространство сознания уже заполнено и становится достаточно жестким, мы вообще перестаем воспринимать принципиально новое. Мы говорим: "Не понимаю!" - и это часто равнозначно тому, что того, о чем мы так говорим, не существует.

В эзотерических учениях этот барьер преодолевался за счет жестко зафиксированной системы отношений между учителем и учеником. Принцип состоял в следующем: ученик должен был Слушать, Думать, Делать. Ему запрещалось, порой в течение долгого времени, говорить.

Это подобно обучению иностранному языку методом полного погружения.

Через барьер "понимаю - не понимаю". Метод, как вы знаете, дающий положительные результаты.

Практически во всех эзотерических системах можно выделить четко зафиксированные этапы обучения, которые одинаковы, несмотря на различия в технических приемах. Первый - послушничество (подготовка к ученичеству). Здесь порой даже понятное излага-

ется в непонятных формах, разрушая всякое оценочное деление новой информации. Идет удар по фиксированным точкам, давление на то, что в социальной психологии называется "само собой разумеющиеся нормы".

Следующий этап - непосредственное обучение. Это в первую очередь "раскрутка", то есть отделение ложной личности и перестройка ценностной структуры.

Далее - практические навыки. Здесь перестраивается картина мира и Я-концепция за счет практических действий, в результате чего человек обладает новым знанием уже как умением.

Во всех этих системах есть закон: человек может сказать "Я это знаю" только тогда, когда он это умеет, когда может сделать. Понятно, что прямое перенесение законов этих учений в нашу жизнь просто не реально. Там обучение проходило в монастырях, закрытых школах. Не зря же эти учения называются эзотерическими.

Задача, стоящая сегодня перед нами, чисто практическая - овладение своим психоэнергетическим инструментом. Поэтому мы будем использовать знания этих учений с учетом сегодняшнего времени и этой нашей задачи.

Как, скажем, К.Станиславский, Е.Вахтангов, А.Чехов в поиске способов профессионального овладения эмоциональной сферой в театральной деятельности использовали йогические и суфийские методики.

Современный человек, как правило, в большей или меньшей степени энергетически истощен. Мы даже знаем, что есть люди, рядом с которыми возникает чувство энергетического опустошения, условно говоря, "энергетические вампиры".

В чем причина этого истощения? Тут, пожалуй, можно привести такой пример. Столетиями в Рейн люди сбрасывали различные отходы. И река сама справлялась с собственным очищением, ведь еще лет 25 назад она была сравнительно чистой. Теперь, говорят, течет река яда. Система не выдержала и разрушается катастрофически. Примерно то же самое происходит и с человеком. Если раньше он, даже "ничего не зная" про психоэнергетику, естественным образом восстанавливал затраты энергии, то теперь затраты значительно превышают возможности восстановления.

Дело в том, что человечество перешагнуло из мира вещей в мир процессов.

Если раньше, даже еще сто лет назад, человек рождался и умирал примерно в одном и том же мире, то теперь все изменилось - процессы, сменявшие друг друга раньше раз в столетие, а то и реже, сегодня сменяются в течение нескольких лет. Мир вокруг нас постоянно меняется; если человек не будет меняться вместе с ним, он безнадежно отстанет от своего времени и будет жить в прошлом. "Чтобы стоять на одном месте, надо бежать изо всех сил" (Абу Силг).

К этому вопросу мы еще вернемся, рассмотрим его более подробно на наших занятиях. Сейчас только заметим, что для того, чтобы меняться адекватно меняющемуся миру, необходимо определенное качество инструментов, которого у нас, к сожалению, нет. Если говорить конкретно о состоянии психоэнергетики, то проблема в том, что требуются определенные затраты энергии, которых мы себе позволить не можем по причине того, что для многих это "нездорово", а те, для кого "здорово", не в состоянии управлять этим процессом.

Что же необходимо осознать, принять в сознание, чтобы приступить к конкретным практическим занятиям и иметь в дальнейшем конкретный практический результат?

Прежде всего то, что наше сознание является раздробленным, множественным. Для одной сферы жизни у нас одна система критериев, то есть одно сознание, и нами руководит одна совокупность принципов, в другой сфере - уже совсем другая система критериев, другое сознание, и выборы совершаются по абсолютно иным, чем в первом случае, принципам. И таких сфер у нас не две и не три, а, как правило, намного больше. Это не хорошо и не плохо. Это просто есть.

Решение проблемы целостности сознания непосредственно связано с проблемой Диалога, с противостоянием Я - Другой.

(Помните, об этом уже было сказано в первой части книги? Повторим?) Существуют три способа решения проблемы. Первый - есть только Я и нет Другого. Это, своего рода, вульгарный идеализм. Второй способ - есть только Другой и нет Меня - "детский" вариант, отказ от субъективной реальности. Его можно назвать вульгарным материализмом.

И тот, и другой способы противоречат принципам диалектики и несут в себе страх перед объективной реальностью. Способ "только Я" снимает этот страх методом ее отрицания, способ "только Другой" - методом растворения в объективной реальности.

Диалектическое же решение этой проблемы только одно: есть Я и есть Другой. Для такого общения с Миром, для таких практических отношений, осуществляя их в каждом поступке и выборе, необходимо определенное мужество, так как это всегда напряженная ситуация и не всякий в состоянии выдержать ее до конца. Люди, как правило, выбирают или первый, или второй вариант. Опять же это не плохо и не хорошо, это есть и с этим надо работать.

Для сохранения такого напряженного состояния в Диалоге должно появиться нечто третье, одинаково объективное и для Меня и для Другого: так называемый "третий голос", который будет служить перекодирующим устройством между Мною и Другим.

Третий голос здесь не является для вас чем-то новым - вы им пользовались и пользуетесь. Им может быть какой-либо объективный факт, скажем, время года; авторитет или цитата; какой-либо общий интерес, скажем, хобби; какой-либо одинаково для двух сторон значимый человек или даже идеальный субъект (к примеру, Бог - на исповеди).

Третий голос, предлагаемый в данной системе Диалога, - это инструменты, так как они одновременно принадлежат и субъективной, и объективной реальностям. Они - часть Мира и часть Меня.

Это самый практичный, с нашей точки зрения, путь к стабильному самосознанию, к осуществлению качественного Диалога с Миром.

Инструменты есть у всех нас, но надо учиться ими пользоваться. Для этого данная система предлагает путь растождествления.

Как можно сказать: "Мое сознание", если я им не управляю? Или сказать: "Мое тело" - если оно не в состоянии выполнить задачи, которые я ему ставлю? Как сказать: "Моя психоэнергетика" - если от какого-либо случайного неприятного впечатления я заражаюсь на целый день, мучаюсь сам и мучаю других?

Только тогда можно относиться к себе как к существу сознательному, когда вы действительно можете всем этим управлять.

Мы уже говорили, что во всех подобных системах есть четко выраженные этапы, которые отвечают объективным закономерностям развития человеческого существа.

Для нас в этом месте важно осознать следующий сложный момент. Еще Фрейд говорил: "Прежде чем лечить невротика, подумайте, что вы ему можете дать взамен". Ведь даже такое образование, как ложная личность, то есть личность, построенная вразрез с природной данностью, тоже имеет свой приспособительный смысл. Когда же в процессе нашей работы будет происходить разрушение ложной личности, а это необходимо, так как ложная личность мешает нам освоить инструмент и растождествиться с ним, мы попадаем в сложную ситуацию, когда старого приспособительного механизма уже нет, а новый еще только в процессе становления. Этот период перехода субъективно воспринимается как сильное возрастание напряжения.

Мы знаем из социальной психологии, что зачастую субъективно наиболее свободным человек чувствует себя тогда, когда он свободен от выбора, когда у него как можно большее количество само собой разумеющихся норм, - то есть когда выборы, им совершаемые, производятся словно автоматически и не требуют каждый раз специального осмысления.

Нашу жизнь можно представить как бесконечную цепь выборов, и каждый из них требует какой-то работы. Но когда приспособительных механизмов уже много и ситуации достаточно стабильны, большинство выборов совершается автоматически, без участия

самосознания. Человек при этом чувствует себя в меньшем напряжении, то есть он субъективно воспринимает это как наиболее удачный вариант своей жизни.

Всякое новое знание вызывает напряжение, которое является порой непреодолимым препятствием для продолжения дальнейшей работы. Человеку очень трудно перешагнуть через это напряжение, трудно выдержать определенный психологический дискомфорт, если он уже привык существовать без него.

Те из вас, кто обращался к литературе, излагающей то или иное учение, знакомы с такими точками зрения: мы все спим, и задача состоит в том, чтобы проснуться; или: мы существуем автоматически, не ведая, что творим, и задача в том, чтобы взять бразды правления в свои руки.

Преодоление бессознательности, воспринимаемое само по себе, приводит к необходимости выйти из автоматического режима работы, когда даже незначительные выборы начинают требовать осознания. А это на первых порах очень сложно.

Но путь к стабильному самосознанию лежит через пересмотр само собой разумеющихся норм, через разрушение ложной личности. Только сила потребности в стабильном самосознании и определяет возможность преодоления подобного эмоционального дискомфорта.

Дело в том, что если личность выстроена не на природных данных, то невозможно добиться качественного использования той психической энергии, которая у вас образуется, так как она будет распределяться неверно, ложная личность будет эту энергию "пожирать", что ведет к блокировке определенных "центров". В таком случае вы уже не сможете работать как целостный механизм, часть вашего психоэнергетического аппарата просто окажется выключенной.

С такими искажениями приходится встречаться часто, и довольно редки люди, у которых этот инструмент работает гармонично без специальной тренировки.

Каким образом разрушается ложная личность? Существует такая методика, которая называется психологической раскруткой. Этот термин встречается и в суфийской, и в йогической техниках. В какой-то степени принцип раскрутки используется в психотерапии, в психодраме.

Вот миниатюра-сон, которую можно назвать "Мне приснилась ложная личность".

"Мне снилась женщина, ищущая ножницы. Она хочет обрезать ногти.

Женщина перебирает вещи, открывает шкафчики, передвигает стулья и столик, но ножниц не находит. Что-то нащупав в коробке от лекарств, она радостно вскрикивает, но увы – это только пинцет. Ее внимание рассеяно между множеством мелочей, которые она никогда не охватывает взором полностью.

Откровенно говоря, ее ногтей никто бы не заметил, если бы она так нетерпеливо не старалась их обрезать. У миллиардов людей ногти неухожены, и нам на это наплевать.

Она все суетится и не видит меня, скрывающегося между подоконником и комнатными цветами. Может быть, я несу ответственность за ее рассеянность, беспорядок и вечную суету?

Я ее не люблю, меня злит, что, так и не найдя ножниц, она бросается искать другие вещи, все более ожесточаясь".

Глубокий смысл наших базовых упражнений, таких, как "Огненный цветок", "Самовоспоминание", "Созерцание", состоит в том, что вы постепенно подготавливаете свой психоэнергетический инструмент к тем нагрузкам, к тем новым энергетическим потокам, к той концентрации, которую нам предстоит освоить. А основное упражнение - "Огненный цветок" - дает абсолютную безопасность для выполнения других упражнений. Делать его необходимо тридцать дней ежедневно, не пропустив ни одного дня.

ИНСТРУКЦИИ К БАЗОВЫМ УПРАЖНЕНИЯМ

Созерцание

Подготовительная фаза.

Сядьте максимально удобно, расположите предмет на такой высоте и таком расстоянии от себя, чтобы созерцать его без лишнего напряжения.

Предмет должен быть максимально простой (типа спичечного коробка).

Первая фаза.

Закройте глаза, постарайтесь добиться возникновения внутри себя белого светящегося пространства. Затем откройте глаза и пять минут, не отрываясь, смотрите на предмет (особенность такого "смотрения" в том, что вы не рассматриваете предмет, не выхватываете отдельные его детали, взгляд не движется по предмету, вы созерцаете его, смотрите на него как на целое, впускаете его вовнутрь).

Вторая фаза.

Закройте глаза, в пустом белом светящемся пространстве внутри себя созерцайте тот же предмет в течение пяти минут.

"Огненный цветок"

Подготовительная часть.

Сядьте прямо, не опираясь на спинку стула, ноги поставьте под прямым углом к полу. Руки соедините (левая сверху, для левшей - правая).

Глаза открыты, взгляд мягкий, расфокусированный.

Первая фаза.

Все внимание в копчик. В копчике формируется "огненная точка".

Медленным, плавным, непрерывным движением "огненная точка" поднимается внутри позвоночника, оставляя за собой "огненный стебель", достигает центра головы и раскрывается в "огненную чашу".

Сверху поступает огненная энергия, через "чашу" и "стебель" опускается вниз и собирается в огненный шар в первом центре. (Шар формируется вокруг стебля, величиной приблизительно с яблоко).

Фиксируем.

Огненная энергия поступает сверху и собирается в огненный шар во втором центре. Фиксируем.

Огненная энергия продолжает поступать сверху и собирается в огненный шар в третьем центре. Фиксируем.

Вторая фаза.

Из огненного шара первого центра - "огненные корни" в обе ноги до подошв и пальцев ног. Снизу, по "корням" огненная энергия поступает в огненный шар первого центра. Два потока огненной энергии: сверху, через "чашу" и снизу, по "корням".

Из огненного шара второго центра - "огненные листья" в обе руки.

Когда "листья" достигают ладоней и пальцев, руки раскрываются ладонями кверху. Через пальцы и ладони, по "листьям" огненная энергия поступает в огненный шар второго центра.

Три потока огненной энергии: через "чашу", по "корням", через "листья".

Третья фаза.

Начинаем огненную пульсацию. На вдохе втягиваем огненную энергию из пространства через "чашу", "корни" и "листья", на выдохе, огненная энергия, выходя по тем же каналам, выжигает в теле все лишнее, больное, ненужное.

Дыхание свободное, ровное. Сделайте две-три пульсации на задержке дыхания и снова мягко возьмите дыхание. Количество пульсаций - 24-36.

Четвертая фаза.

Останавливаем пульсацию. Втягиваем "огненные корни" в огненный шар первого центра, туда же втягиваем часть "огненного стебля" от копчика до первого центра. Втягиваем "огненные листья" в "огненный шар" второго центра (руки закрываются, правая сверху, для левшей - левая). Туда же втягиваем часть "огненного стебля" между первым и вторым центром.

Закрываем "огненную чашу", втягиваем ее в огненный шар третьего центра и туда же часть "огненного стебля" между вторым и третьим центром.

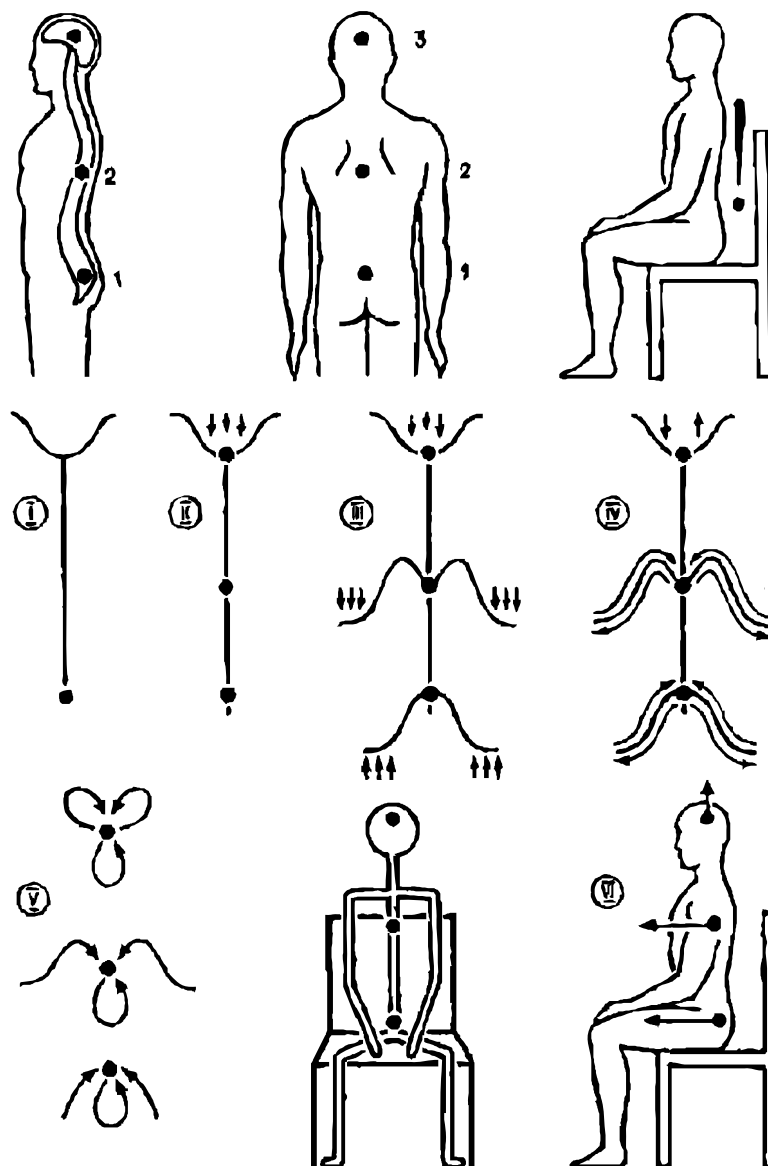
"Огненный шар" первого центра импульсом, прямо перед собой, с благодарностью к пространству, отдаем.

"Огненный шар" второго центра импульсом, прямо перед собой, с благодарностью к пространству, отдаем.

"Огненный шар" третьего центра импульсом, вертикально вверх, с благодарностью к пространству, отдаем.

Примечание: все ощущения должны быть реальными, ТЕЛЕСНЫМИ, типа жжения от перца.

Схема выполнения базового упражнения «Огненный цветок»



"Полет белой птицы"

Подготовительная фаза.

Расположитесь максимально удобно, расслабленно, глаза закройте, руки и ноги скрестите, правая рука и правая нога сверху (для левшей - левая).

Текст самовнушения:

1. Я лежу на теплом желтом песке, надо мной спокойное, чистое, синее небо.
2. В небе плавно летит белая птица. Я поднимаюсь и лечу рядом с ней, я сам эта белая птица.
3. Я лечу в спокойном синем небе, подо мной спокойное синее море.
4. Вдали показался желтый песчаный берег, он приближается. Я подлетаю, опускаюсь на теплый желтый песок, снова превращаюсь в человека и ложусь на спину.
5. Я лежу на теплом желтом песке, надо мной спокойное синее небо, я расслаблен, я отдыхаю.
6. Ступней моих ног коснулась приятная прохлада, приятная прохлада заполнила мышцы ног, мышцы легкие и бодрые; приятная прохлада заполнила живот, мышцы спины, мышцы легкие и бодрые, приятная прохлада заполнила грудь, руки, мне легче дышать, приятная прохлада заполнила шею и голову; голова ясная и чистая. Все тело заполнено приятной прохладой, голова ясная и чистая, мышцы легкие и бодрые, три глубоких вдоха, открываю глаза, встаю. Я отдохнул!

ЧЕЛОВЕК КАК ЦЕЛОЕ

Взгляд изнутри 11

Задача взаимодействия между Человеком и Миром решается в данной системе через Диалог целого с целым. Но мы, такие, какими являемся на сегодняшний день, не целостны, и поэтому Диалога с Миром не получается.

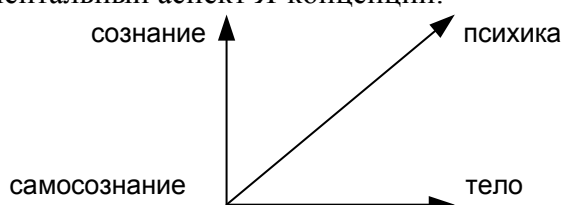
Цель всех преобразований - воссоздать человека как целое, обладающее стабильным самосознанием. Основная составляющая, которая подвержена постоянному воздействию, - психоэнергетика, но это не означает, что с телом и сознанием ничего не происходит. Однако насколько гармонично или дисгармонично будут развиваться инструменты, мы, занимающиеся, видеть не можем. Мы еще внутри себя, и самосознание пробуждается только в некоторые моменты, стабильным его не назовешь. Необходим взгляд снаружи, и если его нет, то заниматься преобразованием себя по какому-либо алгоритму довольно рискованно. В лучшем случае результатов просто не будет, но хуже, когда будут неожиданные и нежелательные. И только если на вас извне обращен квалифицированный взгляд, у вас есть шанс со временем самому для себя стать таким взглядом.

ЧЕЛОВЕК ИЗМЕНЯЕТСЯ

Взгляд снаружи

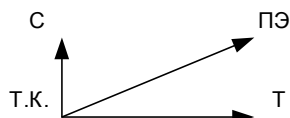
Изменение качества психоэнергетического инструмента всегда меняет человека как целое, потому что изменение части целого ведет к изменению всего целого.

Вспомним инструментальный аспект Я-концепции:

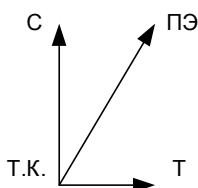


Если человек посвящает себя какому-либо занятию, модифицирующему некоторые его составляющие, он меняется весь как целое.

При смещении акцента внимания человека в сторону конструкции происходит следующее изменение структуры: психоэнергетика как аспект связи отклоняется в сторону конструкции. Ибо если человек занимается какой-либо системой, изменяющей его тело для определенного вида деятельности: бег, прыжки, боевое каратэ и т.п., то его энергетика меняется и подстраивается под задачи тела.



При смещении акцента внимания человека в сторону сознания структура выглядит так: психоэнергетика отклоняется в сторону аспекта функционирования и изменяется в соответствии с теми изменениями, которые происходят в сознании.



Что происходит, когда какая-либо система развития воздействует на сам аспект связи, то есть на психоэнергетику? Равновесие не нарушается.

Но вполне возможна ситуация, когда хорошо развитая психоэнергетика выдает такую команду телу, к выполнению которой оно еще не готово. В результате может произойти разрушение конструкции (травмы, болезнь). Точно такая же ситуация вероятна и по отношению к сознанию, что повлечет за собой опасные изменения в нем, провоцирующие психический срыв.

Становится очевидным, что наряду с тренингом психоэнергетического инструмента должна производиться работа с телом и сознанием в рамках той же системы, которая работает с психоэнергетикой, иначе инструменты начнут "удаляться" друг от друга, связи между ними будут ослабевать или разрываться, в результате чего целостность утратится. Особенно велика эта опасность при отсутствии стабильного самосознания в точке координатора. В начале работы по развитию самосознания "заменителем самосознания" является инструктор, который вовремя внесет поправки в деятельность при появлении каких-либо отклонений в инструментах, обеспечивая сохранение целостности. Таким образом, все три аспекта структуры должны развиваться в рамках одной системы, а не нескольких (к примеру, формировать тело методиками каратэ, сознание - медитативными методиками, психоэнергетику - нашей методикой). Синтез методик невозможен, пока целостность и стабильность самосознания не сформированы.

МЕТОД ПРИЧИННО-ПОЗИТИВНОГО МЫШЛЕНИЯ

Предлагается поверить в один простой метод, способный оказать вам неоценимую помощь в работе, - метод причинно-позитивного мышления.

1. Из мира следствий - в мир причин.
2. Нет объективных причин для отрицательных эмоций. Каждая ситуация - источник информации.

Чаще всего мы негативно эмоционируем лишь потому, что следствий из одной причины может быть очень много. Но предложенный способ мышления (пункт 1) содействует направлению усилий на то, чтобы найти причину возникновения любой ситуации. Если мы добираемся до этой причины, то впоследствии, сталкиваясь с целым классом ситуаций и уже зная их причину, можем этими ситуациями владеть. Как видите, это качественно

отличается от защитного механизма ложной личности. Речь идет уже не о защите, а о вступлении в Диалог.

Вы едете в троллейбусе в час "пик", обстановка очень напряжена; что делать? Нервничать со всеми или индивидуально? Правда, потом, очевидно, придется себе сказать, что вас в тот момент не было, вы не жили и время потеряно.

Остановите автоматическую реакцию. Займитесь исследованием и осознанием ситуации. А, может быть, вы можете ее изменить?

Предлагаемая система не делает человека менее эмоциональным, хотя в начале обучения бывают фазы, когда так кажется окружающим. И последние несомненно станут об этом говорить, в разной форме "подначивать" вас.

Нет, эмоции никогда не исчезают, просто они, даже очень сильные, перестают нас разрушать. Вся система существует только для того, чтобы из нас самих извлечь нас истинных. И ваша чувственная жизнь по отношению к Миру станет в результате намного разнообразнее и красочнее, а ваши интеллектуальные процессы - глубже.

Метод причинно-положительного мышления дает возможность такой внутренней организации, когда мы постепенно начинаем овладевать своей жизнью, превращая ее в творческий акт, начинаем создавать ее сами. Ведь мы, строго говоря, сейчас все время живем прошлым, все время запаздываем. Вопрос только, кто насколько... Сам процесс бытия есть превращение множественного будущего в однозначное прошлое. Помните "Витязь на распутье" Васнецова? Мы постоянно делаем выборы, и бесконечное множество выборов, лежащее перед нами, превращается в единственность позади нас. Но сегодня мы похожи на всадника, сидящего задом наперед на быстро скачущем коне. Мы смотрим не на то, что на нас надвигается, а на то, что отодвигается, и постоянно заняты борьбой за прошлое.

Когда мы научимся перешагивать через это, когда сядем на коня правильно, мы научимся слышать то, что нам говорит Мир. Это та же проблема Диалога, только с другой стороны.

Ведь основные причины наших поступков лежат в будущем, а не в прошлом, они определяются моделью потребного будущего. Критерий наших поступков - будущее, потому что для достижения какой-либо будущей цели мы совершаем поступки сегодня.

Прошлое же дает только опыт и средства. Если я правильно выстроил свой Диалог с Миром, я начинаю слышать то, что мне подсказывает реальность, я предощущаю, что будет, и могу выбирать более сознательно.

Тогда высказывание древних о том, что не ситуация делает нас, а мы создаем ситуацию, приобретает вполне реальную основу. Какой я, такие на меня и идут ситуации. На меня идет то, что созвучно мне. Потому что человек видит только то, что хочет видеть, и слышит только то, что хочет слышать.

Для того, чтобы поменять ситуацию, необходимо поменять себя, изменить свое "хочу". Помните, мы говорили о силе потребности?

Никогда не надо объяснять свои действия действиями других людей - еще одно древнее мудрое изречение. Если я меняюсь, я начинаю в объективной реальности видеть больше, и вариантов выбора тогда великое множество. И только по собственной закостенелости мы думаем, что основная причина ограниченности выборов находится вне нас.

Таково активное бытие. Вы вступаете в Диалог и изменяете объективную реальность не судорожно, не в отчаянии или под давлением негативных эмоций, а сознательно двигаясь к своему будущему, что и придает жизни непреходящую ценность, не вещественную, а бытийную. И тогда все другие ценности, вещественные и конечные, тоже приобретают другой смысл и другое содержание. Потому что есть контекст, реальное ощущение своего бытия, собственного творчества этого бытия.

Нельзя считать нормальным, когда из всех объектов, на которые нас нацеливают, исчезает один - бытие как таковое. Это недоразумение, и его нужно ликвидировать, тогда гораздо меньше будет стрессов, кризисов смысла жизни и т.п.

Это трудно, но этому можно учиться.

Часто сил не хватает, ситуация на нас наступает. Она такая, а мы-то внутри уже другие, и нам опять кажется, что все вокруг виноваты в наших "страданиях".

Окончательное решение этой проблемы произойдет тогда, когда в нашей жизни не будет ни одной ситуации, где мы, по своей воле или под чьим-либо давлением, будем действовать вопреки своим знаниям.

*ДОКЛАД,
Прочитанный И.Н. Калинаукасасом
на конференции в Институте биофизики МЗ СССР.*

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ 16-ЗНАЧНОГО КОДА ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННЫХ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ

Разработка методик психической саморегуляции, позволяющих формировать заданное функциональное состояние в процессе деятельности, требует решения двух основных задач:

1. Разработка ориентированного на практические нужды языка описания состояний.

2. Технологичность методики, то есть четкая связь между языком описания состояний и конкретными приемами их формирования и длительного удержания, обеспечивающие устойчивое проявление заданных параметров деятельности. Методики типа АТ (по Шульцу и модификации) и БОС (биообратная связь), являющиеся по существу специфической деятельностью по психорегуляции, могут решать эти задачи лишь ограниченно, так как их включение в живую ткань конкретной деятельности затруднено. Для того, чтобы деятельность не прерывалась процессом саморегуляции, приемы формирования состояний должны быть закодированы максимально кратким символом, семантический и функциональный объем которого задается в процессе обучения.

Характеристики уровней активности и качеств среды как пространства деятельности являются, по нашему мнению, наиболее удобными для кодирования состояний, так как содержанием своих определений активизируют континуальные блоки смыслов.

Мы остановились на достаточно известном и практически удобном выделении в деятельности трех основных уровней активности: физического, эмоционально-чувственного и когнитивного.

Субъективное восприятие преобладания в деятельности уровня физической активности закодировано как "1-ый уровень"; преобладание эмоционально-чувственной активности - как "2-ой уровень"; когнитивной - как "3-ий уровень". Состояние, при котором все уровни активности субъективно воспринимаются как представленные в равной степени, условно кодируется как "4-ый уровень".

Как показало дальнейшее исследование, данный код легко усваивается в процессе обучения и не вызывает психологического напряжения в процессе формирования состояний.

Второй параметр кода соединяет в себе ориентацию восприятия на среду как пространство деятельности и переживание чувства включенности в эту среду.

Чувство включенности задается семантическим полем понятия "ритм", а ориентация восприятия - выделением четырех вариантов восприятия пространства: как бесконечности - код "ритм А"; как потока - "ритм В"; как множество дискретных объектов - "ритм С"; как деструктивного - "ритм D".

И по этому параметру дальнейшее исследование показало легкое усвоение кода и его четкую связь с конкретными приемами формирования и удержания состояний.

Таким образом, сочетание четырех вариантов каждого из двух параметров позволяет кодировать шестнадцать состояний. Решение второй задачи - технологичность методики - было основано на использовании хорошо разработанного в практике подготовки театрального актера тренинга, развивающего способность к эмпатии и навыки управления

уровнями активности. В процессе тренинга формируется функциональная система данного состояния, активизируемая воспроизведением в памяти кодового символа. Параллельно тренируется способность оценки своего текущего состояния с применением языка методики.

Психологические и психофизиологические измерения показали наличие дифференцированных функциональных признаков каждого из шестнадцати формируемых состояний.

Исследование эффективности методики проводилось совместно с НИИ психологии УССР на контингенте экспериментальных групп п/секции "Прикладная психология" при УкрРПНТОРЭС им. А.С.Попова (г.Киев).

Количество испытуемых - 35 человек; возраст от 22 до 29 лет; мужчин - 21 человек, женщин - 14 человек. Образование высшее (у 33% из них - техническое). Второй контингент - группа спортсменов, членов сборной команды Украины по легкой атлетике в количестве шести человек, МСМК - 3;

МС - 3; мужчин - 5, женщин - 1, возраст от 20 до 24 лет. Исследование проводилось при участии тренеров и врачей.

Учебные занятия с экспериментальными группами проходили 3 раза в неделю, продолжительность их - от 2-х до 3-х часов.

Для контроля за процессом обучения использовались следующие измерения:

1. Отчеты испытуемых.
2. Тест "Картины" - эталонный набор художественных репродукций в количестве 50 штук.
3. Тест "Портреты" - эталонный набор фотопортретов в количестве 50 штук.
4. Звуковые тесты - запись музыкальных произведений и речи.
5. Определение испытуемыми состояния, сформированного оператором, сидящим спиной к группе на расстоянии 4-х метров. Перед началом работы оператор получал программу последовательного формирования восьми состояний в следующем режиме: время предъявления - 2 мин, интервал для перестройки - 30 сек.

С группой спортсменов проведено в течение 3-х месяцев 80 психологических тренировок продолжительностью 45 мин с направленным обучением формирования 2-х состояний - 1С и 4С, предварительно определенных как оптимальные.

Для измерения использовались:

1. Тепинг-тест (во время занятий).
2. Контроль выполнения тестовых физических упражнений типа 10 серий по 10 попыток, выполняемых непосредственно во время спортивных тренировок.

По оценке заслуженного тренера УССР В.Н. Киба формируемые спортсменами состояния близки к оптимальным в их видах спортивной деятельности (бег, прыжки в высоту), что подтверждается в частности выступлением спортсменов на зимнем первенстве УССР по легкой атлетике в январе 1986 года. Четыре из пяти участвовавших в соревновании спортсменов стали призерами, показав результаты, превышающие личные рекорды, а также плановые установки тренеров. Тренеры оценили вклад психотехнической подготовки в 50% прибавки к личному рекорду спортсменов.

В дальнейшем по данной методике спортсмены были обучены двум комплексам психотехнических приемов предстартовой мобилизации. На фоне физического покоя в первом комплексе ЧСС доводится до 120 уд/мин, во втором - от 150 до 180 уд/мин. Интересной особенностью второго комплекса является то, что после его выполнения формируется состояние, позволяющее выполнить достаточно объемную работу без значимого изменения ЧСС. Например, испытуемый (МСМК), достигнув после выполнения комплекса ЧСС 160 уд/мин, затем выполнил 50 типовых приседаний, после чего ЧСС равнялось 152 уд/мин. Аналогичные данные получены в 30 замерах.

В тренировке, проведенной после второго комплекса предстартовой мобилизации, испытуемый (МСМК) установил личные достижения в пяти тестовых упражнениях.

Анализ отчетов испытуемых выявляет четыре наиболее значимых для них эффекта от практического применения навыков, полученных после освоения методики:

1. Повышение эффективности основной производственной деятельности.
2. Ускорение восстановления психического тонуса после нагрузки.
3. Повышение уровня и качества коммуникабельности, развитие чувства сопереживания.
4. Более глубокое восприятие произведений искусства, обогащение эмоционально-чувственной сферы.

Обобщение материала отчетов испытуемых позволяет провести предварительное сопоставление некоторых типов деятельности с формируемыми состояниями:

1. Деятельность, требующая устойчивого внимания или сложнокоординационных действий, - состояние "4С".
2. Деятельность, требующая, в основном, мышечной активности, - состояния "1С", "1В".
3. Деятельность, связанная с межличностными взаимодействиями, - состояния "2В", "4В".

Требуется дальнейшее углубленное исследование оптимального соответствия между формируемыми состояниями и типами профессиональной деятельности.

Таким образом, результаты исследования показали принципиальную возможность использования разработанного 16-значного кода для формирования дифференцированных состояний в процессе деятельности.

Особый, но, к сожалению, мало исследованный вопрос - физиологическая цена приемов психорегуляции. Это задача не ставилась в исследовании, но необходимость ее решения очевидна.

Взгляд изнутри 12

Основа любой системы - код, который предлагается для расшифровки ощущений. Главная задача - освоение этого кода или языка. Здесь язык: четыре уровня и четыре ритма.

Психоэнергетика имеет следующие характеристики.

Уровни:

1-ый центр - энергия, связанная с жизнью тела как инструмента.

Человек, у которого доминирует первый центр, обладает телом, максимально энергетически и информационно насыщенным. Его разумная деятельность, познавательная способность, действенная способность по отношению к Миру определяется физическими актами. Этот человек имеет "мудрое тело". Если он хочет извлечь максимум из своей природы, он должен научиться переводить информацию тела в сознание. Эта энергия дает то, что в народе называется "природный ум". Все мы испытывали состояние, когда все тело наполнено энергией, и человек в эти минуты может "горы свернуть". Это полнота взаимоотношений с физическим миром. Но бывает, что на этот тип накладывается несоответствующий тип личности, который заглушает природные преимущества.

2-ой центр - энергия связанная с эмоционально-чувственной сферой.

Все люди с этой доминантой обладают повышенной эмпатией, повышенной чувствительностью к психическому состоянию другого человека, ко всему, что связано с душевной жизнью, с миром ощущений. Это качество энергии всем знакомо. Вспомните минуты эмоционального подъема. Люди с этой доминантой (будучи даже совершенно психологически неграмотны) без слов могут произвести такое воздействие на человека, которого не добьется, порой, профессиональный психотерапевт. Эти люди хорошо входят в контакт с другими. У них большая способность заражаться чужим настроением и заражать своим настроением других.

3-ий центр - энергия, непосредственно связанная с деятельностью мозга.

Это не значит, что человек с доминирующей "тройкой" обладает повышенными рациональными и интеллектуальными способностями. Это свидетельство того, что он обладает энергетически сильным мозгом. Но поскольку мозг и так забирает до сорока процентов энергии, то человек с этой доминантой постоянно находится в опасности по отношению к другим своим центрам, которые могут быть подвержены истощению. Такова негативная сторона доминирующего третьего центра. Но "троечник" имеет природную склонность к ясновидению, к "съему информации", внушению, он как бы умеет заражать других энергией своего мозга.

4-ый уровень - аккорд. Все три центра работают одинаково по количеству затрачиваемой энергии. Стихийно так бывает очень редко. Это состояние целостное, и в нем мы можем иметь совсем другое качество энергии, чем просто сумма энергии трех центров. В "четверке" полезно работать на занятиях саморегуляцией.

Теперь о РИТМАХ. Ритм - это контекст восприятия Мира человеком.

А - ритм бесконечного. КОСМОС.

В - ритм бесконечно-конечного. ЖИЗНЬ.

С - ритм конечного. Ритм вещей. ИМПУЛЬС.

Д - ритм конечно-бесконечного. Смерть. РАСПАД.

Люди с природным ритмом А склонны к восприятию больших объемов как реальных чувственных объектов. Бесконечность, Космос, Вселенная для них осязаемые, реальные объекты. Ритм этот как природная данность встречается очень редко. К. Циолковский, В. Вернадский, Н. Рерих - 3А;

П. Брейгель (старший), В. Высоцкий - 1А.

Люди с природным ритмом В встречаются очень часто. Этот ритм дает ощущение живого. Для таких людей Мир - своеобразной живой организм, они чувствительны к процессам, трудно выделяют конечные объекты. Такие люди хорошо общаются со всем живым. (Здесь я привожу исключительно музыкальные примеры: Мирей Матье – 3В, Джо Дассен, М. Бернес – 2В, Том Джонс – 1В).

Ритм С также встречается часто. Люди с этой доминантой воспринимают Мир как большой, сложный механизм. Их ощущение Мира дискретно, им труднее воспринимать процессы. Но они меньше, чем люди с другими доминантами по ритму, подвержены психологическим отклонениям, более устойчивы в стрессовых ситуациях. "С-шники" в своей внутренней структуре, как правило, хорошо организованы.

Ритм D – людей с таким природным ритмом нет. Это звучание болезни (сознания, психики, тела – 3D, 2D, 1D), звучание смерти. Есть люди с повышенной чувствительностью к этому ритму. А вот в искусстве с подобным ритмом встречаемся нередко (Босх, "Страшный суд", Моцарт, первая часть "Реквиема" - 4D; Ф. Шопен, "Траурный марш" - 3D; Ф. Гойя, "Сон разума порождает чудовищ" - 3D; Ш. Бодлер, цикл "Цветы зла" - 2D).

ПУТЕШЕСТВИЕ ПО СОСТОЯНИЯМ

Взгляд изнутри 13

1А - Движения становятся более широкими, размашистыми, словно растянутыми по пространству. Хочется заглянуть во все углы. Появляется какая-то торжественность, замедленность. Состояние больше способствует мечтам, размышлениям, чем действиям.

1В - Это состояние повышает интерес ко всему живому, к природе, способствует отдыху и расслаблению, хорошему аппетиту. Располагает к монотонной, длительной физической нагрузке (например, продолжительной ходьбе). Но очень трудно сосредоточиться на умственной деятельности.

Появляется страх перед гудящими, стучащими механизмами, их существование кажется непонятным и противоестественным.

1С - При переходе в это состояние страха перед механизмами нет.

Напротив, восхищает мощь и сила машин. Во всем гудящем и стучащем слышен четкий ритм, под который можно подстроиться. Содействует любой физической деятельности, требующей ритма: спортивным играм, уборке квартиры, стирке, ходьбе и т.п. Но через некоторое время появляется желание сменить занятие.

1D - В этом состоянии ничего не хочется делать, деятельность вызывает раздражение, появляется внутренняя ворчливость, нет чувства удовлетворения от результатов работы, она кажется бесперспективной. У окружающих возникает реакция избегания, срабатывает механизм защиты: смех, переход в состояние 2С.

2А - Увеличивается глубина эмоциональных переживаний, их активность, диапазон. Широкие жесты, смена настроений, при которых легко обидеться или рассмеяться. Все заботы кажутся мелкими, недостойными внимания. Работа выполняется медленно, с ощущением ее огромной важности.

Окружающими поведение воспринимается как эксцентричное. Расширяется вокальный диапазон.

2В - Состояние воспринимается окружающими как расположение к общению: все обращается с вопросами, за советами. Со своей стороны, хочется всем помочь наладить отношения, урегулировать конфликты. Общение с человеком носит цельный характер, нельзя остановиться на полуслове, нужно все досказать, дообъяснить. Желание двигаться очень слабое, да и труднее выполнять всякую физическую работу - куда приятнее общаться с людьми.

2С - Суетливость, смена тем в разговоре, из-за чего внимание перескакивает на другие объекты, на другую деятельность, часты мелкие ошибки в работе, недоделки. Чувство целого не так выражено, как в ритме В, все работы равнозначны. Так же, как происходит переключение на общение с другим человеком, легко сменяется и настроение. Субъективно воспринимается как постоянное внутреннее беспокойство. Ходьба быстрая, неровная. Те, кто живет в ритме В, воспринимаются спящими на ходу, вызывают раздражение, хочется заставить их двигаться быстрее.

2D - Душевная боль, горе, обиды. Окружение воспринимается предвзято, враждебно. Злость на людей, невозможность выполнять работу, требующую терпения, раздражительность, повышенная обидчивость, слезливость. У окружающих - реакция избегания.

3А - Состояние восторженности, в котором расширяются границы принятия Мира, людей, себя. Расширение видимого поля (как при состоянии деконцентрации внимания).

3В - Постоянная внутренняя серьезность, в голове - бесконечные мысли, кажется, что всю работу выполняешь головой. К еде очень слабый интерес, употребление пищи небольшими дозами. Реакция, по сравнению с ритмом С, замедленная. Хорошее состояние для размышлений.

3С - Ясная и четкая мысль, умственная деятельность, связанная с расчетами, вычислениями, поиском информации, осуществляется очень быстро. При выполнении любой работы постоянное вычисление оптимальных вариантов, легко переходить от одной работы к другой.

3D - Состояние оцепенения, необъяснимое упрямство, заикливание на одной мысли (типа: не хочу, и все). Нарушается логика мышления, творчески думать невозможно, не хочется ничего анализировать, в голове ощущение тяжести, давления. Хочется заплакать, и это приносит облегчение.

4А - Жизнеутверждение, гимн жизни во всем ее многообразии, с ее радостью и болью, ощущение глубины, безграничности Мира. Мысли чаще не в виде слов, а в форме образов.

4В - Внутренний покой, ощущение слитности с живой природой, для восприятия характерно качество целостности, окружающими оценивается, как мудрое. В этом состоянии не хочется говорить о мелочах, но хочется размышлять; легко устанавливать контакты с людьми.

4С - Внутренняя собранность, целеустремленность, уверенность в своих действиях. Ничто не отвлекает, окружающие стараются не мешать.

Продуктивное состояние для реализации целевой программы умственной деятельности, связанной с вычислениями, физической работой. Движения четкие и скоординированные.

4D - Печальная торжественность. Или гнев. Смерть, как рождение.

КАРТА ДРЕВНИХ (Классификация состояний)

В древних источниках и системах психорегуляции возникали попытки классифицировать различные состояния, которые человек переживал, ибо тогда уже было подмечено, что эти состояния отличаются другим отношением и к себе, и к объективной реальности.

Можно говорить о существовании карты психического развития, карты психотехники. Она выглядит так:

III уровень реальности	Тело просветления (один центр) Причинное тело (двенадцать центров)	+ ∞	}	Целостность этого пространства состояний есть воплощенный Абсолют
II уровень реальности	Ментальное тело (девять центров) Астральное тело (семь центров) Витальное тело (пять центров)			
I уровень реальности	Огненное тело (три центра) Физическое тело (один центр)	- ∞		

На "первом уровне реальности" есть физическое тело как объект с одним энергетическим центром и огненное тело с тремя энергетическими центрами.

Физическое тело. В зависимости от того, с помощью каких средств мы смотрим на тело человека, у нас есть разные его образы (от электронного облака до того, что мы обычно понимаем под телом). Древние в своих системах решили эту задачу просто: физическое тело имеет один энергетический центр, и знак этого тела - минус бесконечность. Создав концепцию "тело в теле", они этим самым позволили, меняя состояния, сохранять привязанность к физическому телу.

Огненное тело. Имеет 3 центра (1, 2, 3). Огненное и физическое тела находятся на I уровне реальности и могут восприниматься всеми, так как являются доступными для наших органов чувств.

Существовало представление, что тот, кто разовьет в себе способность соединять в одно целое три центра, станет неуязвимым на I уровне реальности. Один из путей к этому - в освобождении от своей доминанты и переход к доминированию состояния четыре.

Второй уровень реальности доступен лишь для более "тонкого" восприятия и знаменует собой определенную ступень психического развития, когда человек в качестве целого уже может охватить нечто обычно неосознаваемое. На II уровне реальности есть витальное, астральное и ментальное тела.

Витальное тело мы можем получить, развив 1-ый центр огненного тела.

Витальное тело имеет 5 энергетических центров, и здесь ставится аналогичная предыдущей задача: развив эти 5 центров, соединить их в целое и объединить с I уровнем реальности.

Астральное тело можно получить, развив 2-ой центр огненного тела.

Оно имеет 7 энергетических центров. Развитие здесь выглядит так: сначала развивается 2-ой центр, на базе этого получаем 7 центров астрального тела, а далее - интеграция их в одно целое и соединение с I уровнем реальности.

Ментальное тело получаем при развитии 3-го центра огненного тела.

Оно имеет 9 энергетических центров, и здесь так же прodelьвается работа по интеграции центров.

Во многих системах считается, что можно начинать оттуда, откуда удобнее, но, как следует из наиболее глубоких источников, необходимо объять все целое, и это возможно тогда, когда вводится некоторое дополнительное пространство состояний - III уровень реальности.

На III уровне реальности существует причинное тело (12 центров). Оно имеет обратную связь со II уровнем: каждые 4 центра его связаны с астральным, ментальным и витальным телами. Существуют сложные техники их соединения.

Считается, что тот, кто реализовал в себе это состояние, может легко проникать в причины всех явлений.

Верхняя точка развития - тело Бодхи, тело просветления, тело абсолюта. Оно имеет один энергетический центр со знаком плюс бесконечность. Напрямую тело Бодхи связано с физическим телом. Может быть, именно поэтому и считается, что родиться в человеческом теле - это счастье, ибо тело человека божественно.

Один из путей психического развития - постепенное движение снизу вверх, по схеме развития и интеграции. Но есть якобы и некий тайный путь (путь скачка) из тела физического в тело просветления, а тогда уже можно двигаться в обратном порядке - сверху вниз.

У древних считалось, что абсолютного совершенства достиг тот человек, который освоил и объединил все это в одно целое. Его называли трижды рожденным. Но можно ли реально проделать такой путь?

В нашей культуре есть технологии, позволяющие развить в себе состояния I и II уровней реальности (от огненного тела до "ментала").

Однако опыт прямого пути нам пока не известен, как и путь, дающий знание о классе состояний III уровня реальности под названием "причинное тело".

Что касается тела Бодхи (просветления), то существует немало описаний этого состояния. Все источники свидетельствуют, что оно наступает внезапно и непредсказуемо.

Эта карта состояний может определять объем исследовательских работ в области конструктивной психологии по освоению тех теоретических и практических знаний различных психотехнологий, которые доходят до нас в виде текстов.

Метод информационного погружения

Данная методика построена на принципе информационного погружения. В чем его суть и для чего это нужно?

Ваша задача - в процессе обучения впустить в себя новую информацию, иначе обучение будет малоэффективным. Но существует механизм, не позволяющий этого сделать. Обычно, слушая, человек старается понять то, о чем ему говорят. "Понять" – означает объяснить новое старыми переживаниями, понятиями и т.п., то есть приспособить новое к уже имеющемуся объему информации. Если приспособить новое к старому не удастся, оно объявляется непонятным и отвергается. При этом никакого обучения не происходит, так как преодолеть барьер "непонимания" очень трудно.

Суть метода информационного погружения состоит в том, что за счет большого объема выдаваемой информации удастся снять барьер "непонимания", и человек может погрузиться в то, что он "не понимает".

Он вынужден "сдаться", редуцировать к своему детскому "я", и тогда информация усвоится максимально полно, хотя и подсознательно.

И если вы хотите что-то быстро освоить, впустить в себя все целиком, не давайте механизму "понимания" включиться сразу, то есть первый раз просто внимательно читайте от начала до конца, не заботясь о понимании прочитанного. Затем уже можно заняться

структурированием, систематизацией и т. д., но это уже будут следующие шаги в работе с новой информацией.

Если вы примете для себя, что, встретив непонятное, нужно радоваться, ибо это встреча с новым, то у вас в процессе обучения не будет проблем. При работе с сознанием тренируйтесь в снятии барьера "понимания". Базовое упражнение по созерцанию поможет вам в решении этой проблемы.

Есть техники запечатывания информации, которые дают возможность воспринимать информацию вне ее осмысления и затем воспроизводить воспринятое. Этого тоже можно достичь через созерцание, и тогда, во-первых, вы сможете увеличить свою информационную пропускную способность, а во-вторых, сформируется навык симультанного восприятия. Станет возможным мышление объемами, при котором человек достигает максимальной эффективности в анализе ситуации.

Развитие способности работать с объемами дает возможность ощущать пространство вокруг себя, его звучание.

Еще о ритме

Ритм есть неотъемлемая часть нас и нашего окружения. Нам известны годовые, суточные, лунные и другие ритмы. Именно за счет ритма мы ориентируемся во времени. Чувство ритма организует нас и связывает в единое целое восприятие и внешнего, и внутреннего. Ритм есть качество взаимоотношений с Миром.

Многие методики построены на обостренном чувственном восприятии пространства. Этому действительно можно научиться, но мы боимся "напрягать чувства" и перекрываем эти каналы восприятия.

На занятиях по психоэнергетике мы будем учиться воспринимать то, что находится вокруг нас ("атмосферу", как говорят в театре). И в этом нашим помощником будет чувство ритма.

Чувственно представляя себе бесконечно расширяющуюся сферу, мы настроимся на ритм А, ритм бесконечного.

Если настроиться на непрерывную волну, идущую в нас и из нас, мы ощутим пространство как процесс и попадем в ситуацию, где все со всем связано. Это ритм живого, ритм В.

Если представить себе, что в нас и из нас идут дискретные импульсы, Мир предстанет как некий механизм. Таков ритм С, ритм конечного.

Если настроить чувственное восприятие на хаос, спутанность, беспорядок, распад, мы ощутим звучание ритма D.

Владея языком ритмов-уровней, мы можем управлять восприятием качества окружающей нас среды, и это дает возможность настраивать себя в резонанс к окружающему. Только тогда появится возможность импровизированного творчества состояний.

Идем в неизвестность, в бесконечность, радуясь новому, включаясь в звучание пространства вне и внутри нас.

ОБРАЗ И СЛОВО

Человеку присуще следующее свойство: как только он узнает новое слово, фразу, то пытается эту мертвую словесно-логическую информацию оживить содержанием непосредственного переживания. Не найдя такого в своем опыте, он подключает фантазию, с помощью которой приписывает неизвестным словам известные переживания, иначе говоря, создает иллюзию субъективного знания. В противном случае новое слово или фраза в сознании не задерживаются. Но коль новая информация все-таки "зацепилась", значит, найдены какие-то переживания по ее поводу. Этот процесс может происходить как на бессознательном уровне, так и быть осознаваемым.

Если у человека отключить доминантное полушарие, он будет выдавать грамматически верную бессмыслицу типа "громкий рассвет разорвался на листьях". Если повреждено субдоминантное, то на просьбу описать воду, вместо обобщенной характеристики ее качеств, сможет лишь перечислить возникшие у него образы: мокро, брызги, рыбалка, фонтан, купаться и т.д.

На данном примере хорошо видно, то что результатом отсутствия у человека адекватного соответствия между словами и образами является абсурд. Такой человек не в состоянии вести нормальный образ жизни.

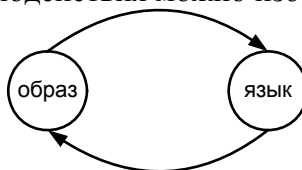
Каждая система психорегуляции предлагает свой язык, на котором описывает мироотношение, переживание, восприятие и т. д. И что получается, когда, к примеру, человек решил заняться йогой? Прочитал о чакрах, нирване, об особом восприятии Мира, необычных переживаниях и т.п. Словесно-логически эта информация ему понятна. Но далее он пытается оживить ее содержанием соответствующих непосредственных переживаний, которых у него нет. Ибо наши эмоционально-чувственные впечатления существенно отличаются от тех, о которых читаем в литературе, посвященной йоге. Мы ведь не жили в том мире, не медитировали в Гималаях. Медитируя у себя в квартире, даже точно так, как написано в книгах, мы никогда не получим тех же переживаний, что настоящие йоги, то есть не познаем того чувственного содержания, которое стоит за этими текстами.

Бесполезно пытаться заполнить новый для нас язык какой-либо системы психорегуляции переживаниями, которые имеются у нас в запасе. В результате получится нестыковка, абсурд, как в случае блокировки правого полушария. В этом смысл выражения: "Можно выполнить тысячу правил, заповеданных Буддой, и не продвинуться ни на шаг".

Поэтому для освоения любой системы требуется Учитель - живой человек, который в ваших реальных условиях проведет вас по нужным ситуациям (создаст, спровоцирует), и они дадут те переживания, откроют смысл, содержащийся в языке его системы. Только таким образом вы сможете заполнить этот язык реальным содержанием, только тогда эта система даст результаты, которые она обещает.

А без Учителя происходит следующее: для оживления словесно-логических форм человек обращается к иллюзиям, к фантазии, считая, что, наверное, вот это переживание, вот этот образ соответствуют вот этому описанию в книге. На самом же деле чаще всего это не так, что со временем становится очевидным. Хорошо, если, разочаровавшись в системе, человек ее просто бросает. Хуже, когда он доходит до саморазрушения, становится неадекватным тому Миру, в котором реально живет.

Схематически процесс взаимодействия можно изобразить так:



То есть для каждого слова ищется образ, ему соответствующий, и, наоборот, для каждого образа, переживания ищется название. Полного соответствия достичь невозможно. Ни в одном языке нет такого количества слов, которыми описывались бы все образы.

Если объем переживаний очень превышает количество слов, которыми эти переживания можно выразить, человек попадает в ситуацию, когда, кроме междометий "О! Ого! Ах!", он ничего сказать не может.

В нашей системе предлагается язык, состоящий из двух типов символов: уровней и ритмов. Уровни 1, 2, 3 - обычные, 4, 5...10 соответствуют измененным состояниям, и ритмы - А,В,С,Д. В результате их различных сочетаний получаем весь язык - 40 двойных знаков.

Чтобы символы стали живыми, их надо наполнить эмоционально-чувственными переживаниями. Технология этого процесса в данной системе такая: формируется состояние, которое с помощью конкретной деятельности проживается как можно глубже. Так постигается содержание знака, обозначающее это состояние.

Итак, освоение данной системы психорегуляции представляет собой единство четырех процессов:

- 1) изучение грамматики и логики языка, системы его понятий и способов оперирования ими;
- 2) накопление непосредственных ощущений (зрительных, слуховых и т.д.);
- 3) сознательный переход в различные состояния и глубокое их переживание в соответствующей ситуации деятельности;
- 4) общение с людьми различных звучаний.

Обращаясь к разным людям, можно постичь великое множество различных картин Мира - ведь у каждого она своя. Это даже лучше, чем читать книги.

Так накапливается смысловое содержание состояний.

Из этого всего следует, что если сознательно не выходить из привычного для себя состояния и не пытаться жить в разных состояниях, данной методики не освоить. Даже зная, что такое-то состояние особенно эффективно использовать при определенной деятельности, вы этого делать все равно не будете, не сможете, пока не накопите объем жизненного переживания этого состояния.

Абстрактно-логическая информация может быть принята лишь на доверии к авторитету. Если к этому доверию еще добавить переживания, подтверждающие эту информацию, то она прочно зафиксирована в сознании, в противном случае - растворится и исчезнет.

Итак, освоив 40 состояний, человек может достичь резонанса со всей многозвучностью Мира, а не отдельными его нотами (в среднем в течение всей своей жизни человек путешествует лишь по 4-5 состояниям).

Абсолютный резонанс недостижим, так как степень погружения в каждое состояние не ограничена. Каждый достигает своего уровня, своей границы, но ничто не мешает раздвигать эти границы.

О действии от избытка

Все системы саморегуляции можно разделить на две группы: а) компенсаторные системы (системы, работающие от недостатка и утверждающие наличие недостатка); б) избыточные (активные) системы, построенные на избытке.

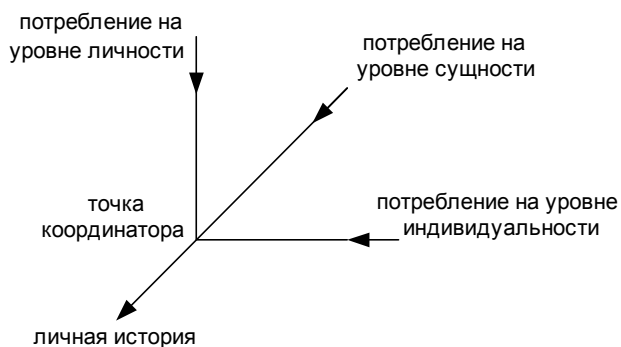
Чтобы понять разницу между ними, посмотрим, как реализуется в каждой из них, к примеру, принцип "помоги другому". В компенсаторной системе это будет звучать так: помогу, потому что без этого мне будет плохо. В системе от избытка прозвучит иначе: могу помочь, так как есть избыток энергии.

Предлагаемая система относится к системам избыточным. Вспомним изречение древних: "Все истинное от избытка". В чем его смысл? В том, что истинная вера человека там, куда он идет, когда ему хорошо (то есть когда есть избыток).

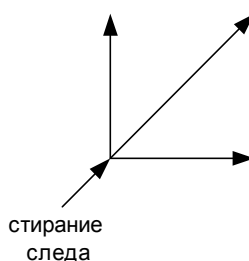
Каким образом можно иметь избыток энергии? В разных системах эта задача решается по-разному. К примеру, обучающийся в течение 3-х лет должен был молчать (обет молчания) - за счет этого накапливалась энергия. Это происходило и за счет других приемов.

Живя, человек поглощает (или потребляет) окружающий Мир и, поглощая, оставляет за собой след (назовем его личной историей).

Схематично это выглядит так:



Потребляя, человек не все успевает "переварить" и превратить в личную историю. "Непереваренное" оседает в точке координатора. При большей концентрации материала в точке координатора происходит качественный скачок, и появляется возможность отдавать. Человек становится не поглощающим, а реализующим, происходит как бы переворот стрелок на той же схеме.



Когда появляется избыток энергии, человек становится реализатором.

Но тогда он выходит из-под охраны Закона Великого Среднего, обгоняя зону, защищенную этим Законом. Это или сумасшествие, или творчество.

Есть несколько способов, позволяющих иметь избыток энергии.

1. Дополнительный источник энергии (любая система, находящаяся вне человека). Это Вера, Надежда, Любовь, проявляющиеся как потребность: человек отдает себя делу, любви, общине. Возникает прибавка энергии из дополнительного источника, образование "магнитного центра" происходит интенсивно.

2. Усиление энергетического метаболизма с помощью различных методик. Например, можно резко увеличить интенсивность проживания каждого момента жизни. Максимально активно поглощать "пищу" всех видов: информацию, эмоции, события. Поставить себя в такую ситуацию, когда реально необходимо жить на пределе поглощения и усвоения.

3. Образование "магнитного центра", то есть стабильного самосознания. Когда первые два пункта реализованы и магнитный центр кристаллизуется, появляются различные "сидхи" (силы), а вместе с ними и соблазн могущества. Вычислить, как пойдет развитие, невозможно.

Появляется постоянный избыток, и вы попадаете в поток, в котором нужно не утонуть.

4. Качественное изменение принципа бытия. Человек начинает жить от реализации.

Чтобы проделать этот путь, нужно определить, в каком состоянии ваша энергетическая база (какой из трех видов энергии есть в избытке или хотя бы в количестве, достаточном для самообеспечения). Где вы не нуждаетесь во внешней стимуляции? Ответ на этот вопрос дает коррекцию к любой методике. Тогда усиление энергетического метаболизма будет строиться правильно.

Особенно важно научиться радоваться препятствиям, ибо они провоцируют максимальное напряжение сил, раскрытие неведомых прежде резервов энергии.

Преодоление препятствия - шанс на развитие.

ИЗМЕНЕННЫЕ СОСТОЯНИЯ СОЗНАНИЯ, ИЛИ ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ

Целевая установка нашей группы - изучение языка системы для того, чтобы затем пользоваться им для моделирования состояний и их диагностики. Теоретически и практически у нас есть все для того, чтобы иметь избыток психической энергии. И на энергетическое воздействие мы можем ответить тем же, избавляя себя от страхов по этому поводу. Иными словами, у нас есть все средства для того, чтобы иметь избыток и быть источником энергии для окружающих. Энергии в пространстве много, бери сколько хочешь, будь лишь при этом проводником для нее.

Люди взаимодействуют друг с другом при помощи психоэнергетики, сами этого не зная. Единственно верная позиция по поводу энергетики: иметь большой избыток энергии и не задумываться над тем, с кем и как вести себя в энергетическом плане, не заниматься постоянным анализом: кто и как действует на вас? Необходимо жить так, чтобы в вашем присутствии другим становилось хорошо. Это проверено жизненным опытом, и я считаю, что все другие позиции в этом вопросе болезненны.

В процессе освоения языка нам придется познакомиться с качественно новыми состояниями - измененными. Так, состояния 5,6,7 уровня являются измененными. Это можно представить как движение вверх по вертикали.

Но возможен переход в измененные состояния не только за счет движения на вертикали вверх (5,6,7...). Такие состояния можно получать при движении по горизонтали относительно доминантного состояния. И тогда возможно параллельное восприятие I-го уровня реальности (наше обычное восприятие) и II-го уровня реальности. При раскрытии 1-го центра это будет "витальное" пространство, 2-го центра - "астральное", 3-го центра - "ментальное", при аккорде - "каузуальное" пространство.

Этот переход возможен при определенном объеме энергии в соответствующем центре, он приводит к качественно новому состоянию и несет в себе определенные переживания.

Пользуясь языком нашей системы, можно описать любое из этих состояний, помня, что предельные объемы энергии (количество) переходят в другое качество как по горизонтали, так и по вертикали.

Итак, данная система дает возможность моделировать любые состояния и даже без освоения других методик усвоить такой набор состояний, который по своему объему равен сумме всех известных по литературе состояний (кроме состояний просветления, где нужна не только техника).

Таким образом, мы можем дополнительно классифицировать состояния на классы "витальных", "астральных", "ментальных". Чтобы достигать этих состояний, необходимы колоссальная работа и много времени, а также большие запасы энергии и длительные упражнения со своим сознанием.

Один из тех, кто занимался этим около 5 лет, однажды ехал в троллейбусе и, занимаясь первым центром, достиг большого объема энергии в нем. Внезапно началось параллельное восприятие двух пространств:

1) абсолютно адекватно он воспринимал первый уровень реальности (маршрут троллейбуса - 40 мин);

2) параллельно с этим он переместился в другое пространство и "прожил" 3-4 суток в другом месте и в другом образе, то есть как бы в одном пространстве с одними временными характеристиками происходило одно, а в другом пространстве - другое.

Это произошло с ним произвольно, и когда он пытался повторить это сознательно, у него ничего не вышло.

Принятие наркотиков - не что иное, как способ выхода в параллельное пространство. Однако при таком способе адекватность восприятия первого уровня реальности теряется.

При глубокой работе могут быть спонтанные включения параллельного восприятия, этого не следует бояться.

Описание параллельного "каузуального" (в аккорде) восприятия в литературе встречается редко, а расширения на первом, втором, третьем уровнях, которые дают измененное восприятие, описаны во всех ритмах.

Если это происходит с человеком, который не знает языка и системы в целом, то все это он классифицирует как "дурную мистику".

Состояния 5,6,7 (в любых ритмах) трудно выдержать нетренированному человеку, так как расход энергии увеличивается, а поступления не хватает. Уже для 5-го уровня нужна глубокая энергетическая перестройка, а при отсутствии специальной подготовки состояние, к примеру 5В, вызывающее резкие энергетические изменения, можно выдержать не более 10 минут. И были случаи, когда люди "сгорали" при движении по вертикали.

Поэтому надо очень много и терпеливо работать.

Спонтанные же включения параллельного восприятия при занятиях с психоэнергетическим инструментом могут происходить, и не нужно этого бояться, закрывать при этом глаза, иначе есть опасность попасть в ловушку кайфа.

Снова об инструментальной Я-концепции

Рассмотрим более подробно вопрос об инструментальном аспекте Я-концепции. Напоминаю, что исходным моментом этого подхода является выделение совокупности инструментов: тело, психоэнергетика, сознание.

Очень важно точное понимание, что есть психоэнергетика. При взгляде на человека как на совокупность приборов сталкиваемся с проблемой: каким же образом все это великое множество составных синхронизируется между собой и работает как единое целое? Можно предположить, что психоэнергетический инструмент и является таким синхронизирующим механизмом. Это двигатель и одновременно синхронизатор, то есть вся совокупность биотоков, полей, вокруг них образующихся, все различия потенциалов - они как целое и будут составлять этот инструмент.

Когда же мы смотрим на человека как на субъект деятельности, то выделяем у него три системы отношений с Миром (помните?): индивидуальность - совокупность отношений человека с Миром как биологического существа; личность - совокупность общественных отношений; сущность - совокупность энергетически-информационных отношений с Миром.

Следует помнить, что сущность образуется из отношений человека с Миром, не обязательно учитываемых сознанием. Это совокупность отношений целого с целым. Мир как целое и человек как целое. Для того, чтобы это было до конца понято, применим метод качественных структур. Мы говорим о том, что в объекте можно выделить аспект организации, аспект функционирования и аспект связи. (А это помните?) Объект (абстрактный), у которого есть только аспект организации, - это как бы не живой объект, то есть некоторая физическая данность, не действующая, не функционирующая, не вступающая ни в какие взаимоотношения с окружающим Миром. Объект (также абстрактный), у которого есть только аспект функционирования, - это как бы чистая деятельность вне всякой объектности.

Если абстрактно рассматривать аспект связи, то сюда войдут только отношения Мира с данным объектом. Таким образом, аспект организации - как бы тело любого объекта, аспект функционирования - система его функциональных частей (способ выдачи какой-либо продукции), а аспект связи - совокупность воздействий, направленных на данный объект любым другим.

В этой структуре мы еще выделяем точку координатора, или нулевую позицию. Она является принципиально важной в силу того, что удерживает между собой эти аспекты, не

давая им возможности распасться. Конкретное содержание точки координатора в конкретном объекте - вопрос сложный.

Если рассматривать человека как целое, с точки зрения данной структуры, то точкой координатора для него является самосознание (оно может быть более или менее стабильно).

Какова же связь между структурой инструментов и структурой их отношений с реальностью?

Базовым инструментом индивидуальности является тело. Сознание и психика тоже работают на индивидуальность, но, подчеркиваем, базовый инструмент - тело. Не зря мы говорим о совокупности отличительных признаков (примеры: фотография, дактилоскопия и т.п.), которые неповторимы, индивидуальны. Тело - носитель биологической индивидуальности - является доминирующим во всем, что касается взаимодействия человека с Миром как биологического существа. Психика и сознание здесь обслуживают тело. Мы знаем, что если лишать человека возможности нормально удовлетворять биологические потребности и делать это достаточно долго, то он потеряет человеческий облик или погибнет физически.

Базовым инструментом личности является сознание. Здесь можно говорить о типе личности на основе информационного метаболизма, то есть способа переработки поступающей информации. Все типологии, так или иначе, опираются на это. Когда мы говорим "личность", подразумеваем под этим сознательное существо, которое владеет речью, понимает язык, может вступить в свой тип общественных отношений, поскольку они реализуются на каких-то языках. Это не обязательно словесный язык, это может быть и язык обрядов, символов, то есть любой язык, созданный человеком, не природный.

Базовым инструментом сущности является психоэнергетика, поэтому сущность является наиболее трудноуловимым образованием в человеке.

Напомним, что сознание и тело тоже участвуют в жизни сущности, но под командой психоэнергетики. Она в этом случае - базовый инструмент.

Также необходимо понять, что совокупность всех отношений (индивидуальности, сущности и личности) - это большее целое, чем совокупность инструментальных данных, которые входят в поведение человека как часть. Нельзя сравнивать базовый инструмент и отношения, базирующиеся на нем.

Необходимо уточнить и следующее. Когда мы говорим о "центрах" психоэнергетики (первый, второй, третий) и о том, что в психоэнергетическом инструменте происходит распределение энергии в зависимости от нужд инструментов (первый центр производит энергию для тела, второй - для эмоционально-чувственной сферы, третий - для сознания), - это не означает, что при доминирующем третьем центре доминирует сознание как инструмент. "Центры" - это части психоэнергетики.

Поэтому встречаются случаи, что при доминирующем втором центре и при сильно развитом сознании как инструменте (на 3-ем центре, а сознании, как инструменте!!) энергия в сознание начинает поступать не из 3-го, а из 2-го центра, и происходит истощение центра. Последствия этого сильно сказываются как на самом человеке, так и на окружающих его людях.

Теперь попробуем проследить следующее: почему в процессе своего развития мы не осознаем наличия такого инструмента, как психоэнергетика?

Давайте поразмышляем, какие системы критериев развиваются в человеке, начиная с рождения.

ПРИЯТНО - НЕПРИЯТНО - первая система, включающаяся в действие. В ней нет ничего сознательного, это просто чувственная акция. Но обратная связь с младенцем существует - он может выражением лица, голосом, "эмоциональным языком" сообщить о своих ощущениях, что ему приятно, а что нет. Уже существует момент отбора, связанный с психоэнергетическим инструментом. Это общая реакция: ребенок чувствует, что он нездоров, что у него где-то болит, а вот где, сообщить не может.

ХОЧУ - НЕ ХОЧУ - следующая система, которая образуется в результате проявления субъективной воли. Это уже включился механизм выбора, начинает формироваться индивидуальность.

ХОРОШО - ПЛОХО - критерий сознания. Появляется по мере понимания ребенком, чего от него хотят. Формируется личность.

Три дихотомических критерия. Если бы в процессе воспитания они не вступали между собой в противоречия, то есть были бы согласованы, тогда никакого разрыва между инструментами не возникало бы. Но практически этого добиться невозможно. Допустим: мне это приятно, я этого хочу, но это не хорошо... Или: мне это приятно, но я этого не хочу, хотя это хорошо. Тогда, пока еще нет самосознания, весь набор конфликтов между источниками информации ведет к бездействию или деструктивному поведению.

ПРАВИЛЬНО - НЕ ПРАВИЛЬНО - следующая система критериев, возникающая с появлением самосознания. Взрослые этой системой в основном и пользуются - развиваются структуры самоограничения, целеполагания.

И следствие из этой системы – критерий НАДО – НЕ НАДО. Человек отгораживает свою территорию в Мире, строит "свой Мир" и "образ себя".

При этом возникает всевозможный набор методов дискредитации предыдущего лидера (то есть ведущего инструмента). Например, вы говорите, что тело - зверь, которого надо держать в узде и т.д. В большинстве случаев это приводит к двум ситуациям: или мы пристраиваемся к телу сверху, то есть давим его, глушим все его потребности, считая их низменными (крайний случай - аскетизм), и в результате не можем существовать как биологическое существо полноценно, зато якобы выигрываем, как духовное существо... Разрушая свою целостность?

Второй вариант отношений к телу - его возвышение, преклонение перед ним, поскольку с телом справиться нельзя, ведь это Природа! Примеров сколько угодно - от сверхъестественного культа спортсменов до столь же сверхъестественного культа красивого женского тела.

Под такой же контроль попадает и психоэнергетика. Мы ее объявляем областью иррационального, хотя в быту, в ситуации недостатка информации часто пользуемся данными психоэнергетики: "почудилось", "показалось", "чувствую"; ориентируемся на безотчетные симпатии и антипатии. Этот инструмент работает, но "сознательно" мы тоже пытаемся его давить. Есть люди, которые заявляют: я человек сознательный, рациональный, а ощущения - не информация. Есть и другой вариант, отношение снизу, - культ иррационального, что приводит к дешевой мистике, не имеющей ничего общего с духовными учениями, а то и к психическим срывам.

И только один инструмент мы лелеем, бережем, преклоняемся перед ним - сознание. Мы ввели такие понятия, как подсознание и сверхсознание.

Границы этого инструмента расширяются все больше, что способствует его сверхоценке.

Для того, чтобы психоэнергетика как инструмент работала нормально, то есть чтобы этим инструментом мы могли пользоваться эффективно, необходимо гармонизировать свои взаимоотношения со всеми инструментами.

В противном случае никогда не сумеем отделить истину от самовнушения и "наводок", так как основным вопросом психотехники является вопрос достоверности информации, идущей от инструмента. Поскольку код, на котором происходит обмен информацией между окружающей средой и психоэнергетикой, не словесный, не образный, а исключительно "энергетический", возникают трудности в том, чтобы добиться такого качества инструмента, которое обеспечивало бы достоверную информацию.

Каким образом предлагается решить эту задачу?

Мы говорим, что ключевыми моментами являются: стабильное самосознание и расхождение со своими инструментами. То есть я выделяю инструменты, определяю их

границы, их взаимоотношения между собой и имею возможность этими инструментами управлять за счет стабильного самосознания.

Какие здесь трудности практического характера?

Все древние эмпирические учения предлагают очень сложный образ жизни, не приемлемый в наших условиях. Поэтому одна из важнейших практических задач состоит в том, чтобы, взяв из этих учений все наиболее эффективное, переложить это на практику нашей жизни.

Какие основные препятствия возникают в этом процессе?

В первую очередь, конечно, ложная личность. Человек в детском возрасте не в состоянии регулировать воздействия, которые на него направлены. У него еще нет достаточно эффективной системы отбора, которая приводила бы все воздействия в соответствие с природными свойствами. Как часто взрослые требуют от ребенка таких качеств, которых у него нет и быть не может! Возьмем самый простой пример на уровне тела: скорость реакции. Она имеет в каждом индивидуальном случае свой предел.

Поскольку ни родители, ни другие люди, вступающие с ребенком в контакт, об этом понятия не имеют, то, опираясь на свои собственные данные, требуют от него порой выполнения таких задач, которые ему не доступны по качеству инструмента. Конфликт между данностью инструмента и тем, что требуют от него, - один из источников появления ложной личности, как защиты.

Мы знаем, что тип ИМ - информационный метаболизм личности, складывающийся к пяти-шести годам, величина в основном постоянная.

Способ обработки информации у каждого типа свой, но, в силу отсутствия таких знаний у окружающих, от ребенка требуют того, чего он выполнить не в состоянии. Возникают искажения. Следующий источник искажения - навязывание поведения вопреки природному уровню и ритму. Делается это не злоумышленно, но происходит оттого, что всю сумму воздействий учесть невозможно, сложность такой системы, как человек, затрудняет адекватное "плановое" воздействие. Так постепенно образуется набор приспособлений, все более заслоняющих, сковывающих истинную природу человека. Основной же источник роста ложной личности - конфликт между различными системами критериев. Поэтому мы говорим: чтобы убрать механизм ложной личности, прежде всего необходимо привести свое сознание в целостное состояние.

Вместо множественного сознания, построенного на различных системах критериев, создать сознание, построенное на одной системе критериев, целостное сознание. Эту работу человек должен сделать сам.

Препятствует образованию целостного пространства сознания то, что в процессе жизни у человека накапливается очень много само собой разумеющихся норм, которые, как правило, сознанием уже не анализируются.

И когда в процессе работы эти нормы вводятся в сознание и выносятся на обсуждение, пусть даже с самим собой, человек попадает в очень дискомфортную ситуацию, преодолеть которую может не хватить сил.

Когда целостное сознание организуется, возникает возможность перейти к структурному мышлению, то есть к высшей, как принято считать на сегодняшний день, форме мышления, когда все сознание выступает для самого субъекта как единое целое. Эффективность такого инструмента во много раз выше.

Вторая задача, стоящая перед нами, - это отношения с таким инструментом как тело.

Всевозможные табу, предрассудки, "нормы" родились от отношения к телу, как к "зверю".

Древние же учения, причем в разных традициях, сходятся в одном и том же толковании: тело - конь для души. Да, животное, но конь, на котором я еду, куда мне надо, то есть не уничтожая его и не поклоняясь ему; конь - зверь прирученный. Приходится сталкиваться со случаями, когда люди, серьезно занимающиеся телом (хатха-йога, каратэ, голодание, бег и т.п.), делают это потому, что боятся тела. Оно, естественно, в таких случаях

начинает командовать человеком. Сильное, активное тело словно олицетворяет "Я", говоря "Я", человек имеет в виду тело.

Понятно, что он может достичь полноты телесной жизни, но не более.

Гармонии здесь не будет, вся система в целом уклонится в сторону аспекта организации и станет регрессивной или, как минимум, консервативной.

Еще чаще встречается другая ситуация - перевозбужден аспект функционирования, то есть сознание эксплуатируется на износ. В результате система как материальное целое постепенно разрушается ("тело начинает болеть"). Нечто подобное происходит и внутри сознания: если мышление по силе и емкости уступает памяти, человек живет "головой назад". В обратном случае, когда активность мышления сильно преобладает над памятью, начинается "расслоение сознания".

Итак, целостное пространство сознания и тело "объезженного коня" - основа для занятий психоэнергетикой.

Можно заниматься этим параллельно, но нужно помнить, что не достигнув успеха в работе над сознанием и телом, не достигнем и достоверности в работе психоэнергетики. То есть мы можем развить этот инструмент отдельно, не трогая остальные. И добьемся определенных результатов - повысим чувствительность, емкость, научимся перераспределять энергию, но не научимся понимать, что нам сообщает инструмент. Это очень хорошо видно на стихийных "экстрасенсах". Очень часто они что-то чувствуют, но что? Вопрос, на который они в состоянии ответить далеко не всегда.

Повышение чувствительности психоэнергетического инструмента значительно осложняет нашу жизнь. Ведь вокруг немало негармоничных "ЗВУЧАНИЙ", и при хорошей чувствительности даже электрический звонок действует на психику, как значительный удар по телу: появляется болезненное ощущение во втором центре. Так что тут, кроме плюсов, есть и некоторые минусы... Чтобы все это выдержать, необходимо растождествление. Только в таком случае вы поймете: это происходит не с вами, а с вашим инструментом, и будете в состоянии его защитить.

Итак, перестройка привычного способа существования является необходимым условием развития инструментов.

Следующая проблема, возникающая при этом, - концентрация. Только достаточно сильная степень концентрации позволяет выдержать любой натиск окружающей среды и при этом не только остаться целостным, но и изменить ситуацию вокруг себя. Степень концентрации - это и есть сила психоэнергетики.

Способ решения проблемы концентрации точно выражает мудрость:

"Прежде, чем зажечь огонь, нужно выковать чашу".

На первом этапе этой работы может возникнуть чисто житейская сложность. Вы начинаете меняться, причем нередко сами этого не замечая, но ближайшее окружение обязательно заметит и начнет в большей или меньшей степени, в той или иной форме "поднабивать". Это тоже надо перенести, пережить, не углубляясь в анализ происходящего с вами, потому что, как гласит народная мудрость, когда сороконожка начинает задумываться, как ходить, она сначала запутывается, но потом может усовершенствовать свою ходьбу.

В системе, которая здесь представлена, есть три исходных постулата.

Они предлагаются в качестве центра будущего целостного сознания, которое вам надо сформировать.

Первый постулат - нравственный:

"Каждый человек есть проводник бесконечного океана знания и силы, лежащего позади него".

Остановимся на его ключевых моментах.

К а ж д ы й. Реально это значит, что, вступая в контакт с любым человеком, я всегда помню: потенциально он содержит в себе такую же бесконечную реальность, как и я сам.

Все учения, в которых это слово заменено на "ТЫ" или "Я", на старинном языке называются сатанинскими, или "черными".

П р о в о д н и к. Человек есть часть Мира, находится с ним в многообразных связях и через себя трансформирует энергию и информацию этого Мира.

П о з а д и н е г о. Каждый человек имеет контекст, объем. Ритм - одно из ярких выражений Этого. Доминирующий ритм определяет содержание контекста человека. Если он функционирует согласно своему природному ритму, его энергетическая емкость во много раз выше, чем если он осуществляется вопреки ему.

Второй постулат - целевой:

"Познай себя как часть Мира и Мир как часть себя".

Первая часть постулата, в конкретном объеме, как раз и отражает все то, о чем мы говорим. Важно познать себя во всех связях с Миром, во всем их многообразии. Все, что мы говорим об инструментах, растождествлении, - все это относится к первой части постулата.

Вторая часть адресована тем, кто выполнил первую. Мы, гласит она, можем и должны, и в этом суть нашего человеческого предназначения, полюбить этот Мир. И тогда он станет частью нас. Эти знания имеют смысл только тогда, когда цель их - увеличить гармонию окружающего Мира.

Третий постулат - методологический: "Из мира следствий - в мир причин".

В основе - метод причинно-позитивного мышления, предлагающий необходимость в каждой идущей на нас ситуации постигнуть причину и, прежде всего, пытаться искать ее в себе самом. Ведь известна истина:

"Нет объективных причин для отрицательных эмоций". Здесь не следует путать эмоции с чувствами, каждая ситуация-источник информации.

МЕТОД КАЧЕСТВЕННЫХ СТРУКТУР КАК СПОСОБ ОРГАНИЗАЦИИ ВНУТРЕННЕГО ПРОСТРАНСТВА СОЗНАНИЯ

Для работы с сознанием система предлагает, как основной, метод качественных структур.

Известны разные способы мышления, которые человек применяет в умственной работе.

1. Линейное мышление (если а, то б). Способ, при котором из высказываний строится простая логическая цепь.

Эта логика чаще всего применяется в быту, но она слишком однозначна, поэтому такую цепь легко замкнуть и начать хождение по кругу.

2. Мышление с учетом обратной связи. Способ, дающий возможность реагировать на изменения реальности, но не исключая опасности "отражения в отражении" так называемой "дурной бесконечности".

3. Диалектический способ. Позволяет видеть тенденции развития изучаемого объекта. Для этого выясняются имеющиеся в нем движущие противоречия и ищется способ снятия этих противоречий путем синтеза.

Пользуясь диалектическим способом мышления, можно увидеть зарождение развития в самом объекте. Образуется возможность системного представления сложных объектов.

4. Метод качественных структур. При этом выделяются три аспекта изучаемого объекта:

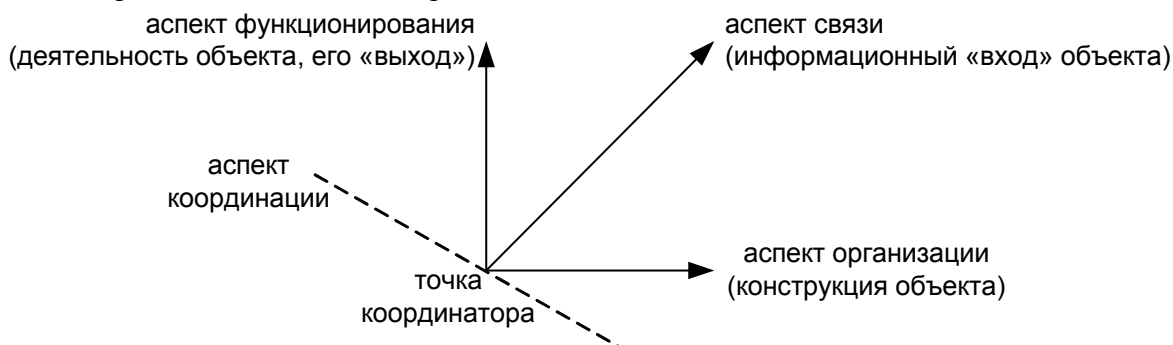
- аспект функционирования: его исследование позволяет изучить продуктивную деятельность объекта;

- аспект организации находится в диалектическом противоречии с аспектом функционирования - чем активнее функционирует объект, тем более подвержена разрушению его конструкция;

- аспект связи: его рассмотрение выводит за пределы самого объекта.

Исследование аспекта связи позволяет изучить информационный вход объекта и понять, что именно из находящегося вне объекта влияет на его деятельность.

Эти три аспекта можно изобразить в виде такой схемы:



Аспект координации (точка координатора) придает объекту свойство тотальности, то есть качественной определенности его как Целого.

МЫСЛЕННЫЕ ЭКСПЕРИМЕНТЫ

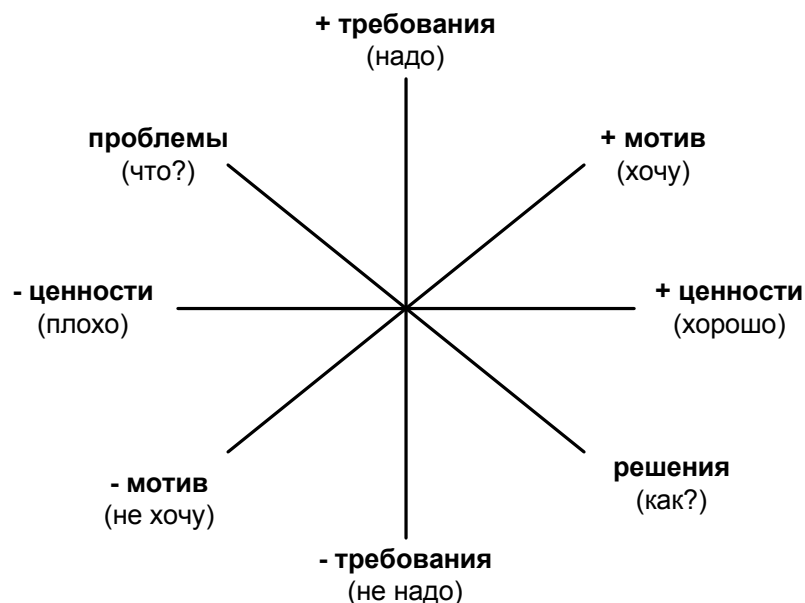
Предприятие как целое

Аспект организации предприятия - это материальная база, структура кадров; аспект функционирования - технология производства продукции; аспект связи - плановые задания, снабжение, финансирование, определяющие связь данного предприятия с внешним Миром. Аспект координации обеспечивает сохранность целостности объекта (но не конкретно его организации, функционирования или внешних связей). Если координатор отдаст предпочтение одному из аспектов, система утратит свою целостность, и предприятие займется либо укреплением своей организации (расширение территории, создание более надежной материальной базы и т.п.) в ущерб производству продукции, либо теоретизированием вместо выпуска реальной продукции (почему не можем, кто виноват?). Возможно также, что функционирование будет повышаться без учета данных конструкции (перевыполнение плана любой ценой). Наблюдая, в сторону какого из аспектов смещается точка координатора, можно предсказать, как будет развиваться данный объект. И то, что при этом возникает риск утраты целостности, - очевидно.

Такой взгляд на объекты применялся в некоторых культурах и духовных школах. В культуре Древнего Востока понятию нулевой позиции соответствовал термин "чакрам", у суфиев это называется "точкой реального действия", у Кастанеды - "точкой сборки".

Ценностная структура личности как целое

Рассмотрим применение матрицы метода качественных структур на примере анализа ценностной структуры личности человека, используя набор дихотомических критериев.



Уровень организации составляют \pm ценности, уровень функционирования составляют \pm требования, уровень связи - \pm мотивы, формообразующая ось - ось проблем и их решений.

Закономерен вопрос: что же находится в точке координатора внутреннего пространства ценностной структуры? Строго говоря, здесь должно находиться наше рефлексизирующее "я", способное отделять все, что не "я". С наличием этой точки связано чувство целого, но чаще всего люди помещают в эту точку совсем другое - свои мысли, свою самооценку и т.п.

При этом целостность внутреннего пространства сознания искажается, но человек чувствует себя в безопасности. Нужна смелость, чтобы поместить в эту точку нечто "абстрактное" - самосознание.

Древние считали, что в эту точку на период ученичества должен помещаться другой человек, тогда процесс обучения будет максимально эффективным. Это называлось "сдача" (человек "сдавал" себя для обучения).

У некоторых людей в этой точке стоит идея, постулат, догмат, ибо они свое субъективное "я" подменяют идеей.

Реально такая матрица отражает способ внутреннего оперирования информацией, который основан на оценочном мышлении.

В нашей культуре доминирующим является словесно-логический способ описания Мира, дающий максимальную точность и наиболее адекватный в науке. Второй же, наглядно-образный, обеспечивает максимальную глубину восприятия и доминирует в искусстве. Методом качественных структур мы попытаемся уравновесить эти два способа восприятия, сделать их равнозначными.

Каким образом может происходить процесс усвоения этой матрицы?

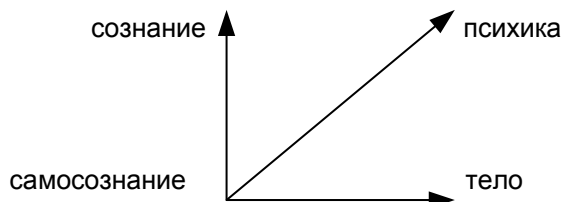
Попытайтесь применять такой способ рассмотрения к объектам, вами хорошо изученным. Нужна тренировка, практическое применение такого способа думания, иначе вы вряд ли сможете овладеть им.

Во многих сферах нашей деятельности данный способ наиболее результативен, особенно тогда, когда нужно уловить целостность сложного объекта.

Что есть движение как развитие и чем оно отличается от экспансии?

Движение объекта в сторону расширения объема одного из аспектов не является реальным его движением как целого, это только "захват" по одному из уровней, то есть экспансия.

Рассмотрим разницу в понятиях "развитие" и "экспансия" применительно к такому целому, как человек. Это целое, согласно методу качественных структур, представим в следующем виде:



Смещение акцента развития человека по вектору конструкции ведет к укреплению его организма и к достижению цели абсолютного здоровья, но это всегда лишь экспансия в этом направлении, а не движение всего целого.

Смещение развития человека по вектору функционирования ведет к расширению сферы его социальной деятельности и направлено на достижение абсолютного знания в соответствующей сфере, то есть это экспансия в этом направлении, но опять-таки не движение всего целого.

Смещение развития по вектору аспекта связи ведет к расширению энергоинформационного входа и подразумевает в пределе абсолютную энергию, являясь экспансией в этом направлении.

Суть саморазвития как роста "территории влияния" есть направленное движение по одному из векторов, при этом целокупного развития нет.

По признаку направления саморазвития можно классифицировать все известные системы самосовершенствования: экспансия по аспекту связи, ориентация на "абсолютную энергию" (человек - "царь Космоса"), по аспекту организации - "царь Природы", по аспекту функционирования - "царь Мира".

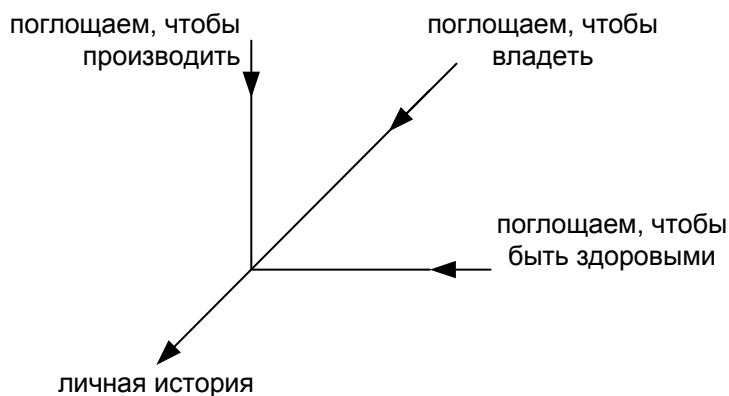
Нетрудно заметить, что все эти варианты самосовершенствования имеют общее свойство - они не приводят к развитию целого, а являются лишь расширением в одном из направлений. Целое же развивается лишь тогда, когда есть целокупное движение, то есть когда движется точка координатора. И если говорить о человеке, то его реальным развитием будет развитие самосознания, а целокупным движением - движение самосознания в пространстве Мира. Только тогда можно говорить о развитии целого как такового, то есть тотальном развитии.

Напрашивается естественный вопрос: что же есть гармония? Какое развитие не вносит искажения в целое, не нарушает гармонии? Гармония есть сбалансированность развития всех трех инструментов. Чтобы достичь гармонии, нужно отказаться от экспансии, и тогда гармония будет возможна при любом объеме всех трех аспектов целого, лишь бы они были включены в целокупное бытие. (Здесь можно говорить только о такой качественной характеристике инструментов как "объем", о мощности объемов как уровнях экспансии инструментов).

Каким образом можно достичь состояния сбалансированности, целокупности?

Попробуем найти ответ на этот вопрос, рассуждая о том, что же такое жизнь человека с позиции экспансии?

Человек, согласно территориальному императиву (все живое стремится занять свою территорию), поглощает окружающую реальность, завоевывая себе свое место в пространстве (жилище), свое место в обществе (социальный статус), свое место в Мире (мой Мир).



Поглощаемое человек переваривает, и все переваренное образует его личную историю, тот след, который мы оставляем в жизни.

Из-за того, что полностью проживать настоящий момент жизни мы не успеваем, мы часто бываем похожи на пассажира в быстро мчащемся автомобиле, который не в силах рассмотреть то, что мимо него пронесется, и все время разворачивает голову назад. Автомобиль - это наша жизнь, и мы в ней - пассажиры. В какой-то момент страх смерти заставляет нас повернуться спиной к тому, что впереди, и мы видим только свою личную историю.

Экспансия, которую мы все время наращиваем, приводит к разрушению, а затем к коллапсированию в первоначальную точку. И наша жизнь выглядит так: рождение, экспансия (поглощение), разрушение, коллапсирование, смерть. Из нулевой точки в нулевую точку. Жизнь была, осталась личная история, но было ли развитие?

Тут есть некоторый шанс. Дело в том, что моменты стабильного самосознания могут постепенно кристаллизовать в точке координатора нечто от истинного "Я". Этот кристалл может быть причиной такого явления, когда из пассажира мы превратимся в водителя, из поглотителя - в производителя и станем авторами собственной жизни. Для этого нужно перестать тратить силы на экспансию, "выровняться", сгармонизировать все три инструмента, и когда в точке координатора будет выращен кристалл истинного "Я", магнитный центр субъекта, может произойти поворот стрелок. Человек начнет жить от избытка, станет пассионарной личностью, то есть производящей из себя.

Без экспансии мы сможем почувствовать себя в Мире как дома, обречем покой и тишину. Точка координатора будет точкой входа, и мы сможем порождать, творить свою жизнь. Человек станет событием, ощутит себя в Мире по-другому, а личная история потеряет свое значение. "И надо оставлять пробелы в судьбе..." (Б.Пастернак).

Жизнь станет событием и появится ощущение того, что у тебя всегда есть все, действительно необходимое, исчезнет страх оказаться без чего-то такого, что может понадобиться. Тогда и запасать-то ничего не нужно, ибо есть постоянный источник – целокупное бытие.

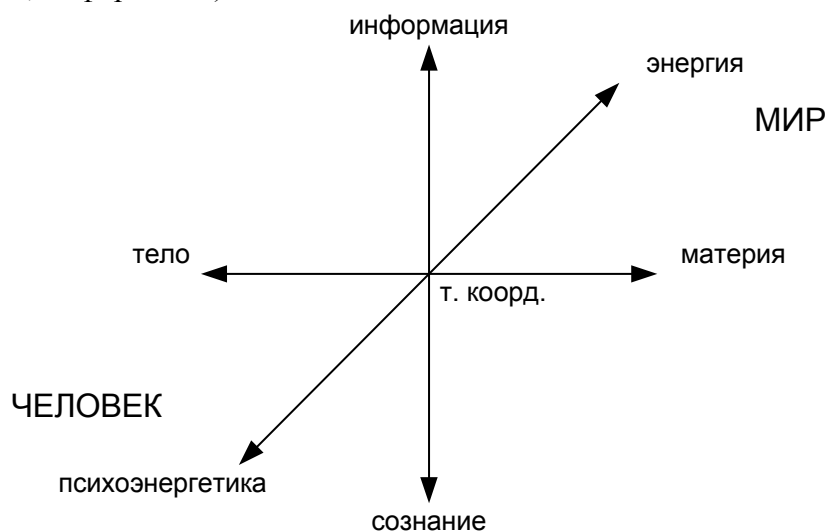
Что же движет человеком, если у него есть все? Избыток. Избыток энергии, сил, времени, информации и т.д. И еще раз мы углубляемся в смысл древнего высказывания: все истинное от избытка.

Понятен становится смысл и другого высказывания: истинная вера человека там, куда он идет, когда ему хорошо. Древние знали об этом, и обучение во многих духовных школах состояло из двух частей: сначала человека вооружали средствами для того, чтобы ему "стало хорошо", и если после этого человек не уходил, его начинали учить действительно новому.

Ибо когда человеку плохо, он верит только в то, что ему помогает. И трудно предсказать, во что он будет верить, когда ему станет хорошо.

Немного "мистики"

С позиций качественных структур реальное развитие человека как целого можно представить следующим образом (допустив, что три основные сущности мироздания - это материя, энергия, информация):



В момент совмещения точки координатора человека с точкой координатора мироздания человек испытывает особое переживание, которое в древних школах называли просветлением; мы назовем это состояние нуль-переходом. С этого момента наступает качественно иное восприятие Мира и своего места в нем, и все дальнейшее, что происходит с человеком, можно определить как движение целого в целом в точке координатора.

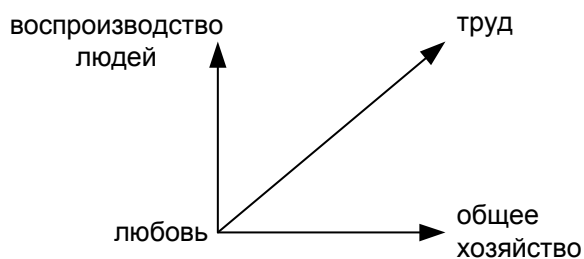
Итак, отметим теперь самое основное:

- 1) Метод качественных структур есть способ думания о целом.
- 2) При таком способе восприятия целого нет иерархической соподчиненности, и все аспекты равнозначны.
- 3) Вектор аспекта связи обладает свойством отклоняться в сторону большего объема.
- 4) Точка координатора занимает нулевую позицию.
- 5) Если целое теряет точку координатора, оно разрушается.

Пример из "задачника"

Взгляд изнутри 14

Проиллюстрируем, что дает применение метода качественных структур на примере такого целого, как "семья". Аспектом организации семьи является общее хозяйство, аспектом функционирования - воспроизводство потомства, аспектом связи - труд. Точкой координатора может быть любовь, взаимное уважение или нечто другое, чувство, приводящее людей к образованию и дальнейшему существованию семьи. Содержательная сторона точки координатора и определяет тип семьи.



Предположим, наступает момент, когда родители обнаруживают, что достигли своего предела экспансии на аспекте организации (есть жилье, машина, дача и т.п.) и смещают акцент внимания на детей ("теперь мы живем для детей, пусть им будет лучше, чем было нам"). Аспект связи (труд) смещается в сторону аспекта функционирования и обслуживает, в основном, потребности детей. Точка координатора смещается в сторону аспекта функционирования, и целое (семья) разрушается. Тогда мы слышим жалобы на невнимательных детей, эгоистов, забывших своих родителей.

СОЗНАНИЕ КАК ИНСТРУМЕНТ

Установим границы целого, о котором пойдет речь. Мы не будем затрагивать всех проблем сознания, тем более, что вопросы, связанные с ним, одни из самых сложных - как в философском, так и в психологическом смысле. Мы используем специфический, чисто инструментальный подход.

Напоминаю, что наличие стабильного самосознания и целостного сознания являются ключевым вопросом в овладении психотехникой.

Что мы берем в качестве составляющих этого инструмента?

С наибольшей легкостью выделяем в сознании процесс решения умственных задач, то есть мышление. Это и будет аспектом функционирования инструментального сознания.

Мы все думаем, но редко кто пытается понять, как это происходит.

Немногие люди могут относиться к думанью, как к работе.

Любой процесс в человеке начинается с активизации какой-либо потребности. Та же, в поиске способа своей реализации, стимулирует поиск соответствующего объекта. Появляется ценность.

Потребность плюс ценность создают мотив: "Я хочу" - первую побудительную причину на уровне сознания.

С этой точки зрения, основная функция мышления - обслуживание наших потребностей.

Итак, мотив сформировался. В более или менее свернутом виде, сознательно или бессознательно, определяется проблема - где, в чем, какое противоречие нужно преодолеть для реализации мотива?

На этом же этапе формируется установка на результат. Конкретно она всегда выражается в том, что сознательно или бессознательно человек моделирует себе определенный сигнал, который должен будет ему сообщить о реализации мотива (модель потребного будущего). Это очень сложный момент. Часто сигнал уводит в сторону от решения задачи. Например, человек получает его раньше, чем процесс по-настоящему реализован. Или же обратный случай - все давно сделано, но сигнала запланированного еще не было. И тогда достижение его становится самоцелью, слепо идя к которой, можно разрушить все сделанное.

После формирования установки следует анализ условий и требований.

Сюда входит анализ объективной реальности - цепь условий, необходимых для решения задачи, то есть уровень притязаний. И субъективная установка на себя (требования) - уровень ожиданий.

Далее человек вырабатывает более или менее четкий план деятельности, после чего в идеале рождается решение. В качестве обратной связи, естественно, выступает практика.

Поскольку информацию мышление получает из памяти, то, очевидно, что аспект организации инструментального сознания - память. Аспект связи - код или язык.

И если говорить о типе личности, а базовым инструментом личности является сознание, то это и будет код ИМ - информационный метаболизм личности. То есть своеобразная расшифровка того, каким способом она воспринимает, перерабатывает и выдает информацию.

Расширение кода личности ведет к расширению пространства сознания.

Точкой координатора, нулевой точкой сознания является потребность.

Именно потребность включает весь механизм и делает его целым, будучи сама по себе безотносительной к сознанию.

Вот общий обзор границ того, что мы называем сознанием как инструментом.

Конкретные задачи, стоящие перед нами для получения необходимого качества инструмента, состоят в следующем:

1. Совершенствование метода мышления в соответствии с поставленной задачей.
2. Память как пространство сознания (целостность пространства сознания).
3. Расширение объема сознания (то есть мы осознаем свой код личности и выходим за его границы).
4. Осознание и формирование структуры потребностей.
5. Навык извлечения информации из психоэнергетики.

По первой проблеме. О ней шла речь, когда говорили о методе причинно-позитивного мышления. Мы предложили основной принцип анализа объектов по методу качественных структур. И теперь, исходя из вышеизложенного, имеем возможность разворачивать процесс решения умственных задач в сознательный акт.

По второй проблеме. Мы обладаем "множественным сознанием", отсюда - множественным "Я" и разными системами критериев на все случаи жизни. Три постулата, известные вам, могут служить отправной точкой для создания целостного пространства сознания.

По третьей проблеме. Сюда входит проблема ложной личности. Всякая личность имеет большое количество установок, норм и т. п., многие из которых превратились в сверхценности и само собой разумеющиеся нормы.

Для расширения кода восприятия нужно преодолеть эти образования.

Тут возникает особая сложность, так как изменение способа общения с Миром изменяет наше поведение, что требует изменения привычных приспособлений.

Начиная развивать чувствительность психоэнергетики, мы пробуждаем в себе тот механизм, которым обладали в детстве. Целостная реакция - это и есть реакция через доминирование психоэнергетического инструмента. Но вся сложность состоит в том, что мы хотим пробудить в себе этот инструмент не просто на уровне взрослого человека, а на уровне человека, обладающего развитым сознанием и стабильным самосознанием, для того чтобы пользоваться этим практически и управляемо.

Понятно, что речь идет не об отказе от сознания, а об овладении информацией, идущей от психоэнергетики.

Необходимо уметь сознательно выключать механизм оценки, работающий в нас безостановочно. Иначе не сможем впустить в себя информацию, которая, с точки зрения сложившейся в сознании ситуации, якобы не имеет ценности.

Надо преодолеть барьеры, ограничивающие восприятие объективной реальности, и довести контакт с ней до максимума. Раздвигать границы нужно постепенно. Эта работа может быть успешно проделана только при наличии помощи извне.

По четвертой проблеме. Дело в том, что человек себя самого как набор потребностей не осознает. Редко кто может ответить на вопрос, какая же потребность в нем в данный момент активизирована. Даже на уровне ценностной структуры мы обычно очень приблизительно знаем систему своих ценностей и их иерархию.

Есть две методики для выполнения этой работы.

Все потребности, по П.В. Симонову, делятся на три больших класса: биологические, социальные и духовные (идеальные). Принцип классификации построен на том, какими объектами потребности удовлетворяются: биологические - материальными; социальные - социальными (общностями различного класса); идеальные - идеальными (информация).

Есть гипотеза: если биологические потребности почти все существуют в момент рождения (за исключением потребности продолжения рода), то будущие социальные потребности рождаются из потребности в эмоциональном контакте, прежде всего, с матерью.

Мы знаем, что ребенок, оторванный от матери в возрасте до года, заранее обречен на психологическую неполноценность. Дефицит эмоционального контакта приводит к эмоциональной холодности, отсутствию сочувствия, сопереживания и т.п.

Таким образом, потребность в эмоциональном контакте - базовая для всех социальных потребностей. Исходной для группы идеальных потребностей является потребность в новой информации. Она тоже есть у новорожденного.

Он не просто нуждается в каких-либо раздражителях, а именно в новых. И если в раннем детстве человек не получил достаточного разнообразия всевозможных впечатлений на всех уровнях восприятия, то у него затруднен процесс умственного развития.

Территориальный императив. Все живое стремится занимать территорию.

На уровне биологических потребностей это территория как таковая.

На уровне социальных потребностей выражением территории является социальный статус, то есть определенный уровень признания в определенной группе людей.

На уровне идеальных потребностей - это место в Мире (свой мир), то есть мироотношение.

А чем же регулируется удовлетворение потребностей на уровне бессознательного? Страхами, ограничивающими "территорию" потребности.

На уровне биологических потребностей таким страхом будет страх конечного. Страх смерти, страх, что кончатся запасы пищи и т.д. (хотя, что касается страха остаться голодным, есть и противоположный пример - страх принимать пищу (анорексия). При кажущемся на первый взгляд противоречии это тоже страх конечного).

На уровне социальных потребностей - страх самого себя.

Этот страх - регулятор удовлетворения социальных потребностей, страх нарушения конвенции и конвенционного образа себя.

На уровне идеальных потребностей - страх бесконечного. Его мы все испытывали, думая, к примеру, о бесконечности Вселенной, о том, что вся Солнечная система ничтожная пылинка на окраине Галактики. В примитивном примере этот страх выражается в уходе человека от разговоров на "высокие темы", в осознании боязни сойти с ума.

Если хотите сознательно трансформировать свои потребности, то непременно столкнетесь со всеми видами страхов (при желании раздвигать их границы). Действовать тут, то есть раздвигать границы, надо очень осторожно, резкие рывки крайне опасны. Не зря во всех учениях это делается постепенно, в правильной последовательности и в определенное время. Резкий рывок приводит к обратному ходу маятника.

Необходимо разобраться в своих потребностях и систематизировать их, увидеть, какие из них какое место у вас занимают.

Следует помнить, что, чем шире и разнообразнее деятельность по удовлетворению той или иной потребности, тем шире и разнообразнее сама потребность. (Леонтьев, "Личность, сознание, деятельность").

Как известно, наши потребности и способы их удовлетворения формировались под влиянием окружающих еще тогда, когда мы с вами в этом мало что понимали. Самовоспоминание, "пересмотр" жизни дает возможность выяснить, когда и почему сформировалась та или иная потребность, а через это - возможность трансформировать ее реально, в соответствии с тем, что вы собственно хотите.

Здесь ключевой момент для овладения сознанием как инструментом. Без этой работы ни о каком самосовершенствовании говорить не приходится.

Вторая методика для анализа структуры своих потребностей и трансформации их - определение ценностей структуры личности - более проста, так как осознать систему своих ценностей легче, чем систему потребностей.

У человека все способы удовлетворения потребностей социализированы.

Социальные потребности в процессе его развития доминируют, он усваивает социальный опыт человечества. Уже ребенок может начинать голодать для того, чтобы добиться эмоционального контакта. А взрослый, даже очень голодный, часто не в состоянии съесть пищу, которая не принята в среде, где он воспитывался.

Также социализированы и способы удовлетворения идеальных потребностей. Мы и думаем в соответствии со стереотипами, усвоенными в процессе общения и обучения.

Создание реальной и идеальной ценностных структур дает четкий внутренний ориентир во всех выборах, которые отныне вы сможете делать сознательно, если не пожалее-те на это времени и труда.

ЦЕННОСТНАЯ СТРУКТУРА ЛИЧНОСТИ

Составлять ее нужно только наедине с собой и только в том случае, если вы действительно хотите узнать иерархию ваших ценностей, потому что обмануть себя легко. Ведь никого мы так не обманываем, как самих себя.

Это происходит потому, что через одну и ту же ценность человек может удовлетворять совершенно различные потребности. Например, через пищу удовлетворять потребность и в голоде, и в социальном статусе. И таких примеров множество.

Для составления ценностной структуры личности надо выписать на лист бумаги все, что является для вас в этом Мире плюс-ценностями, или, говоря проще, добром, и минус-ценностями, то есть злом. Причем выписать подряд, не разделяя на крупное и мелкое. Не беспокойтесь, что таких плюс-минус-ценностей будет очень много. Самое большее - около шестидесяти.

Таким образом, вы увидите реальный круг своих ценностей.

Далее предлагается составить их иерархию методом критического выбора. Это самое трудное место для достижения какого-либо объективного результата.

Проигрывается в уме такая ситуация, которая в жизни может и не случиться. Вы берете две ценности и делаете выбор - если у меня будет эта ценность, то не будет другой, а если будет вторая, не будет первой.

Сравнив их таким образом, вы увидите, какая из них занимает более высокое место в вашей иерархии.

Далее берете любую следующую ценность и начинаете уже снизу противопоставлять ее другим. В конце концов, она так же займет свое место.

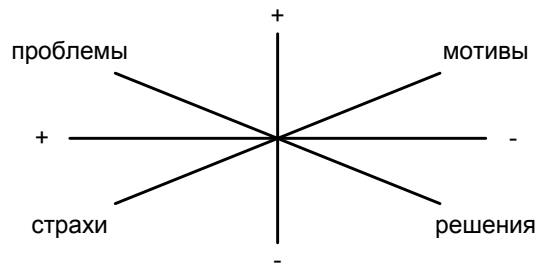
Определив по этому принципу иерархию плюс-ценностей, переходите к минус-ценностям.

Принцип тот же, но теперь из двух зол вы выбираете меньшее.

В результате вы увидите тот механизм выбора, который человек обычно не осознает.

Во-первых, сознательное знакомство с собственным механизмом выбора даст вам экономию времени. Как часто человек мучается над придумыванием защитного оправданного мотива в отношении какого-либо своего поступка, хотя подсознательно уже точно знает, что поступит так и никак иначе. Теперь же, заглянув в свои записи, вы можете значительно сократить время этих "мучений" или даже совсем избежать их.

А во-вторых, и это, на наш взгляд главное, - раз мы говорим о самосовершенствовании, есть шанс сознательно пересмотреть свою ценностную структуру.



Ведь возникает возможность создать идеальную модель этой структуры и посмотреть, насколько она отличается от существующей, определить, что нужно сделать, чтобы достичь идеальной. Это уже большая практическая работа по совершению новых сознательных выборов в вашей жизни.

Далее, если у вас еще хватит сил на удовлетворение потребности в самопознании, предлагается сделать следующее.

Вы располагаете ваши плюс- и минус-ценности на горизонтальной оси.

От нуля вправо - плюс-ценности по иерархии, а влево от нуля – минус-ценности, тоже по уже известной иерархии, от самой большой и далее.

Проделав это, берете плюс-ценность, отношения к которой интересуют вас особенно, и раскладываете ее на плюс- и минус-требования, то есть чего я хочу в этом, а чего не хочу. Методом критического выбора опять же составляете иерархию плюс- и минус-требований и располагаете их на вертикальной оси нашего графика. Вверх от нуля - плюс, вниз - минус.

Таким образом, можно получить информацию о реальном содержании той или иной своей ценности.

В секторе плюс-ценностей и плюс-требований, в точках пересечения, обозначатся ваши мотивы, связанные с этой ценностью. (То, что находится на парадигме, - определяющее, то, что на синтагме, - определяемое).

Допустим, к ценности "любимая работа" вы выявите у себя такое требование, как общность единомышленников, а в плюс-ценностях еще и одиночество. Делаем пересечение и получаем следующий мотив: ходить на работу, иметь там единомышленников, но при этом оставаться в одиночестве. Иначе говоря, оставаться независимым среди общности - вот ваш мотив.

В секторе плюс-ценностей и минус-требований получаете набор решений, связанных с данной ценностью, которую вы развернули. (Для вышеизложенного мотива основное решение - стать лидером).

В секторе пересечений плюс-требований и минус-ценностей вы получаете набор проблем.

И в секторе пересечений минус-ценностей и минус-требований получаете набор страхов, то есть то, от чего вы убегаете (страхи, связанные с данной ценностью).

Напоминаю, что успех этой работы зависит от того, насколько ваша потребность в самопознании превышает потребность в положительной самооценке.

Итак, сделан анализ своей структуры потребностей и намечена трансформация их в зависимости от цели, которую вы преследуете.

Теперь перейдем к рассмотрению проблемы расширения кода своей личности.

Мы говорили, что у каждого человека есть код, на котором работает его сознание.

Анализируя сознание по системе качественных структур, мы определяем коду место аспекта связи. Именно через него человек выступает в качестве приемника. И понятно, что именно качество кода регламентирует качество общения. Тут и возникает проблема повышения качества, или, иначе говоря, расширение кода своей личности.

Чем этот код определяется? Во-первых, социумом. Человек потому человек, что он усваивает опыт социума. И понятно, что в зависимости от характеристик окружающего нас социума и фильтруется информация, идущая к нам.

Во-вторых, код индивидуален. Все количество полученной информации трансформируется уже в зависимости от него. Сюда входит и внутренний код: насколько я ориентируюсь в информации; насколько знаю себя; как часто вступаю в общение с собой; насколько ориентируюсь в информации, доставляемой телом, психикой и т.п.

Есть ли в личности что-нибудь скрытое, что не отслеживается во внешних проявлениях? Вопрос сложный. Все зависит от качества методики.

Скорей всего, скрытого нет. Личность не может проявлять себя иначе, чем через действие. И даже когда человеку кажется, что что-то знает про себя только он сам, что звучит только его, внутренний диалог, - это можно обнаружить.

В игровой ситуации, в тесте, то есть пусть даже в искусственно созданной ситуации, все "тайное" станет явным.

Личность познаваема. Она развивается по определенным объективным законам, которые все больше раскрываются научному знанию.

Только осознав это, мы можем работать над растождествлением.

Утверждение же о непознаваемости личности часто ведет за собой усиление страха самого себя. Но мы знаем, что совокупность моих общественных отношений не есть "весь Я", и поэтому страх познания их механизма не обоснован. А в нашей работе такое познание необходимо, это неременное условие успеха.

Итак, познание и расширение кода своей личности. Первый шаг на этом пути - убрать автоматизм выбора. На какое-то время убрать полностью. Как говорили древние, - умереть, чтобы родиться. Первое, что мы здесь ощутим, резкое снижение количества положительных подкреплений. Это серьезное препятствие в работе. Не может человек без них жить, ему надо как-то себя подбадривать.

Допустим, если подросток не добивается признания в классе, то он начнет добиваться его на улице. Человек не может не получать "плюсов".

Через это качество можно измерить его реальное будущее - сколько человек может прожить, не получая ни одного "плюса" извне. Срок, как правило, очень мал.

Мы зависим от этих "плюсов", и они не просто должны быть сказаны, а еще и на нашем языке. Ведь слушая в свой адрес всяческие похвалы, мы не все слышим, потому что в объем нашего языка данная форма похвалы может и не входить.

Это не плохо и не хорошо. Это есть. Вся проблема в следующем: всегда ли мы осознаем, в какую сторону "плюсы" нас ведут? Мы их выбрали или наоборот? Это очень важно. Здесь и обнаруживается разница между личностью целенаправленной, которая в состоянии управлять своей жизнью, и противоположным вариантом.

Иными словами, нас интересует личность, которая, будучи помехоустойчивой к плюсам и минусам, выбирает подкрепления, идущие от избранного источника.

Это так называемое целевое бытие.

Но большинство людей живет во сне и хаосе. Еду в пункт "А", попадаю в пункт "Б" и заявляю, что сюда и стремился.

В чем величие Эйнштейна? В том, что его сугубо научная деятельность была только средством реализации его бытийной цели: утверждения того, что Мир познаваем; Мир имеет закон, который можно познать. Движение Эйнштейна по этому пути вовлекло в свою орбиту огромное количество людей, даже порой не понимающих научной сути вопроса именно из-за этой всеобъемлющей бытийной цели.

Целевое бытие. Хотя это еще и не идеал, но очень яркий, красивый путь.

Никакие плюс- или минус-подкрепления, кроме идущих из намеченной цели, не воспринимаются.

Если же человек не в состоянии так себя организовать, то он движется, незаметно для себя, в любую сторону, откуда идут плюсы. Он идет туда, где "хорошо". (На этом, кстати, построена лесть). И мы говорим, что человек разменял свою жизнь по мелочам.

Если человек, живущий в определенном микросоциуме, где привыкли к определенному его облику, начинает менять этот облик, он сразу же вместо плюсов получает минусы. Выдержать это не всегда хватает сил.

"Ты что, заболел?" - говорят нам. Или: "Ты стал черствым", "Ты стал нервным", "Скучным". И тому подобное. Форм тысячи. И часто мы отступаем - там, где нам это кажется не очень важным. Отступая, пусть даже в малом, сразу теряем целостность. Результат - отклонение от цели.

Есть еще и другой способ. Не обязательно ломать свой облик резко, перебросив себя из одной целевой роли в другую. Гораздо более сложная задача расширить уже имеющийся набор ролей. И тогда любой облик не приведет к сужению вашего кода.

В чем, к примеру, на сегодняшний день состоит проблема актерской игры? В том, что актеры перестали перевоплощаться и одни и те же люди кочуют из фильма в фильм, из спектакля в спектакль. Пусть они, эти люди, обаятельные, милые, умные, но они одинаковы в разных предлагаемых обстоятельствах. Одинаковы и в средневековой трагедии, и в производственном конфликте.

Но ведь и с нами в наших социальных ролях происходит то же самое.

На работе я начальник и дома тяну эту линию, а ведь дома я уже муж или сын, а не зав. отделом. Конфликт.

Необходимо, как предлагают В. Леви и другие, умение растождествиться с ролью, посмотреть со стороны на себя в роли и исполнять ее качественно.

Еще один способ расширения кода - так называемое искусство быть никаким.

"Он такой!", - определенно характеризуют вас окружающие. А вы изменитесь. Не обязательно в контрастную сторону - добрый - злой, есть ведь тысячи оттенков. И еще, и еще раз. В конце концов сможете добиться того, что ваше окружение никогда не сможет дать вам однозначной оценки, приписать вам определенный код. Но зато всегда сможет сказать, какую продукцию вы производите. Тогда никогда не будет путаницы между вашими, условно говоря, "личными качествами" и производимой вами продукцией.

Ведь часто бывает, что человек сделал что-то ценное, но это "нельзя" принять, потому, что он "такой-то", и все, что он делает, кажется неприятным. Таким образом, мы как бы сознательно обедняем себя.

Система "быть никаким" открывает путь к практическому освоению различных кодов. Она дает вам возможность перестать говорить "Я", имея в виду только код ИМ личности. Вы сможете растождествляться с личностью и создавать ее такой, какая вам необходима для ваших жизненных целей.

Это не притворство, не изображение чего-то несуществующего, а расширение, реальное расширение кода. Вы начнете общаться с людьми на более широком, более качественном языке.

Суфии говорят: учись говорить с каждым на его языке. Вычислением этого сделать невозможно. На помощь приходит психотехника - используя ее вы сможете всегда говорить с человеком на его языке, станете полиглотом человеческих кодов.

Итак, мы пришли к выводу, что есть два основных способа расширения своего кода.

Первый способ. Я добываю информацию о различных кодах, признаю их право на существование и пытаюсь их практически освоить.

Второй способ. Передо мной сознательная цель - научиться говорить с каждым на его языке. Для этого я становлюсь никаким. В индийской философии это называется: закон великой пустоты.

ВВЕДЕНИЕ В СОЦИОНИКУ

Существует несколько практических приложений теории интертипных отношений, автором которой является Аушра Аугустинавичюте (Вильнюс).

Мы хотим предложить вам вариант функциональной соционики для решения двух проблем, имеющих непосредственное отношение к занятиям психорегуляцией:

- 1) для того, чтобы вы познакомились с вашими интеллектуальными механизмами;
- 2) чтобы вы могли предвидеть поведение другого человека в различных ситуациях и знали правила информационного реагирования.

Так же мы с вами попытаемся найти критерий для определения типа информационного метаболизма (ИМ) конкретного человека.

Соционика позволяет выделить тип ИМ человека, то есть его способ приема, обработки и выдачи информации. Мы называем это типом интеллектуальных автоматизмов.

Каким образом при отсутствии рефлексии (без самосознания) информация воспринимается человеком, обрабатывается и выдается наружу?

В основе теории А. Аугустинавичюте лежат два источника: теория К. Юнга и понятие об информационном метаболизме Кемпинского. Юнг ввел понятие о четырех основных типах информации:

- логическая (дающая представление о взаимосвязях),
- интуитивная (дающая представление о целостности),
- сенсорная (дающая представление о свойствах объектов),
- этическая (дающая представление об отношениях между объектами).

Юнг ввел понятия интроверсии и экстраверсии и определил их не как постоянно присущее конкретному человеку качество, но как некоторое ситуационное состояние.

Экстраверсия означает преобладание открытости, общительности, живости, подвижности. Крайняя степень экстраверсии может приобрести характер гиперманиакальности.

Интроверсия означает явную обращенность внутрь, меньшую контактность и пластичность, склонность к конструированию и теоретизированию, эмоциональную холодность. Крайняя, патологическая степень интроверсии - аутизм, глубокое погружение в себя и потеря контактов с внешним миром.

К четырем типам информации, выделенным К. Юнгом, А. Аугустинавичюте добавила предположение, что механизмы переработки информации извне и механизмы переработки информации, идущей изнутри человека, должны быть различными. В связи с этим каждый из четырех видов информации получил две модификации: субъектную и объектную. Аугустинавичюте ввела обозначение этих элементов и предложила с их помощью кодировать типы ИМ. Эти элементы обозначены:

	<i>субъектный элемент</i>	<i>объектный элемент</i>
1. логика	□	■
2. интуиция	△	▲
3. сенсорика	○	●
4. этика	└	┘

Аугустинавичюте вводит понятие "интротим" и "экстратим", в отличие от "интроверт" и "экстраверт". Какая разница между ними?

Экстратим воспринимает себя как объект, Мир как субъект. В силу этого экстратим может перестроить отношения между объектами, но ему очень трудно изменить сам объект.

Интротим воспринимает себя как субъект, Мир - как объект. Отношения для него фиксированы, но зато ему легче изменить объект.

Суть понятий можно постичь на простой житейской ситуации ссоры. Для интрофима ссора означает, что друг все равно остается другом, то есть отношения между ними не изменились, но, чтобы примириться, нужно попытаться друга переделать, взывая к его совести, разуму и т.п. Сказать же ему - "ты мне больше не друг" - интрофиму очень сложно. Но это очень легко сделать экстрафиму, который так и поступает. Ему проще изменить отношения с объектом, чем сам объект.

Интроверсия и экстраверсия. Качество, состояние, присущее человеку в конкретной ситуации.

Интрофимность и экстрафимность. Свойство, присущее человеку постоянно.

Вполне могут существовать как интровертированный экстрафим, так и экстравертированный интрофим.

Для кодирования типов ИМ Аугустинавичюте ввела систему координат, состоящую из четырех функций типа ИМ:

I функция - репродуктивная, консервативная, ее содержание определяет интрофимность или экстрафимность типа;

II функция - продуктивная, творческая, постоянно требующая оценки извне;

III функция - место наименьшего сопротивления типа ИМ;

IV функция - суггестивная.

Далее Аугустинавичюте отметила, что первые две функции подвластны контролю человека, III и IV ему не подвластны, и высказала предположение, что человек нуждается в общении с дополняющим его типом ИМ. В дальнейшем мы постараемся разобраться, насколько верно это предположение.

На сегодняшний день соционика не имеет ни одного стопроцентного способа определения типа ИМ тестовым путем и является эмпирическим и объяснительным знанием, а не наукой в строгом смысле этого слова.

ПРИНЦИПЫ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ТИПОЛОГИИ

Опираясь на метод качественных структур, попытаемся построить функциональный вариант соционики.

Прежде всего, опишем базовые элементы на языке их проявления в поведении человека.

1. Сенсорика

○ Надежность

Внутренние сенсорные ощущения, чувство внутреннего комфорта, то, что человек называет здоровьем (об этих ощущениях говорят: колет, печет, жжет, блаженство по телу, сенсорные радости).

● Сила

Восприятие внешней формы, силы, потенциальной энергии объектов, способность манипулировать объектами (деньгами, вещами), разные умения, связанные с телесной манипуляцией, радость движения, борьбы.

2. Логика

□ Думаю, что...

Внутренняя логика (как я понимаю), то есть субъективная логика, понимание содержания выше знания.

■ Знаю, что...

Логика объективного мира, знания (книги, газеты), то, о чем говорят, с чем согласны, логика внешней ситуации, знать важнее, чем понимать.

3. Этика

┌ Утверждение

Мое отношение к чему либо (я люблю...). Самоутверждение через уверенность.

┐ Согласие

Отношение других ко мне (меня любят) или отношения между другими. Самоутверждение через изменение.

4. Интуиция

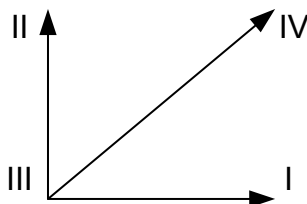
△ Верую в...

Целостность внутренней ситуации, внутренняя непротиворечивость или противоречивость.

▲ Приемлю...

Целостность внешней ситуации, ее противоречивость или непротиворечивость.

Итак, мы имеем 8 элементов, которые могут занимать 4 позиции, соответствующие трем аспектам: организации, функционирования, связи и положению точки координатора. Будем говорить о них, как о 4-х функциях мышления в процессе восприятия, обработки и выдачи информации. Согласно методу качественных структур, это можно изобразить следующим образом:



Теперь о содержательной стороне каждой из четырех функций типа информационного метаболизма (ИМ).

I функция - аспект организации типа ИМ обозначает консервативное начало, зону уверенности человека. Все, что касается первой функции, человек не подвергает сомнению, легко шутит на тему I функции, так как уверен в этом. Но если серьезно задеть I функцию, человек агрессивно защищает ее, потому что с этой функцией у него связано чувство реальности своего существования.

II функция - аспект функционирования, то, что является выходом, продукцией функционирования нашего сознания. Это творческий элемент, содержанием информации которого человек манипулирует с удовольствием.

Отрицательные высказывания по поводу проявления II функции снижают активность человека, а положительные, наоборот, стимулируют его к деятельности.

III функция играет роль точки координатора и является местом наименьшего сопротивления человека, так как содержание ее связано с оценкой самого себя. Каждый из нас всю свою жизнь бессознательно занят сбором информации на III функцию (об этом нужно все знать, ибо если я чего-то не знаю, я - плохой). Почему именно я плохой - это зависит от содержания III функции. Здесь есть 8 вариантов. Я плохой:

- - если я болею;
- - если у меня мало денег, если я некрасив или плохо одет;
- - если я не понимаю;
- - если я не знаю;
- ⌒ - если я не люблю;
- ⌑ - если меня не любят;
- △ - если есть внутренний конфликт;
- ▲ - если есть внешний конфликт.

Если на III функцию человека поступает отрицательная информация, пусть даже совершенно случайная, у него возникает реакция избегания, так как это место человеком не осознается, и он его не в состоянии защитить.

Например, те, у кого на месте III функции стоит элемент (субъективная сенсорика), склонны к постоянным действиям по укреплению своего здоровья (закаляются, бегают, голодают, дозируют все, что вредно, и т.п.), и это только ради того, чтобы не выглядеть плохим в собственных глазах.

По способу защиты III функции можно определить, активен человек или пассивен. Пассивная защита выражается в демонстрации негативного отношения к себе.

IV функция - аспект связи, место суггестии, вход, беспрепятственно пропускающий информацию определенного содержания без всякого контроля, ибо содержание этой функции сознательному контролю не подлежит, и человек неосознанно стремится попасть в то место, где он получает больше всего плюсов на IV функцию.

На рисунке приведены 2 типа информационного метаболизма с позиций метода качественных структур.

Если рассечь рисунок горизонтально, то можно заметить следующее:



Интротим обращен к Миру экстравертными элементами (для него Мир существует как объект), к себе же он обращен интровертными элементами (то есть сам выступает как субъект).

Для экстратима все наоборот. К миру он обращен интровертными элементами (Мир воспринимается им как субъект), к себе же - экстравертными (я - объект).

Если рассечь рисунок вертикально, то получим еще две комбинации функций.

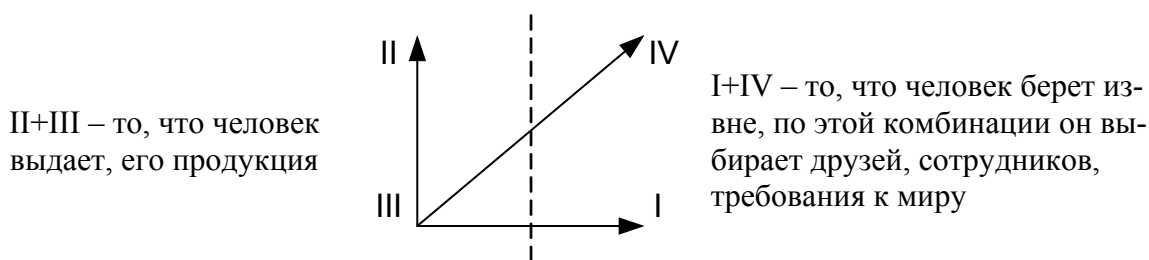
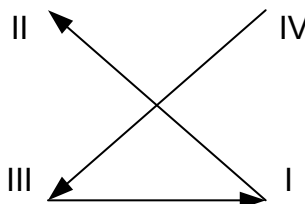


Схема движения информации выглядит так:



В блоке IV функции мы суггестируемся, это информационный вход; далее информация проверяется с позиций языка самооценки (блок III функции отсеивает ту информацию, которая делает человека плохим в собственных глазах); в блоке I функции информация переводится на язык конструкции, и та, которая может конструкцию разрушить, отсеивается или перестраивается, на выходе (блок II функции) информация трансформируется в наше высказывание или действие.

Путь движения информации через блоки функций выглядит так: 4→3→2→1 – все воспринимается через двойное преломление (двойной верт).

Из 8 перечисленных элементов можно составить 24 сочетания по 4 элемента, но жизнеспособными являются только 16. Это следующие сочетания:

- 1) ▲□■○ – интуитивно-логический экстратим (Дон Кихот)
- 2) ○■□▲ – сенсорно-этический интротим (Дюма)
- 3) ■○▲□ – этико-сенсорный экстратим (Гюго)
- 4) □▲○■ – логико-интуитивный интротим (Робеспьер)
- 5) ■△●□ – этико-интуитивный экстратим (Гамлет)
- 6) □●△■ – логико-сенсорный интротим (Горький)
- 7) ●□■△ – сенсорно-логический экстратим (Жуков)
- 8) △■□● – интуитивно-этический интротим (Есенин)
- 9) ■△●□ – логико-интуитивный экстратим (Джек Лондон)
- 10) □●△■ – этико-сенсорный интротим (Драйзер)
- 11) ●□■△ – сенсорно-этический экстратим (Наполеон)
- 12) △■□● – интуитивно-логический интротим (Бальзак)
- 13) ■○▲□ – логико-сенсорный экстратим (Штирлиц)
- 14) □▲○■ – этико-интуитивный интротим (Достоевский)
- 15) ▲□■○ – интуитивно-этический экстратим (Гексли)
- 16) ○■□▲ – сенсорно-логический интротим (Габен)

Между этими типами существуют вполне определенные отношения, от которых и зависят автоматизмы нашего взаимодействия на уровне личности.

Тип взаимодействия определяется конкретным содержанием элементов всех 4х функций, вступающих в информационный контакт. И ясно, что таких вариантов взаимодействия тоже 16.

Чтобы ориентироваться в функциональной соционике, поговорим о конкретном содержании каждого из 8-ми элементов и о его влиянии на поведение человека в зависимости от того, в какой из 4-х позиций этот элемент расположен.

1. Сенсорика - субъектная

○ - I функция. Человек "железно" уверен в своих сенсорных ощущениях, убежден в том, что медицина - это ерунда; он знает, как лечиться и уверенно лечит других. Смело и легко говорит об интимных отношениях и производит впечатление игривого человека. Но часто это не соответствует действительности. Очень привязчивый из-за консервативности сенсорных ощущений.

○ - II функция. Человек любит сенсорные ощущения, их разнообразие, рассказывает об этом и умеет организовывать эти ощущения, нуждается в их постоянной смене, умеет устранять сенсорный дискомфорт, вкусно готовит пищу.

○ - III функция. Человек собирает информацию, касающуюся вопросов здоровья, чтобы быть сенсорно неуязвимым, дрессирует себя, закаляет, мучает, чтобы никто не сказал ему: "Что-то ты плохо себя чувствуешь". Он никогда не сядет в машину, если будет знать, что в ней не хватает одного винтика, то есть не рискует в области сенсорной надежности.

○ - IV функция. Мир оценивается человеком с позиции сенсорных ощущений: "Если я болен - весь мир болен". Такой человек любит сенсорные радости, его легко убедить в том, что он болен, либо, наоборот, здоров. Двигается в сторону наибольшего сенсорного комфорта.

Объектная

● - I функция. Человек абсолютно уверен в своих потенциальных возможностях, внешности, силе, капиталах; любит фотографироваться, ибо уверен, что хорошо выглядит; провозглашает культ силы, умений; уверен во всем, что касается формы; уверенно манипулирует людьми. Среди полководцев и художников много людей с таким типом ИМ.

● - II функция. Человек творчески манипулирует тем, что касается формы (внешность, сила, деньги, объекты и т.п.). Такие люди обладают различными умениями, демонстрирующими их потенциальные возможности (рукоделия всех видов, рисование, эстетика и т.п.). Замечают несовершенство движений. Находят бедность, чтобы превратить ее в богатство (во многих аспектах).

● - III функция. Человек постоянно заботится о деньгах, внешности, силе энергии, о своем умении чем-либо манипулировать. Для него приближение старости - катастрофа, ибо тогда он выглядит плохим в собственных глазах (потерял "силы"). При пассивной защите III функции это может породить суицидные намерения.

● - IV функция. Человек постоянно суггестируется формой, внешностью, силой, энергией, деньгами. Его привлекают места, где много энергии, есть тяга пожить "красивой жизнью". Будет двигаться в сторону наибольшей силы.

2. Логика - субъектная

□ - I функция. Человек уверен в своем понимании, и его очень сложно разубедить в чем-либо. Объяснить не умеет, так как, по его убеждению, это и так всем понятно. Первое, что он говорит, - "нет"; требовать "да" от такого человека абсурдно, нужно некоторое время подождать. Укрепляя свою I функцию, люди с таким типом ИМ все записывают, конспектируют.

□ - II функция. Такой человек много рассказывает, объясняет, делится пониманием, мыслями, учит. Любит участвовать в дискуссиях, философствовать, умеет защищаться - манипуляция логикой у него функция творческая.

□ - III функция. Для такого человека невозможно признаться, что он чего-либо не понял, ибо тогда он выглядит плохим в собственных глазах. Всю жизнь он запасается пониманием, всегда говорит "да", даже если ничего не понял. О таких людях можно сказать, что они "всегда в курсе".

□ - IV функция. Человек внушаем любой логикой, любым пониманием, его легко убедить, сказав: "Ты и сам так думаешь". Его понимание зависит от понимания окружающих.

Объектная

■ - I функция. Человек уверен в своих знаниях, в понимании логики внешнего Мира, консервативен в этом понимании. Усвоив какое-либо правило (если а, то б), следует ему

всю жизнь. Верит печатному слову, авторитетным источникам информации. Во всем устанавливает свой порядок, и жить с ним можно только по его правилам. О таких людях говорят, что у них "железная логика".

■ - II функция. Человек любит исследовать логику объективного мира, фиксирует ее, умеет ею манипулировать, способен принять любую логику, оперирует знаниями; это - специалисты по обнаружению и устранению любого беспорядка.

■ - III функция. Человек считает себя плохим, если не знает чего-либо, поэтому всю жизнь собирает знания, в своих действиях опирается на объективные законы, утверждает, что необходимо считаться с объективной реальностью. Пропагандирует уже достигнутое, апробированное, внедряет проверенное. Считает, что все должно соответствовать написанному, очень внимателен к устоявшейся реальности.

■ - IV функция. Человек суггестируется любым порядком, лишь бы он потом не менялся; внушаем печатным словом, обстоятельствами (фактами объективной реальности). Двигается в сторону наибольшего порядка.

3. Интуиция - объектная

▲ - I функция. Зоной уверенности такого человека является восприятие внешнего мира как целостной, законченной, непротиворечивой ситуации. При этом плохо переносятся различные изменения во внешней ситуации (например, нарушение целостности ситуации в связи с ремонтом). Люди с таким содержанием I функции стремятся объединить группу в одно целое.

▲ - II функция. Творческий продукт такого человека - идеи об организации, о целом. Чаще всего они являются теоретиками, манипулирующими идеями, которым суждено объединить всех в будущем. Обладают конструкторским дарованием, любят доделывать, если другой этого не смог.

▲ - III функция. Человек оценивает себя как плохого, если не воспринимает внешнюю ситуацию как целостную. Поэтому очень внимателен к внешней ситуации, к малейшему ее изменению. Склонен к постоянству жизненной ситуации, мастер по сохранению его даже тогда, когда другим ситуация кажется безнадежно изменившейся. Умеют оптимизировать неприятности, обладают эстетическим вкусом.

▲ - IV функция. Такой человек бессознательно движется в сторону наибольшей целостности и непротиворечивости внешней ситуации, в сторону отсутствия внешних конфликтов.

Субъектная

△ - I функция. Человек убежден в собственной внутренней непротиворечивости, идейности, последовательности и т.д. Если вы сумеете показать ему его противоречивость, возникает агрессивная реакция. Консервативен в целях и идеях.

△ - II функция. Этот человек испытывает постоянное внутреннее смущение, внутреннюю ранимость, так как его продукция - внутренние конфликты. Не находя конфликтов, он ощущает свою ненужность, отсюда и следует его психологическая ранимость. Это - специалист по обнаружению нецелостных ситуаций во внутреннем мире людей.

△ - III функция. Человек постоянно занят защитой своей внутренней целостности и непротиворечивости. Любая информация принимается им только тогда, когда она не сможет вызвать внутренний конфликт. Умеет при любых обстоятельствах обеспечить себе внутреннюю целостность.

△ - IV функция. Неосознанно выбирает то место, где у него меньше всего внутренних конфликтов, поэтому часто воспринимается другими как черствый и эгоистичный.

4. Этика - объектная

└ - I функция. Уверен в определенном отношении людей к себе и к другим, и переубедить его в этом очень трудно (возникает агрессивная реакция). Консервативен в этом, склонен удерживать около себя тех, в чьем хорошем отношении к себе не сомневается. Умеет беречь кадры.

└ - II функция. Этот человек манипулирует отношением других к себе и часто слывет сочинителем или интриганом. Любит прихвастнуть, любую историю рассказывает так, будто он выступает в ней главным действующим лицом. Его тянет к знакомствам с известными людьми. Умеет делать рекламу, организовать нужное мнение. При низком уровне культуры слывет сплетником. Видит плохие отношения и превращает их в хорошие.

└ - III функция. Считает себя хорошим, когда его любят, и, защищая это место в себе, почти всегда занимается психологией - это гарантирует хорошие отношения. Если нет хороших отношений, стремится убрать конфликт или избегает общения.

└ - IV функция. Подсознательно стремится туда, где к нему относятся лучше, и избегает ситуаций с плохим отношением к себе.

Субъектная

└ - I функция. Уверен в своем отношении к чему-либо, консервативен в этом вопросе и совершенно ничего не может рассказать о своем отношении, кроме односложных фраз типа "хорошо", "плохо".

└ - II функция. Отношение к чему-либо является для такого человека творческой функцией; он легко, искренне и разнообразно выражает его, манипулирует своим отношением и часто слывет непостоянным. Ищет ситуации, где его мнением интересуются, найдя, чувствует себя нужным.

└ - III функция. Человек считает себя плохим, если никого не любит, поэтому обязательно должен быть влюблен в кого-либо. Много говорит о любви, привязчив, может быть создателем теории любви, интересуется этим вопросом. Не любить для него означает быть плохим в собственных глазах.

└ - IV функция. Человек неосознанно движется туда, где может выражать свое отношение, где ему позволяют это делать. Для него это - критерий выбора хорошего места.

ПРИНЦИПЫ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ТИПА ИНФОРМАЦИОННОГО МЕТАБОЛИЗМА

Нам известно функциональное содержание каждой позиции в описании типа ИМ. Мы знаем также, что I функция является зоной уверенности, и "минус" на нее дает реакцию агрессии, а прямой вопрос к ее содержанию - нераспространенный ответ. Например, человек с I функцией "субъективная логика" не может доказывать свое понимание и отвечает на вопросы типа:

"Расскажи, что и как ты понял" однозначно или агрессивно.

Известно так же, что II функция является творческой, продуктивной функцией, и человек ищет "минусы" на II функцию, чтобы ему было что делать, чтобы чувствовать себя нужным. Например, если II функция – △, то человек ищет конфликты, чтобы что-то с ними сделать, и в данном случае поиск "минусов" - это поиск работы. Прямой вопрос на

темы II функции рождает распространенный ответ (говорю, пока слушают, или даже боюсь за внимание).

Что мы знаем о III функции? "Минус" на нее рождает реакцию избегания, "плюс" стимулирует приближение. Это связано с самооценкой по типу "я хороший - я плохой". Каждый из нас неосознанно в течении всей своей жизни собирает информацию по содержанию III функции. (Каждый хочет быть хорошим для себя).

IV функция. Человек движется в сторону наибольшего количества "плюсов" на IV функцию, идет в сторону "хорошего Мира".

Как практически определить тип ИМ? Наблюдая за человеком, за его поведением в стандартных ситуациях, можно сделать некоторые предположения. В сложных же ситуациях, когда он рефлексировал свои реакции, о его типе ИМ трудно сказать что-либо достоверное, поэтому пока не удалось создать достаточно надежного средства для определения типа ИМ.

Есть способ определения типа ИМ по отношениям человека с другими, уже известными нам типами ИМ, но этот способ тоже не создает полной надежности.

Чтобы установить **I функцию** теоретически, нужно задать восемь вопросов по содержанию I функции, типа:

- как вы относитесь к кому-либо?
- почему так понимаете ту или иную проблему?
- как себя чувствуете?
- нет ли у вас внутренних противоречий?

Самый нераспространенный ответ с большой долей вероятности будет относиться к I функции, и косвенными признаками станут реакции агрессивности и уверенности. Та тема, где человек хочет ответить и не может, чаще всего определяет содержание I функции.

II функция. Обнаружить содержание II или II+III функций можно вопросом типа: "Над чем нужно больше всего работать?" Где человек видит максимальное количество недостатков, несовершенства, - это и составит содержание его II функции. Здесь поможет вопрос: "Что ты будешь делать, если станешь абсолютно свободным?" Но при этом постарайтесь выяснить, зачем это нужно. Конкретный характер ответа раскрывает содержание II функции с большой долей вероятности.

III функция. Человек считает, что касаться в разговоре тем, связанных с третьей функцией, неприлично. Если вы нечаянно задели эту тему, у нашего собеседника появится негативная реакция: он может покраснеть, выскажет желание прекратить разговор.

Если же вы просите человека оценить, что для него самое главное и за что он себя уважает, то ответ будет с большой степенью вероятности соответствовать содержанию III функции.

Занимаясь диагностикой, помните: чаще всего человек предлагает из II и III функций, а выбирает - из I и IV.

IV функция. Эту функцию можно выявить, спросив: "Какое место вы выбрали бы для отдыха?" Ответ на вопрос скорее всего будет относиться к содержанию IV функции.

Кроме этого, необходимо помнить, что содержание II+IV функций связано с восприятием внешнего Мира, II+I функций - с восприятием себя. Содержания II+III функций определяет то, что человек предлагает; продукт II+IV функций - то, что он берет извне.

I и IV функции легко перепутать, так как по I функции человек уверен в себе, а по IV он может быть чем-либо в данный момент засуггестирован, что тоже нередко выражается в уверенности.

Возможна следующая последовательность действий при определении типа ИМ:

- 1) определить зоны: интуитивные - логические;
- 2) опять делением пополам отнести к одному из классов: интуитивный, логический, сенсорный, этический;
- 3) решить вопрос: интрогим или экстратим?

Вначале можно построить предположение на основе наблюдений, затем уточнить гипотезу вопросами.

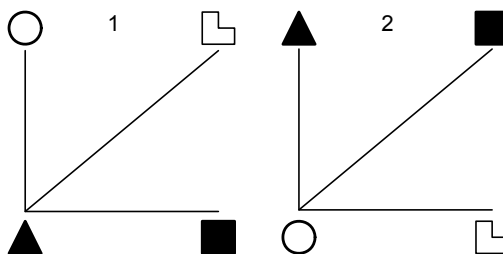
Интертипные отношения

Говоря о соционике, не забывайте о том, что, как и все прочие теории, она имеет свои границы применимости. Это всегда лишь типология восприятия и переработки информации сознанием человека, но ни в коем случае не весь человек и даже не вся его личность. Человек, личность - это гораздо более емкие понятия, не сводимые к одному лишь информационному метаболизму.

Для тех, кто желает заняться регуляцией состояний своей психики, соционика может быть очень полезной в плане осознания автоматизмов своих реакций и реакций окружающих людей. Согласитесь, что подойти к практической реализации проблемы психорегуляции невозможно, пока вы не осознаете некоторые свои автоматизмы, как положительные, так и отрицательные, которые часто руководят вами, но не осознаются.

Большую помощь в решении этой проблемы оказывает знание механизмов общения людей с разными типами информационного метаболизма. Но и здесь соционика должна сыграть вполне определенную роль, которая сводится скорее не к укреплению вашей психологической защиты, но к пониманию того факта, что все люди очень разные и моменты взаимного непонимания, конфликтов и недоразумений чаще всего обусловлены только различиями в их способах восприятия и обработки информации. Вполне возможно, что это подтолкнет вас к необходимости подходить творчески к общению с другими людьми и искать способы выдачи информации на языке, понятном вашему собеседнику.

Рассмотрим несколько вариантов интертипных отношений и постараемся показать, какова практическая польза анализа этих отношений. **Отношения взаимного дополнения** на примере анализа взаимодействия двух типов ИМ: логико-сенсорного экстратима 1 и этико-интуитивного интрофима 2.



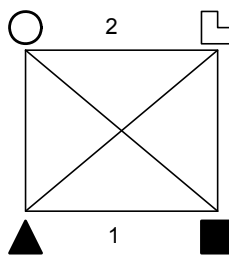
При анализе взаимодействия целесообразно обратить внимание на то, какую продукцию производят и потребляют оба типа ИМ. Вспомним, что производимая продукция обусловлена содержанием II+III функций, а принимаемая информация обусловлена содержанием I+IV функций типа ИМ. Человек с типом ИМ (1) производит продукцию такого содержания: ▲, человек с типом ИМ (2): ▲, то есть это две грани одного и того же продукта.

Кроме того, каждый из них своей I функцией обращен на вход второго; продукция же каждого из них укрепляет III функцию другого, то есть они автоматически прикрывают друг другу самое уязвимое место - III функцию.

Укрепляя друг другу II и IV функции, 1 и 2 образует замкнутую информационную систему.

Замкнутость системы видна, если рассмотреть схему движения информации для типов 1 и 2.

Поскольку схемы имеют одинаковые элементы, совместим две схемы в одну.



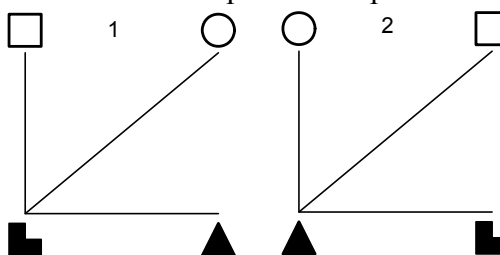
Полученная новая схема показывает характер взаимодействия для типов 1 и 2, которое носит название взаимного дополнения. Один из них – интрогим, другой – экстратим, и каждый является для другого символом внешнего Мира, заполняет собой весь внешний Мир.

Такая система взаимодействия очень хороша для дружбы. Дуалам хорошо вместе отдыхать именно из-за чувства защищенности, но для работы это не самое лучшее сочетание - работать, находясь вместе, дуалы чаще всего не станут.

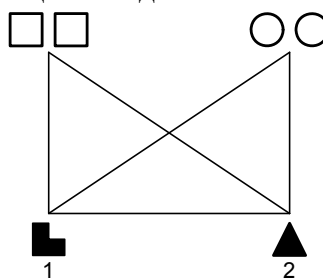
В семьях, где муж и жена взаимно дополняют друг друга, с появлением ребенка возникают конфликты: начинается борьба за внимание третьего. И поскольку система является самодостаточной, такие пары часто не имеют детей.

Гораздо важнее находиться в обществе дуала ребенку, поскольку детям для нормального развития психики необходимо то чувство защищенности, которое дает общение с дополняющим.

Рассмотрим **отношения активации** на примере анализа взаимодействия интуитивно-логического экстратима 1 и этико-сенсорного экстратима 2.

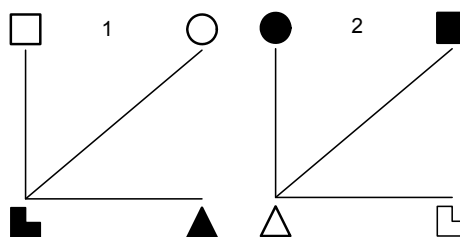


В этом взаимодействии нет уравновешенности: оба являются экстратимами. Рассмотрим схемы движения информации каждого из типов и общую схему ее движения.



Здесь I и III функции взаимно перекрываются, а продукция каждой из них (II функция) автоматически усиливает активность другого, так как выход одного является входом другого. Система открыта и непротиворечива. Для семьи это самый предпочтительный вариант отношений, но нужно помнить, что необходимы паузы в общении, ибо активация может развиваться как в положительную, так и в отрицательную сторону. На производстве сотрудничество активаторов может быть очень плодотворным.

Конфликтные отношения на примере анализа взаимодействия интуитивно-логического экстратима 1 и этико-сенсорного интрогима 2.



В чем состоит суть конфликта? Для 1 зона уверенности - целостность внешней ситуации, для 2 зона уверенности - собственное отношение к чему-либо. Если 1 - видит внутреннюю противоречивость 2 (это его III функция), то 2 не может защититься; уверенность первого может быть источником постоянных сомнений второго. И наоборот, уверенность 2 в своем отношении к чему-либо ставит в зависимость 1, затрагивая его III функцию. Поэтому между ними всегда есть напряжение, поскольку отрицательное воздействие на I функцию вызывает ощущение распада целого и приводит к борьбе за сохранение своей целостности. Возникает реакция агрессии, и здесь человек без напряжения осознания ничего сделать не в силах.

Если же есть постоянное отрицательное воздействие на III функцию, то это грозит полным разрывом.

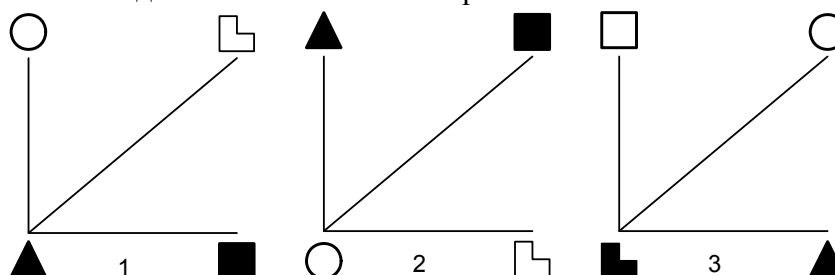
Относитесь к соционике серьезно - это не такое уж безобидное занятие. Глубокое знание этих механизмов может служить как средством манипуляции, так и средством исследования и понимания самого себя и окружающих вас людей.

Отношения социального заказа и социального контроля

Рассмотрим следующий вариант взаимодействия трех типов:

1. логико-сенсорный экстратим
 2. этико-интуитивный интрогим
 3. интуитивно-логический экстратим.
- 1 и 2 - взаимно дополняющие,
1 является заказчиком для 3,
2 является контролером для 3.

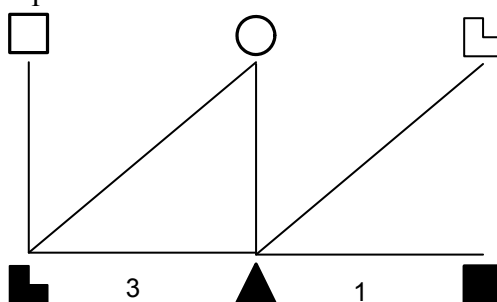
В чем суть отношений социального заказа и социального контроля? Сила заказчика (1) по отношению к приемнику (3) состоит в том, что выдаваемая им продукция (II функция) автоматически суггестирует приемника, и любая активность заказчика быстро подмечается приемником. Поскольку приемник ни в чем не может отказать своему заказчику (суггестия), особенно когда ему плохо (поиск минусов на вторую функцию), то в таком взаимодействии он находится в постоянном напряжении.



Очень распространен такой вариант семьи, где один из супругов является заказчиком второму. Выполняя все "заказы", приемник буквально надрывается, чтобы этого избежать, чувство самосохранения гонит его из дома. Но и заказчику нелегко, он постепенно превращается в невротика, так как вынужден постоянно жаловаться, чтобы как-то стимулировать приемника к действиям. Если же приемником является ребенок, вполне вероятно, что он будет часто болеть, а в подростковом возрасте стремиться уйти из дома.

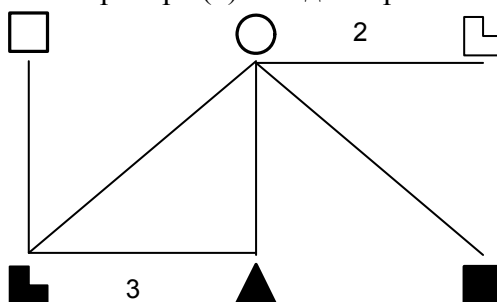
В отношениях между неблизкими людьми заказчики выполняют роль социальной активности.

Из схемы видно, что продукция (1) попадает на вход (3) и стимулирует его к активной деятельности, но при этом отношения не являются симметричными - информация движется только в одном направлении.



Приемник тоже обладает некоторой силой по отношению к заказчику, так как зона уверенности приемника (его I функция) именно в том, в чем заказчик постоянно сомневается (III функция заказчика).

Рассмотрим отношения контролера (2) и подконтрольного (3).



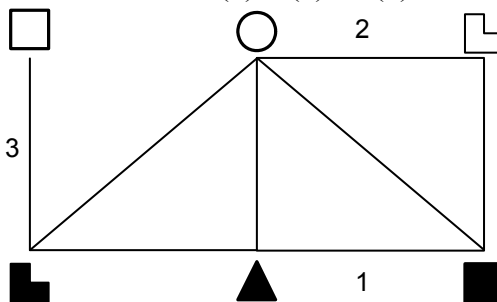
Продукция контролера - творческий элемент, для подконтрольного же это - I функция - место консервативное. Если продукция выдается подконтрольному в виде плюс-подкрепления на его I функцию, то у подконтрольного появляется чувство уверенности в своем существовании. Если же эта продукция выдается подконтрольному в виде минус подкрепления на его I функцию, то у подконтрольного чувство собственного существования подвергается сомнению, что и порождает агрессивную реакцию.

Поскольку продукция контролера постоянно и автоматически контролирует зону уверенности подконтрольного, последнему все время хочется отчитываться перед контролером с тем, чтобы получить его оценку. Именно благодаря этому механизму контролер может манипулировать подконтрольным (за счет оценок).

Если в одном рабочем помещении посадить контролера и подконтрольного, то работоспособность подконтрольного снизится, он непрестанно будет оглядываться на контролера и фиксировать все, что касается его оценки.

Если же в одном помещении будут находиться приемник и заказчик, то у приемника производительность труда будет очень высокой вплоть до полного истощения.

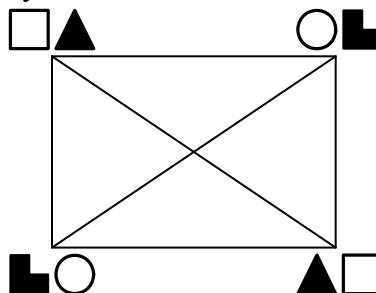
Взаимодействие пары дополняющих (1) и (2) на (3) можно представить на схеме:



Производимая продукция дуалов II+III функции попадают в зону I+IV функций приемника - зону его потребления. Но в случае (1) эта продукция попадает на вход (3) и является социальным заказом (надо), и в случае (2) контролирует зону уверенности (3) (правильно ли я это делаю?).

Закон квадры

Две пары дополняющих могут образовать квадрду - стойкое микрообъединение из 4 человек с разным типом ИМ, структурные элементы у которых одинаковы, но, естественно расположены в разных позициях. Квадра является идеальной психотерапевтической группой типа клуба. Когда члены квадры собираются вместе, они испытывают чувство свободы, раскрытости, полного понимания. Если представить себе движение информации в квадрде, то получим такую схему:



- это двойная восьмерка с противоположными направлениями движения информационного потока.

Как известно, по двум первым знакам дается название типа ИМ: интуитивно-логический экстратим (1).

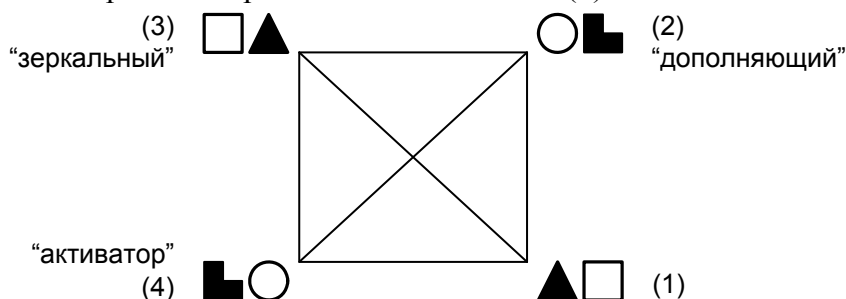
Построим всю квадрду для этого типа ИМ.

Представим сначала этот тип ИМ по методу качественных структур, затем справа добавим по одному элементу, чередуя субъектные с объектными и не употребляя запрещенных комбинаций.

(2)- сенсорно-этический интрогим по отношению к (1) является "дополняющим",

(3) - логико-интуитивный интрогим по отношению к (1) является "зеркальным",

(4) - этико-сенсорный экстратим по отношению к (1) является "активатором".



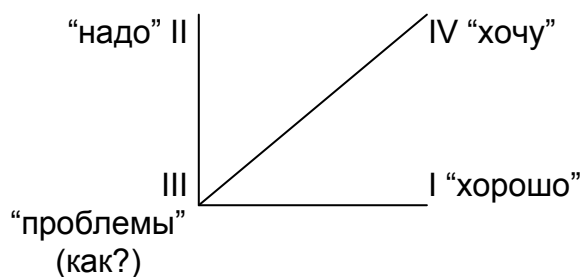
Система квадрды самодостаточна, поэтому нет никакой необходимости в деятельности, зато очень хорошо вместе отдыхать. Стоит только появиться хотя бы одному человеку из другой квадрды, как все мгновенно изменяется, терапевтический эффект исчезает.

Говоря об отношениях взаимного дополнения, можно заметить, что человек, не имеющий рядом дуала, создает в себе психологический фантом дуала и часто ведет себя, как дуал. Часто такой человек начинает "делать дополняющего" из своего партнера.

Иногда возможны и переходы типа ИМ в зеркальный для него тип. Это происходит, когда интрогим экстравертируется, и наоборот.

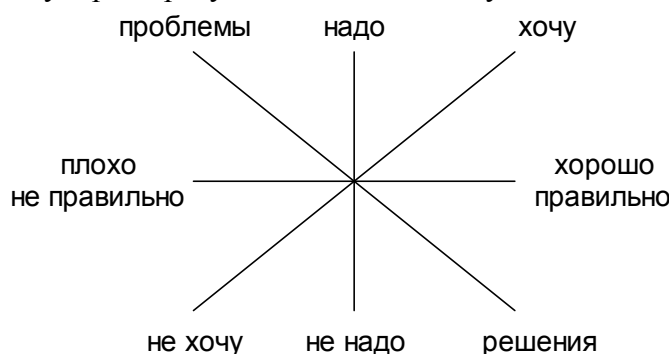
ПОЛНАЯ РАЗВЕРТКА ТИПА ИНФОРМАЦИОННОГО МЕТАБОЛИЗМА (Штурвал Калинаукаса)

По методу качественных структур тип информационного метаболизма представим в следующем виде:

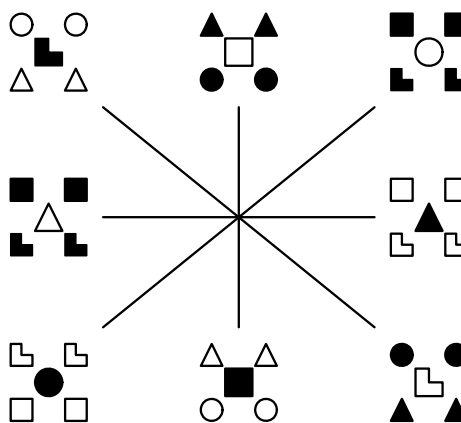


содержание I функции определено нашими плюс-ценностями, содержание II функции определено нашими плюс-требованиями (тем, что нам надо), содержание III функции определяется нашими проблемами (тем, в чем человек ищет решения: как жить?), IV - функция - место входа информации, содержание которой определяется тем, что нам приятно (воплощение наших "хочу"), наши плюс-мотивы.

Но нельзя говорить о достаточно полном изучении механизмов информационного метаболизма, если не учитывать дихотомический критерий, который является основой оценочного механизма. Всякому своему набору плюс-ценностей мы противопоставляем набор минус-ценностей, набору плюс-требований - набор минус-требований, набору плюс-мотивов - набор минус-мотивов, набору наших проблем - набор решений. То есть наша целостность включает в себя пары: хорошо - плохо, надо - не надо, хочу - не хочу, проблемы - решения. Продолжив оси в отрицательную сторону и добавив ось проблем - решений, получим полную развертку типа ИМ по методу качественных структур.



Проблемы и решения - это формообразующие элементы нашего мышления. Проблемы суть наша внутренняя работа (субъективная реальность), решения - план объективной реальности. Ось "проблемы - решения" условно направлена перпендикулярно плоскости чертежа, ее реальное положение определить невозможно, так как она колеблется в зависимости от реализуемой нами жизненной программы и отклоняется в сторону какой-либо из осей. Анализируя свое окружение по преобладанию определенных типов ИМ, можно сказать, какая именно жизненная программа реализуется на данном этапе вашей жизнедеятельности. Полная развертка типа ИМ выглядит так (на примере):



Символами наших плюс-ценностей мы "являемся для себя сами. Даже самый заядлый скептик имеет плюс-ценностей больше, чем минус-ценностей, другое соотношение между ними означало бы, что человек постоянно думает о себе плохо, а это уже патология. Если нас окружают люди с тождественным типом ИМ, это означает, что мы заняты укреплением своих позиций, самоутверждением.

Символами наших желаний и плюс-мотивов являются наши дополняющие. Именно поэтому двум дуалам настолько хорошо вместе, что ничего другого и не нужно. Если вас окружают дуалы - вы отдыхаете.

Символами наших плюс-требований, идеальными сотрудниками в работе являются наши "зеркальные". Если в вашем окружении преобладают люди с зеркальным для вас типом ИМ, то ваша жизненная программа находится в фазе активной выдачи продукции (реализации).

Символами наших проблем являются наши активаторы. Если в вашем окружении преобладают именно они, то для вас настало время осмысления. Символами ваших минус-ценностей являются ваши противоположные типы. Таким людям жить вместе просто невозможно, быт превращается в кошмар. Целесообразно разойтись в пространстве. Что интересно: для противоположных типов характерна очень глубокая тяга друг к другу и понимание в самой глубокой сути. Если вокруг вас концентрируются люди с противоположным типом ИМ, важна жизненная позиция - "уйти от быта". Тип, противоположный вашему дуалу, воплощает ваши "не хочу", ваши страхи и то, что вы избегаете, что не хотите в этом мире видеть и признавать. Если вокруг вас собрались такие типы, вы заняты проблемой выживания, вы обороняетесь.

Тип, противоположный зеркальному, воплощает ваши минус-требования, ваши "не надо". С таким человеком хочется бороться и, если рядом такие люди, - вы заняты борьбой, опровержением, вы учитесь побеждать. Тип, противоположный вашему активатору, - ваш гаситель, он переводит вас на рельсы реальности, говоря о том, что пришла пора принимать решения, пришел момент выбора, момент превращения множественного будущего в единичное прошлое. Общение с конфликтным типом требует от вас осознанных, практических решений.

Надеюсь, вы не станете отрицать, что соционика - очень удачный способ видеть то, что реально существует. Неоднозначность отношений имеет позитивное значение для вас лично, вам выгодно находится со всеми в диалоге - это увеличивает вашу самореализацию. Человек состоит из людей, и пытаться решать проблему саморазвития без понимания этого момента - бесполезное занятие. Если вы поймете, что каждый человек пришел к вам, чтобы рассказать о вас, вы сможете многое узнать о себе, и такая позиция принесет вам огромную пользу.

ПРОБЛЕМА РАСТОЖДЕСТВЛЕНИЯ

(Личность и сознание)

Каким же образом добиться растождествления с инструментальной частью сознания?

Дело в том, что с точки зрения западной культуры сознание – самая важная часть человека. Если проводить аналогию с восточным делением "тело, душа, дух", то сознание и есть воплощение этого самого духа. Тем более, что идеальные потребности, удовлетворяющиеся идеальными объектами, содержатся в сознании, и общий прогресс развития человечества заключается в том, чтобы все большее количество людей имело возможности удовлетворить свои духовные потребности.

Но пока не удовлетворены биологические, сложно обеспечить развитие социальных потребностей, а пока не удовлетворены социальные, сложно обеспечить массовое развитие духовных потребностей.

Для удовлетворения идеальных потребностей нужен досуг, то есть время, свободное от занятий по удовлетворению других потребностей.

Зная путь духовного развития человечества, мы можем сказать, что оно все-таки находило возможность реализации этих потребностей. Чем больше мы знакомимся с древнейшими искусством и наукой, тем больше понимаем, что умственные способности и духовные запросы наших далеких предков были достаточно высоки и разнообразны. Доминирование духовных потребностей может возникнуть и в ситуации совсем не благоприятной. Однако всегда находились люди, для которых эти потребности были главными. Именно они и разрабатывали те системы, на которые сейчас, в конце XX века, мы вновь обратили внимание в поиске ответа на проблемы нашего сегодняшнего дня.

Одна из наиболее существенных примет нашего времени - впервые человечество перешло из мира вещей в мир процессов. Раньше человек рождался и умирал практически в одном и том же мире. Он жил в мире вещей. В наше время человек рождается в одном, а уходит из жизни практически в ином Мире.

Процессы, сменявшие друг друга раньше в течение тысяч, сотен лет, меняются сегодня через десяток-другой лет. То, что было четверть века назад событием, – сегодня бытовой факт.

Быть современным человеком в нашем понимании - это все время изменяться вместе с Миром, в котором ты живешь, синхронно с протекающими в нем процессами.

Давайте теперь посмотрим, какими же резервами мы обладаем для того, чтобы, прожив сорок тысяч лет сознательной жизни в мире вещей, приспособиться к жизни в мире процессов.

От рождения и до 14 лет (в среднем) человек адаптируется за счет внешних воздействий, основную энергию он получает из внешнего Мира, из окружающей среды. С 14 до 25 – 27 лет (в среднем) человек живет на энергии индивидуальности (включая потребность в продолжении рода). На энергии индивидуальности человек делает все то, что называется самоутверждением. К 26 годам индивидуальность, как двигатель, выключается. После этого энергию для адаптации, преодоления всяческих препятствий начинает, давать личность. Появляется прочная структура общественных отношений, определяется позиция в социуме, реализуется то, что получено на предыдущем этапе. Этой энергией человек живет до 37 – 40 лет. Итак, до 14 лет – детство (у меня обязанностей нет – общество обязано вырастить меня); после первого кризиса, с 14 до 25, – человек должен, прежде всего, выполнить как биологическое существо одну из своих главнейших функций – продолжить род; с 25 до 37 лет – должен вернуть обществу все, что оно ему дало как личности. Кризис тридцатисемилетних – один из тяжелейших, потому что дальше общепризнанных адапционных механизмов нет.

С этого возраста есть только один двигатель и одна сила – сущность. И если в этот кризисный момент человек не имеет возможности активизировать силу своей сущности

как ведущей части себя, он начинает движение назад, становится консервативным. Остается только одна функция – сохранение опыта.

Раньше так и было - старики жили для сохранения социального опыта, они обучали молодых. Теперь же, в мире процессов, к моменту кризиса собранный нами опыт большей частью уже устареваает. Он только тогда ценен, когда содержит внутри себя открытую структуру, когда может измениться.

Это дает только система, построенная на сущности. Здесь – ключевой момент.

Вышесказанное имеет непосредственное отношение к сознанию. Накопленная информация – определенная программа. Тот, кто ее воспримет, будет регулировать свою судьбу с этой точки зрения. Дело в том, что механизм индивидуальности и личности рано или поздно автоматически выключается. А механизм сущности сам по себе не включается. Необходимы растождествление с инструментами, напряженная работа.

Ё этот момент очень сложно обрести свою жизнь. Иногда, благодаря накопленному на предыдущих этапах, можно еще потянуть, прячась за иллюзию. Но эти запасы неминуемо истощаются. В итоге возникает то, что мы с вами называем "живой труп".

Теперь посмотрим, чем мы можем сами себе помочь?

Необходимо, естественно, исходить из того, что проблема взаимоотношения с миром процессов находится в области нашего сознания. Если на первом этапе (1 – 14) сознание впитывает, на втором (14 – 25) – добывает информацию, на третьем (25 – 37) – реализует ее, то есть действует, то дальше оно становится бездейственным.

Наполнение. Добыча. Реализация. Три этапа, три основные направленности сознания, три кризиса смысла жизни. Теперь понятно, что если на втором этапе я добыл большое количество информации и если эта информация на этапе реализации еще не устарела, то третий этап я могу растянуть на довольно долгий срок. Примеров этому много, особенно, среди ученых.

Но вот реализация осуществлена. А что дальше? Дальше остается то, что соединяет нас с нашими предками на протяжении всех тысячелетий существования человечества.

Мы читаем древнейшие источники индийской культуры и понимаем их. Мы можем сопереживать, наслаждаться. Мы постигаем проблемы тех людей, важные и для нас, видим, что решать их они умели так же, как и мы. А древнее искусство? Какой вершины мысли, обобщений, проникновения в природу живого и неживого достигли наши предки!

К последнему этапу остается целый человек и целый Мир.

Цельный!..

Сущность по своей природе интегрирует самые общие воздействия окружающего Мира на человека. Такие же воздействия происходят и в обратную сторону, то есть на Мир.

Итак, на четвертом этапе неизбежно приходим к тому, что у нас остается одно - целостное восприятие Мира и Диалог с ним.

Если этот этап начнется. Если человек осознает свою целостность и обратится к духовной деятельности.

Этот этап мы называем бытием.

И тогда это имеет ценность для всех. В любом, самом быстром изменении есть вечные проблемы. Проблемы бытия как такового, проблемы целостного человека в целостном Мире.

Их человек и осмысливает на всех уровнях - от житейского здравого смысла до высот философии - потому что, пройдя все предыдущие этапы, он прошел кратко всю историю человечества, а следовательно, всю историю человека. И если человек от своего личного опыта сможет перейти к обобщению, он тогда будет интересен до самого конца.

У древних эти этапы были выражены четко. К 45 годам мужчина, завершив земные дела, оставлял все и уходил в лес, в горы - к духовным делам. В наше время внешне все не так, но тем не менее те же этапы прослеживаются четко. То есть они имеют объективное содержание. Обнаруженные эмпирическим путем очень давно, они остаются и сегодня,

отражая объективную природу человека, природу его психики. И определяются именно развитием содержания сознания.

Если к 37 годам человек не имеет развитого самосознания, то выйти из этого, третьего, кризиса смысла жизни ему бывает очень трудно. Количество роковых происшествий с тридцатисемилетними необозримо: Моцарт, Чюрленис, Пушкин...

Что же происходит с самим сознанием?

Код, который должен бы меняться в соответствии с окружающим миром, консервируется, становится все менее соответствующим, пропускная способность его уменьшается. Он перестает пропускать через себя информацию, необходимую для удовлетворения наших, растущих по качеству, потребностей. Количество нереализованных потребностей увеличивается.

В силу общей установки, что человек - это личность, что он должен прежде всего функционировать в этом качестве, мышление забирает на себя все большее количество энергии по отношению к пространству сознания. Аспект функционирования все больше доминирует над аспектом организации, и в итоге происходит разрушение пространства сознания.

Исчерпав себя на аспекте функционирования, мы обращаемся к аспекту организации. Но и там, вместо целого, имеем лишь один, может быть, относительно и большой, но узко специализированный кусок и еще кусочки - клочки одного, другого, третьего...

И построить новую, более широкую модель потребного будущего у нас уже нет возможности. В запасниках, кроме личного опыта, ничего, а личный опыт, как бы он ни был хорош, не переведенный в обобщение, никому не нужен. Эту ненужность трудно осознать, и часто, чтобы хоть как-то его применить, мы начинаем навязывать своим детям в качестве плюс- или минус-идеала: "живи, как я жил", или "не живи, как я жил", преподнося им не причины наших бед и побед, а сами беды и победы, которые уже (в мире процессов) безнадежно устарели.

За счет чего же личный опыт можно перевести в план бытия?

За счет целостности. Когда мы обнаруживаем в частном проявление общего.

Но какая же целостность, если пространство с сознанием разрушено? Поэтому план действия, составляющего четвертый этап, такой: сознательная организация структуры потребностей; работа над целостностью пространства сознания; работа над управлением мыслительным процессом; работа по растождествлению с сознанием как инструментом. Казалось бы, в этом человек и должен проявить себя, но как раз именно здесь он чаще всего оказывается несостоятельным.

Вот каким образом жизнь этого инструмента связана с этапами нашей жизни.

Решение проблемы раз и навсегда состоит в том, чтобы растождествиться. Потому что все остальные меры - только оттяжка, более или менее временная.

Иначе, не растождествившись, находясь во власти умозрения, во власти привычки играть мыслями, как игрушками, во власти безостановочной игры словами, понятиями, умственными упражнениями, игры, которую мы не можем остановить из-за того, что видим в ней выражение времени своей жизни, ощущение субъективного процесса жизни, - мы так и не шагнем на четвертый этап.

Нет у отдельно взятого мышления никакой другой функции, кроме обслуживания наших потребностей.

Известны два варианта растождествления с сознанием.

Первый: постепенное изучение его, проникновение в специфику; понимание структуры, способа развития; применение специальной методики для расширения кода, для увеличения целостности пространства. Все это очень хорошо, но преследует в основном цель совершенствования инструмента, и растождествление на этом пути, хотя и может произойти, требует очень долгого времени.

Второй вариант - путь, непосредственно ведущий к растождествлению (описан во многих эмпирических учениях). Состоит он в том, что мы специальным усилием становимся в позицию наблюдателя по отношению к деятельности своего сознания.

Первый способ, естественно, тоже ставит нас в позицию наблюдателя - ведь для того, чтобы что-то изучить, надо на это посмотреть со стороны. Но тут есть качественное отличие: если первый вариант ведет от частного к общему, то второй - от общего к частному.

Второй вариант построен на принципе медитационного растождествления. "Ежедневно я посвящаю определенное время тому, что наблюдаю деятельность своего сознания и делаю это до тех пор, пока она не прекратится сама собой".

При спокойном наблюдении за потоком сознания, без дополнительных импульсов, этот поток постепенно останавливается, исчерпывает себя. В состоянии сосредоточения, отключения от воздействий внешней среды мы сможем наблюдать процесс в его естественном проявлении. И остановить поток сознания до достижения покоя, тишины. (Вспомните наше базовое упражнение на созерцание.)

Для достижения желаемых результатов необходимо также рассмотреть проблемы взаимоотношений сознания и личности.

Мы знаем, что сознание есть базовый инструмент личности.

(Базовый - не значит единственный, психоэнергетика и тело тоже участвуют в создании объема общественных отношений, но под командой сознания.)

Личность - это только часть нас.

И пока вы не сумеете реально отказаться от отождествления своего "Я" с личностью, никакого растождествления быть не может.

Отсюда ошибочная позиция тех людей, которые обращаются к специальной литературе и, ознакомившись в ней с техникой медитации, пытаются сами добиться реальных результатов. Личность, будучи заместителем всего человека, не даст ничего с собой сделать, не отдаст добровольно свою власть над ним.

Для человека, живущего интенсивной социальной жизнью, потребности тела, как они считают, - помехи. И он делает шаг к перечеркиванию, "обрезанию" собственной индивидуальности. "Зверь" ему кажется странным, он его боится.

Сущность мешает еще больше. Потому что когда я выхожу на уровень целостного восприятия Мира, когда передо мной раскрываются глобальные проблемы человеческого бытия, мне кажется мелким все то, что я должен делать каждый день. А не делать не могу...

Значит, сущностный уровень - это тоже "плохо", его надо перечеркнуть, что, как известно, и делается.

И тогда остается только личность - вот идеальная модель, тайная идея! Если бы, мол, была только она, как все было бы замечательно!

Так получается отчуждение человека от самого себя. Он начинает воспринимать себя только как рабочую силу. Ту часть себя, которую человек отдает обществу как рабочую силу, и называет самим собой. Отрицая свою природу, свою духовную сущность.

Этот процесс, о котором еще в прошлом веке писали Маркс и Энгельс, превратился из общефилософской в реальную проблему наших дней. Причем "виновник" его уже не эксплуататорское государство, а мы сами. Потому что это престижно, потому что человек оцениваем прежде всего по этому критерию. Сейчас мы спохватываемся - рождаемость уменьшается, семьи, целостность человеческого существа разрушаются, торжествуют жестокость, насилие, растет количество психических заболеваний. Откуда все это?! Ах, охрана окружающей среды! Среду защищаем, сами же живем так, как и раньше. Но ведь это две параллельные проблемы: окружающая среда не выдерживает нашего насилия, и природа человека тоже не выдерживает (экология человека). И самое главное, что насилие чаще всего - в нас самих. У нас же есть время, мы можем его найти, чтобы реализовать жизнь индивидуальности и сущности. Но мы - "горим" - спешим, ни о чем другом думать

не можем, не даем себе права. А ведь и личность от этого не становится богаче, она сама, поставленная нами в столь обособленное положение, начинает разрушаться.

Необходимость целостности, даже после столь короткого объяснения, думаем, очевидна всем. Но реализовать это очень трудно. Люди так судорожно цепляются за свою личность, как будто ее у них отнимают. Да нет же! Просто надо все четко осознать: да, личность - аспект функционирования, не менее, но и не более того. Жизнь личности - часть бытия, но не все бытие.

Итак, первый момент - это понимание того, что личность есть только часть целого существа.

Поскольку базовым инструментом личности является сознание, то все основное в поведении личности определяется двумя факторами:

1. Содержание и структура сознания.
2. Практика (социальная).

И тут возникает ключевой момент взаимоотношений науки и ненауки. Прежде всего, напомним, что в древних эмпирических учениях вопрос социальной практики часто уничтожался религиозным содержанием. Естественно, это для нас неприемлемо.

Мы не можем и не хотим отменять социальное бытие, но мы можем воздействовать на себя, изменить структуру и содержание сознания и таким образом повлиять на практическую деятельность личности.

Это непростая задача. Для человека, состоявшегося как личность, вопрос решается проще - он свою социальную миссию так или иначе выполнил.

А людей молодых решение этой задачи часто приводит к отрицанию социальной практики, асоциальному поведению, таким образом - к дискредитации идеи, поскольку отказ от функционирования также нарушает целое.

Наша же задача, чтобы гармонично реализовался целостный человек.

Если я принял то, что личность только часть меня целого, то я, естественно, прихожу к выводу, что и сознание - не единственный инструмент, которым я воздействую на объективную реальность и познаю ее. За сознанием, как и за любой частью меня, есть интегральное целое - Я. Оно воспринимается через самосознание.

ПОТРЕБНОСТИ **(Основные проблемы их удовлетворения)**

1. Биологические потребности. К этому классу относятся потребности, удовлетворяемые материальными объектами.

Наибольший конфликт здесь лежит в удовлетворении потребностей в безопасности и территории - на сегодняшний день это наиболее трудно осуществимо по различным социальным причинам, и еще потому, что, относясь к телу как к "зверю", то есть относясь к телу со страхом, люди игнорируют его потребности, тем самым разрушая собственный фундамент.

Есть такая современная притча.

"Учитель,- обратились люди к духовному человеку,- мы хотим идти твоим путем. Мы хотим жить духовно".

"Есть ли у вас квартира? Есть ли у вас работа? Есть ли у вас деньги на жизнь?"

"Нет".

"Устройтесь сначала, а потом приходите",- был ответ.

Устроиться, реально обрести безопасную, принадлежащую только вам территорию, сделать это в соответствии с качеством вашей личной биологической потребности, не снимая и не идеализируя этот момент,- вот что предлагает система человеку.

Однажды решив, что же именно необходимо вам, дабы удовлетворить потребности в территории и безопасности, вы увидите, что надо в общем-то немного, и, оттолкнувшись уже от этого, найдете обязательно вариант реального решения проблемы.

Часто люди, у которых ущемлена эта потребность, бросаются в толпу, в общение, ибо в толпе человек как единичный объект растворяется и от этого чувствует себя в большей безопасности, но, к сожалению, даже добившись этой иллюзорной безопасности, не может действовать, потому что его нет, а любое заявление, что "я есть", разрушит этот красивый самообман.

Или другой вариант: мы ищем пару, находим, и это тоже дает нам кратковременный покой. Кратковременный, потому что при первом же явном эмоциональном спаде в этих отношениях наши нерешенные проблемы обрушиваются на нас с удвоенной силой и часто полностью перечеркивают все то, что нами в паре уже создано, и даже саму пару.

То есть вы понимаете, что только конкретное реальное решение всех проблем, связанных с базовыми биологическими потребностями в безопасности и территории, позволит вам идти дальше.

2. Социальные потребности удовлетворяются социальными объектами.

Базовой является потребность в эмоциональном контакте - она как бы переходная между биологическими и социальными. Из нее развиваются остальные социальные потребности, такие, как потребность в "Мы", потребность в социальной территории, в социальном статусе и другие. Для ее удовлетворения общение должно проходить на неформальном уровне, когда человек принимает человека таким, каков он есть, со всеми его плюсами и минусами.

Это невозможно в формальной ситуации, например, на работе. Там от человека требуют только функциональной активности, он вынужден проявляться не целостно, не естественно и свободно, а в соответствии с правилами и обязанностями.

В таком случае, казалось бы, лучшим местом для эмоционального контакта является семья - общность, лишенная формальных отношений. Но и это не так.

Он и она приходят в семью отдыхать от напряженной деятельности на работе, но, не умея с этой деятельностью растождествиться, все равно приносят домой мир формальных отношений и уже не могут принять партнера таким, каков он есть, а стремятся его изменить в соответствии с представлением о нем, стремятся навязать ему определенную, строго фиксированную функцию.

Еще один пример. Многие пытаются удовлетворить потребность в эмоциональном контакте, обожествляя собственных детей. Но, принимая ребенка таким, каков он есть, вы не сможете его воспитывать, то есть изменять; воспитывая же, лишаетесь возможности удовлетворить потребность в социальном контакте.

Испытывая этот дефицит, люди часто пытаются подменить эмоциональный контакт контактом на уровне сознания, что является проявлением потребности в социальной территории.

Что же можно предложить в качестве решения проблемы? Легче всего это сделать в компании друзей, где вас принимают таким, какой вы есть, где вы можете осуществляться бесконтрольно. Но это случается редко, так как здесь необходима двухсторонняя связь. Ведь и вы в ответ, для сохранения этой ситуации во времени, должны отвечать тем же, принимать людей такими, какие они есть.

Несомненно, можно искать таких людей методом проб и ошибок. Вдруг да повезет. Но все же лучше, как и с биологическими потребностями, попробовать решить эту проблему сознательно.

Объективно оценив, какое качество эмоционального контакта вас удовлетворяет, попробуйте поискать ситуацию, соответствующую этой норме.

Метод проб и ошибок, на наш взгляд, плох именно тем, что следствия хаотичного поиска решения - долги по обязательствам, розданным направо и налево, могут превысить ваши возможности, то есть начать разрушать психику, приведя к тяжелой эмоциональной депрессии. Примеров тому немало.

3. Духовные потребности. Удовлетворяются духовными объектами, базовая потребность - это потребность в новой информации, проявление которой можно увидеть да-

же у грудных детей. И если уже в этом возрасте не обеспечить ребенку возможность такую информацию постоянно получать, то он вырастает, как правило, слабо развитым интеллектуально.

Существует важное различие между двумя первыми группами потребностей и этой. Если биологические и социальные потребности практически насыщаемы, то духовные "принципиально не насыщаемы" (П.В.Симонов, П.М.Ершов).

Объективно рассматривая ситуацию в Мире, можем сказать, что далеко не всегда и не везде сейчас есть реальная возможность для удовлетворения духовных потребностей. Многим людям в течение жизни так и не удается к этому приступить. Поэтому мы вправе утверждать, что своей видовой завершенности человек, в отличие от других видов жизни на Земле, еще не достиг.

На сегодняшний день основная проблема, возникающая при удовлетворении идеальных потребностей, - конфликт знания и бытия.

Сложность здесь часто оказывается в том, что, проиграв ситуацию в свой субъективной реальности, человек оказывается все же не в состоянии совершать реальные поступки.

Тут нам на помощь может прийти другой человек, которому мы, изначально доверяя, отдаем право быть нашим зеркалом, судить нас, у которого просим помощи. Во всех древних и не древних учениях этот человек называется Учитель, Помощник, Проводник.

И из истории, из огромного множества примеров известно, что только при наличии такого Другого может состояться реальное движение на Пути.

Потребности и регулирующие страхи

Все древние системы психорегуляции имели одну и ту же направленность. Они исходили из определений о человеке как о целом и давали ему средства осознать, что есть "Я" и как вырваться из тюрьмы отождествлений.

Основная проблема психорегуляции - это проблема встречи с самим собой. В чем сложность?

Человек разумный как продукт эволюционного развития есть существо незавершенное, ему всего лишь 40-60 тысяч лет. Он в процессе развития, и если мы хотим что-то понять в себе, то должны посмотреть на человека с точки зрения этого процесса.

Что сейчас с нами происходит? Мы мечемся между двумя полюсами: манией величия и комплексом маленького человека, и в этом причина многих наших внутренних конфликтов, в этом - проблема.

Мы хотим быть "экстрасенсами", чтобы как-то удовлетворить себя, избавиться от внутренней тоски, чувства неполноценности и недореализованности. Но в реальной жизни очень мало точек приложения для подобных функциональных способностей. И этой системой мы занимаемся не для того, чтобы стать "экстрасенсами", но чтобы стать художниками и творцами собственной жизни.

Проследим процесс развития человека от момента его рождения. Понаблюдаем за детьми: они живут совсем иначе, чем взрослые, они вбирают в себя информацию и при этом пребывают в состоянии целокупного бытия, не противопоставляя себя окружающему Миру. Получая образование, взрослея, человек переходит к стандартным формам жизни и становится "владельцем "хаотичного" сознания. Он словно "засыпает", все более попадая во власть различных шаблонов. Теперь разбудить его могут только нестандартные ситуации, препятствия, именно они не дают нам заснуть окончательно.

Но в то же время именно взрослый человек может сознательно проделать путь к целокупному бытию и все, что он найдет на этом пути, найдет, сознательно соединившись с Миром, вступив с ним в Диалог.

Размышления о целом - один из моментов, часто активизирующих страх. Дело в том, что человек 40 тысяч лет занимался вычленением себя из Мира, он боится своей целостности, своей неразрывности с миром и потому отгородился от Мира множеством различ-

ных "заборов". Не каждый из нас способен от них освободиться. Надо хотеть этого и знать, как это сделать. Некоторые "заборы" уже отжили, потеряли свое первоначальное значение и только мешают современному человеку. Некоторые должны быть, они играют охранную роль в нашей жизни, ибо человечество не готово к массовому "выходу в бесконечность". Большинство просто не выдержит этого.

Как же быть с нашими "заборами"?

Необходимо осознать себя, свои охранные механизмы через осознание исторического пути человека. Сорок тысяч лет назад - это природное существо, растворенное в окружающей среде. Но вот оно начинает ощущать себя отдельным от внешнего Мира. Появляется "Я" и "не-Я", и это приводит человека в ужас. Песчинка и Вселенная. Эхо этого ужаса живет в каждом из нас, мы редко позволяем себе помнить, что есть Я и есть Вселенная. Зарождение сознания с точки зрения психических переживаний - огромная тяжесть. Образ и слово, целостности сознания еще нет (только голос вожака как точка опоры). И человек прячется за Мы или за он ("Папа"). Ведь "Я" и "не-Я" - это напряжение. Все "загородки" внутри были нужны, чтобы психика выдержала зарождение сознания, ибо это очень тяжелый груз.

Мы и сейчас удивляемся тому, кто много думает, читает, "философствует". Мы говорим ему: "Сойдешь с ума, пойдешь погуляй". Чаще всего мы эти "загородки" сами не строим, мы их получаем в процессе социализации. И чаще всего наше "Я" - это фикция, за которой всегда стоят "Мы" или "Он".

В наше время мы чаще больше боимся того, что не будем соответствовать общепринятому образу, чем тому, что умрем от голода. Ибо сейчас у большинства доминируют социальные потребности. (На идеальные пока спрос гораздо слабее.)

Удовлетворение потребностей приводит к поиску своей территории согласно территориальному императиву.

При удовлетворении биологических потребностей борьба за территорию выражается в необходимости иметь личное пространство (комната, квартира, дом, дача и т.д.). Эта потребность является базальной, и, лишая детей личного пространства, вы почти необратимо искажаете их психическое развитие.

При удовлетворении социальных потребностей мы стремимся иметь свой "круг признания" - такое окружение, в котором нас считают "хорошим". Семья - это место, где человека уважают больше, чем в любом другом месте (в идеале, конечно), - то есть она может быть стабильным кругом признания. К социальной территории относится и "круг отождествления". Это те и то, с кем и с чем мы себя идентифицируем, это наше "Мы". "Круг значимости" определяется престижностью профессии, занятия, должности, моим местом в социальной иерархии. Это очень важно для человека - быть социально значимым в том или ином масштабе.

Эти три круга позволяют нам самоопределиться в социуме, и если человек не находит этого дома и на работе, он уходит в другие социальные пространства.

Удовлетворение идеальных потребностей связано с нашим жизненным миром - это тот реальный контекст, та часть объективной реальности, на фоне которой мы себя воспринимаем. На фоне какого масштаба вы себя обычно воспринимаете, - это и есть ваша территория в Мире.

В качестве примера можно назвать Циолковского, Чижевского, Вернадского. Они создали основы космического мышления. Циолковский жил во Вселенной и мыслил в ее масштабах, Чижевский, "как дома", ощущал себя в Солнечной системе, планетарный масштаб Вернадского позволил ему создать учение о ноосфере. Это их территория в Мире. А какая территория у вас? На каком фоне вы реально себя воспринимаете?

Если вы реально воспринимаете себя частью человечества, то это и есть ваш Мир, ваша идеальная территория, ваш дом.

Удовлетворение потребностей не может быть "бесконечным", оно регулируется активацией базальных страхов - они и есть наши "заборы".

На уровне биологических потребностей таким регулятором выступает страх самого себя. Мы боимся, что не то скажем, не так выйдем, потеряем друзей, произведем плохое впечатление. Это страх остаться одному, наедине с Миром и собой.

На уровне идеальных потребностей регулирующим является страх бесконечного (страх сойти с ума). В этом месте мы стараемся быть очень защищенными. Скрытой формой этого страха являются бреды преследований, воздействий и т.д. Здесь важно понять, что то, чего мы боимся, это на самом деле не сойти с ума, а потерять самоидентичность. Это страх перед масштабом Мира.

Схема регуляции поведения

группы потребностей	территориальный императив	регулирующие страхи
идеальные	"мое место в мире"	страх бесконечности
социальные	"мой статус"	страх самого себя
биологические	"моя территория"	страх конечного

Есть разные картины Мира, которых мы придерживаемся, независимо от того, осознаем мы их или нет. Например:

1. Пространство точно, время протяженно.
2. Время точно, пространство протяженно.

От этого зависят особенности нашего восприятия реальности. Часто причиной активации страхов является несоответствие между уровнем притязаний и уровнем ожиданий.

Уровень притязания – это то, чем я хотел бы быть.

Уровень ожидания – это то, чего я от себя требую.

Несоответствие этих уровней - причина многих психических патологий. Для психического здоровья лучший вариант, когда уровень ожидания превышает уровень притязания.

Помните правило: всегда играйте на снижение, и ваша психика будет здоровой. И если вы даже в шутку повысили ваш уровень притязаний, то в шутку же повысьте уровень ожидания.

Это ваша повседневная психологическая помощь себе.

РАЗВИТИЕ ИНСТРУМЕНТОВ И ИГРА

Воздействуя на аспект организации - на тело, мы ничего особенного сделать не можем. В нашей культуре нет возможности посвятить себя телу так, как того требует, скажем, хатха-йога. Те, кто занимаются телом постоянно, вынуждены делать это в силу профессиональной необходимости. К числу таких людей принадлежат цирковые артисты, спортсмены, танцоры и т.п. Но их подготовка выглядит, как обыкновенная дрессура, как разучивание определенных навыков, при этом тело как целое может этой дрессурой не охватываться (принцип целевой функциональности).

Что касается развития сознания как инструмента, то здесь большинство считает, что все в нашем сознании предопределено или природой, или обстоятельствами. Мы несколько мистифицируем свое сознание, считая, что с ним в принципе мы ничего сделать не можем, разве что развить свою память, что-то дополнительно выучить и т.д. В этой области нет профессионалов, поэтому-то у нас нет "интеллектуальных родео" (исключение - телевизионное "Что? Где? Когда?").

Отсюда мистическое отношение к феноменам, демонстрирующим быстрый счет, огромную память и т.д. Примеров профессионального отношения к своему сознанию мы не имеем, потому и не знаем, как надо относиться к своему сознанию профессионально. Это

обусловлено процессом эволюционного развития человечества: наше сознание еще молодо, оно находится в процессе становления и завоевало ведущее положение относительно недавно. Однако во все времена существовали люди, которые пытались инструментально подойти к сознанию (например, интеллектуальные традиции Тибета). Об интеллектуальных играх вы можете прочесть в романе "Игра в бисер". Но это как исключение, а правило в том, что большинство на данном этапе развития не в состоянии воспринять свое сознание как инструмент и потому так прочно с ним отождествляется.

Хотелось бы, чтобы в процессе нашей работы нам удалось сделать этот технологический шаг по отношению к нашему сознанию, увидеть инструментальность сознания и научиться пользоваться им как инструментом. В этой работе очень большие перспективы.

Что касается психоэнергетики (аспекта связи), то здесь даже и определения однозначного нет. Мы называем это и эмоционально-волевой сферой, и эмоционально-чувственным миром, и психической энергией и т.п. Как к этому относиться? К этой сфере профессионально относятся в актерской профессии, но актерство – это же не для жизни. В быту мы считаем игру неискренностью, а может быть, просто не можем играть, нет избытка чувств? Наша эмоционально-чувственная сфера, увы, бедна. Мы, общаясь друг с другом, пытаемся чуть ли не полностью исключить эмоции, а это приводит к искажению целого, часто служит причиной появления необоснованной агрессии, жестокости, бесчувственности.

По потенциальным возможностям эмоциональной сферы мы можем сравниваться с органом, хотя чаще похожи на расстроенный рояль, у которого шестнадцать клавиш западают и сорок струн порваны.

Достаточно вам развить свою чувствительность, и вы сойдете за "экстрасенса", если развить эмпатию до нормального состояния, то вы уже "телепат". Но наша цель – не функциональная исключительность, а целостное развитие, и если вам удастся отнестись к психоэнергетике по-рабочему, то это станет возможным. Станут возможными качество органа, и чувства, и эмоции, подобные музыке Баха.

Система работы с психоэнергетикой, построенная на языке уровней и ритмов, направлена именно на это: на развитие психоэмоциональной сферы как опоры объемного переживания реальности.

Практическое использование языка уровней-ритмов позволяет манипулировать своим состоянием, реально менять свое поведение, творить музыку переживания.

При развитии психоэмоциональной сферы приобретает первостепенное значение такое ее качество, как устойчивость. Ведь то, что мы называем в быту "порчей" или "сглазом", – это следствие психологической неустойчивости человека. Что-то производит свое действие и фиксируется в вас, помимо осознания, – вот вам и "порча".

Устойчивость к воздействию внешней среды зависит от диапазона вашего поведения. Если вы жестко закреплены за своим диапазоном (типом ИМ, доминантой, типом темперамента и т.п.), то любой выход за пределы вашего диапазона будет травмировать вашу психику.

Проблему стрессоустойчивости можно рассмотреть как проблему расширения диапазона. С возрастом уязвимость человека повышается, так как диапазон все больше закрепляется и даже сужается.

Применяя игровое поведение, играя в другие типы, в непривычные для вас состояния, способы реагирования и действия, вы получаете возможность осознанно расширить свой диапазон, повышать устойчивость к изменяющимся аспектам реальности.

Игра формирует навык творческого взаимодействия с реальностью, снижает пороги страхов, дает возможность предпочесть развитие адаптации.

О проблеме интровертированности и экстравертированности

Наша задача состоит в том, чтобы получить навык, который в дальнейшем позволит самостоятельно регулировать наше психическое состояние. Это - сложная задача. И для ее решения вы должны получить технологические средства, которые помогут достичь того, чего вы хотите. Основным активным средством в нашей работе является осознание, формирование правильного представления о человеке, о Я-концепции, о моментах коммуникационного взаимодействия. Ситуационное обучение нам пока недоступно, и единственная ситуация, которую мы сейчас используем, – это ситуация информационной нагрузки.

Наша работа направлена на осознание – и это наша ситуация на данном этапе, потому что при ситуационном обучении без осознания приобретенные навыки быстро теряются. Обучение, построенное только на переживании, но без осознания, не дает навыков для дальнейшей жизни.

Для многих из вас проблемной является ситуация публичности, когда вы должны действовать на виду у многих людей. Как научиться быть максимально эффективным в такой ситуации? Есть простые правила, которые следует соблюдать.

Во-первых, нужно познакомиться с партнером. До того как начать действовать, взгляните внимательно в аудиторию, подумайте о ней, пусть у вас сформируется хотя бы туманный, но целостный образ вашего партнера.

Культивируйте уважение к ситуации, в которую вы входите, и если вы хотите быть эффективным, не вламывайтесь в нее. Сначала увидеть, услышать, подумать - и только потом действовать.

Еще до выхода в аудиторию подумайте, кто там может быть, каков интерес, какое отношение к вашей теме и т.д. Это подготовительная работа.

Среди вас очень высокий индекс интровертированности – погруженности во внутренний мир. Это способствует снятию психологического напряжения перед изменчивостью объективной реальности, повышает чувство собственной стабильности. Но в то же время препятствует живому диалогу, ибо не позволяет существовать адекватно живой непредсказуемости поведения партнера и заменяет внимание к партнеру (как меня понимают?) вниманием к себе (точно ли я говорю?).

В природе существуют два основных способа реагирования живых существ на угрожающую ситуацию:

1. пассивно-оборонительный,
2. активно-приспособительный.

У каждого из нас это врожденный механизм, но каков он у конкретного человека? И надо ли вообще знать об этом? Будет ли такое знание силой?

Дело в том, что любое действие (саморегуляция, развитие и т.п.) возможно только тогда, когда существует этот Сам, имеющий о себе объективное знание. Мы же зачастую не хотим знать о себе того, что в нас есть по-настоящему отрицательного, мы любим обманываться и знать только то, что считаем хорошим. Мы почти не стремимся постичь о себе правду.

Между пассивно-оборонительной реакцией и интровертированностью есть прямая связь. Если на уровне физиологии в угрожающей ситуации при таком типе реагирования наступает ступор, освобождение кишечника и другие физиологические реакции подобного типа вплоть до анабиоза, то на психологическом уровне эту роль играет позиция интровертированности: "Я максимально защищаюсь, отгораживаясь от ситуации, которая меня не устраивает, я ухожу в себя".

В свое время такой способ защиты был хорош, эффективен. Тогда человечество жило в мире стабильном, в мире вещей. Сейчас мы с вами живем в мире процессов, приходим в постоянно изменяющийся Мир и не можем законсервировать его привычную картину.

Но наш "фундамент" – здравый смысл. А с точки зрения здравого смысла мы должны иметь стабильную картину Мира, пытаемся остановить процесс: "Остановите Землю, мы хотим сойти на этой остановке!"

В мире процессов интровертированность мешает, ибо с ее помощью психологическое напряжение не снимается. И если биологическая реакция на стресс – врожденная и практически не поддается коррекции, то психологический способ реагирования коррекции поддается.

Наша психика намного мобильнее, и мы можем выработать у себя нужные способы реагирования на ситуацию.

Вступая в ситуацию Диалога, нужно сознательно экстравертироваться, максимально раскрываться для внешней ситуации, иначе мы реальной ситуации так и не увидим, внимание останется направленным в основном на себя.

Поэтому проблему Диалога мы можем рассматривать еще и с точки зрения соотношения экстравертированности и интровертированности.

Чем человека привлекает состояние интровертированности? В этом состоянии он более точно выражает субъективный мир, более независим в эмоциональном плане, воспринимает тонкие оттенки чувств, детали ситуаций, перенося их вовнутрь, как бы отстранявая наличную ситуацию. Экстраверт же движется вместе с ситуацией и не успевает замечать оттенки, детали. Внимание, переживание полностью вынесены наружу. В этом – чувственное противоречие между ними, которое можно выразить как противоречие между тонкой чувствительностью и эмоциональной устойчивостью. И то, и другое есть способ построения взаимоотношений с Миром. Каждый из них имеет свои достоинства и недостатки. Проблема заключается в установлении динамического равновесия между этими способами.

(К примеру: базовое упражнение "огненный цветок" делает состояния интровертированности и экстравертированности как бы одномоментными.)

Возвратимся к проблеме эффективности действия в публичной ситуации. Интровертированный человек игнорирует ситуацию – она у него заменяется внутренней моделью. Это позволяет сохранить ему концепцию и собранность и все внимание направить на то, чтобы точно выразить задуманное. Экстравертированный человек адекватен настоящей ситуации, но, идя за ней, за сиюминутным пониманием, может потерять свой замысел. Один из двух способов применяется в зависимости от того, что вы хотите сделать: направить ваше внимание на точность своих действий или на понимание ваших действий другими.

Как развить недостаточный навык экстраверсии? Только через осознание процессуальности происходящего. Ведь за процессом нужно следить непрерывно. Все живое есть процесс, и человек – в том числе. Общаясь с человеком, вы погружаетесь в процесс и как бы соучаствуете в нем, при этом оценочное мышление перестает доминировать, что вносит в общение большую глубину.

Наша культура такова, что даже в искусстве мы ориентированы на точность. Это оборачивается привычкой интровертироваться, мы выигрываем в точности, но проигрываем в глубине. Глубина же достигается за счет направленности внимания на процесс (то есть экстравертированности), за счет отказа от точности и детализации. Что может помочь преодолеть дихотомию интроверсии – экстраверсии? Сиюминутное проживание при сохранении стабильного самосознания.

Представим человека, сидящего за рулем автомобиля. Навстречу ему несутся новые впечатления. Но он не успевает проживать поток, который движется на него, поворачивает голову назад, и автомобилем управляет уже кто-то другой, но не он. Так целые куски оказываются выпавшими из нашей жизни, а мы только оправдываемся: такова судьба, "карма", зодиак и т.д. В конце концов, совсем поворачиваемся спиной "к движению", жизнь превращается в цепь случайностей.

Повышая же интенсивность проживания, вы можете все время смотреть в настоящее. В этом случае вы попадаете в некоторое третье, принципиально иное состояние, отличное и от интроверсии, и от экстраверсии. Оно известно некоторым древним школам. К примеру, у суфиев одной из техник Ордена Веселых Сумасшедших была техника "Сошествия с ума", которая заключалась в предельном вынесении внутренней реальности наружу и внесении внешней внутрь. Это давало абсолютную спонтанность поведения при сохранении целенаправленности. Экстраверсия и интроверсия не обязательно должны быть антагонистической дихотомией. Можно и нужно подвести человека к состоянию, когда эта дихотомия снимается. Оно сохраняет и глубину осознания, и точность действия, и тогда открывается путь к резонансу субъективной и объективной реальностей.

И СНОВА О ТЕЛЕ **Тело как инструмент** **Взгляд изнутри №15**

В рамках известной системы качественных структур мы выделяем в таком объекте, как тело, следующие составляющие:

1. Аспект организации - организм.
2. Аспект функционирования - движение.
3. Аспект связи - сенсорные ощущения.
4. Точка координатора - программа.

Понятие программы наиболее сложное.

Мы знаем, что точка координатора есть то, что придает структуре целостность. Это элемент, нейтральный по отношению ко всем уровням данного целого, является координирующим моментом.

Проблема на сегодняшний день заключается в том, что программа тела двойственна. С одной стороны, это чисто инстинктивная, генетическая программа человека как биологического существа, с другой - программа, идущая от сознания. И, естественно, рассогласование программ приводит к нарушению целостности данного инструмента.

Мы знаем, какое огромное влияние на тело имеют внушение и самовнушение. Слово может привести как к положительному результату, например, при мышечной релаксации, так и к реальному соматическому нарушению.

А программа, идущая от сознания, может быть еще искажена и ложной личностью, искажением кода.

В случае отсутствия растождествления с сознанием программа, идущая от него в тело, не имеет обратной связи, потому что нет самосознания. Таким образом тело становится уязвимым для внешних воздействий, поскольку мы знаем, что нерастождествленное сознание находится под властью внешних импульсов, и эти искажения непосредственно поступают в тело.

Так человек, как ни парадоксально, сам себя может довести до болезни.

Правильные отношения с телом, как и с другими инструментами, сложатся только тогда, когда программа, поступившая из инструмента в инструмент, будет корректироваться самосознанием.

Поэтому первый и самый существенный момент во взаимоотношениях с телом – растождествление.

Но отпустить тело сразу и дать ему волю обычно бывает страшно. Ведь в нем накопилось множество нереализованных программ. Поэтому это надо делать постепенно.

Взгляд изнутри №16

Тело наше, как правило, находится сегодня в очень плохом состоянии, уровень его функционирования урезан. Уровню связи мы, то есть наше сознание, не очень доверяем, и вся система отклоняется к уровню организации, становится консервативной.

Призывы к увеличению двигательной деятельности - это и есть один из способов компенсации, восстановление уровня функционирования.

Среди огромного количества методик по этому вопросу очень важно найти свою, необходимую и полезную конкретно вашему телу. Это, конечно, сложно, но вопрос можно решить при наличии стабильной обратной связи.

В хатха-йоге, к примеру, около тысячи упражнений, но только небольшое количество их является общим для всех, остальные очень индивидуальны. Полезное одному может навредить другому. Сегодня есть много примеров того, что занятие этим учением по книжке не приводит к ожидаемым положительным результатам. То же самое следует сказать и о других различных методиках.

Итак, и в решении этой проблемы необходимо противостояние "Я – Другой", необходимо растождествление.

ФИЗКУЛЬТУРА И СПОРТ (Взгляд психолога)

О физкультуре и спорте сейчас много говорят и спорят, отдавая предпочтение то одному занятию, то другому. Разрешим ли спор в принципе? Попробуем найти ответ, анализируя структуру потребностей человека.

Как известно, есть три основные группы потребностей: биологические, социальные, духовные. Включаясь в деятельность по их удовлетворению, человек преследует вполне определенные цели, осознаваемые им или не осознаваемые, для каждой группы потребностей, например: достижение - для социальных потребностей, познание для духовных потребностей.

И спорт, и физкультура - это деятельность человека. Что бы она была по возможности более эффективной, необходимо установить, какая из потребностей в данном виде деятельности является доминирующей, и в соответствии с этим выбирать средства для ее реализации.

Как психологи смотрят на спорт сегодня? Как на экстремальную ситуацию. Деятельность же в такой ситуации направлена на реализацию биологической потребности, цель деятельности в этом случае - выживание. В соответствии с таким представлением о спорте происходит и выбор средств, которыми психологи и тренеры снабжают спортсмена, на этом представлении построены все методические указания.

Но отвечает ли такое представление действительности? Приходится ли спортсмену решать задачу выживания при том, что он обеспечен питанием, жильем, спортивной формой, медицинским обслуживанием? Конечно, нет. Следовательно, психолог, делая акцент своей работы со спортсменом на подготовку его к экстремальным условиям, пытается активизировать ту группу потребностей, которая и без того удовлетворена достаточно полно.

На что же реально ориентирован спортсмен, какая из оставшихся двух групп требует своего удовлетворения?

Готовясь к соревнованиям, спортсмен ориентирует себя на достижение, а это - реализация социальной потребности. Именно она напряжена у спортсмена больше всего.

Если ставится цель достижения, то спортсмен должен быть прежде всего конкурентоспособен, а это требует совсем других навыков и знаний, чем стремление к выживанию. Ему необходимы: устойчивая модель желаемого будущего, умение концентрироваться на цели, развитый механизм целеполагания и, кроме того, специальный тренинг типа актерского, который давал бы навык публичных выступлений. Становится ясным, что при таком подходе к спорту методические указания психологов должны быть ориентированы прежде всего на развитие необходимых личностных качеств. Это не отрицает необходимости отличной физической подготовки, а только меняет место расположения акцента в

работе со спортсменом, ибо он - это не просто тренированный организм, а личность, ориентированная на достижение. Сам же организм здесь выступает лишь как одно из средств.

Такой подход дает возможность по-иному строить работу по набору в спорт детей, принимая во внимание не только их физические данные, но и черты характера, на базе которых возможно формирование необходимых личностных качеств спортсмена.

Ориентация на достижение и ориентация на здоровье - это различные ориентации. Тот, кто ориентирован на достижение, чаще всего мало заботится о своем здоровье, и в этом суть занятий большим спортом. Тот, кто ориентирован на здоровье, не стремится к спортивным достижениям, и в этом суть занятий физкультурой, цель которой - оздоровление.

Физкультура и спорт - разные виды деятельности, направленные на реализацию разных групп потребностей. И спорт, и физкультура нужны, но нужны разным людям для достижения разных целей.

И СНОВА О ПСИХОЭНЕРГЕТИКЕ

Проблемы, связанные с психоэнергетикой, сейчас одни из самых острых, дискуссионных в общем аспекте изучения человека. В последнее время возросло внимание ко всевозможным экстраординарным человеческим способностям, как, например, телекинез, телепатия, ясновидение и т.д.

Такой интерес свидетельствует о двух вещах. С одной стороны, о том, что сегодня наука получила более совершенные способы взаимоотношений с эмпирическими знаниями, в результате чего появилась общая установка: всем этим знаниям, появившимся в истории человечества давно, найти сугубо научное объяснение.

С другой стороны, интерес к экстраординарным способностям связан с общим интересом к живому человеку, его проблемам. К проблемам человеческого бытия в комплексе. Это приводит нас к пониманию, что данное явление есть серьезная проблема, как научная, так и социальная.

Парадокс ситуации заключается в том, что интерес к экстраординарным психофизическим качествам, присущим человеку, впервые возник тысячи лет тому назад. Об этом свидетельствуют все древние эмпирические учения, различные философско-религиозные эзотерические школы. Там даются всевозможные толкования этим фактам, различные способы классификации качеств того, что мы сегодня называем биополем, биоэнергетикой или психоэнергетикой.

Научный же подход появился лишь в конце прошлого века, когда возникла психология как наука. Но еще долгое время такие явления, как, например, телепатия и телекинез, лечение "энергетическим воздействием" официально относились к области шарлатанства.

В чем сложность какого-либо объяснительного принципа по отношению к этим явлениям?

Каждый человек, взятый сам по себе, есть явление уникальное, в целостности своей неповторимое. Известно, что два абсолютно одинаковых мозга не в состоянии произвести даже природа. Следовательно, если мозг, венчающий собой всю нервную систему человека, так разнообразен, то феномены, известные человеку с давних форм, суперидентичны. Явление какого-либо выдающегося ясновидца подобно "Сикстинской мадонне" Рафаэля. Можно картину скопировать, но невозможно создать такую же, невозможно и бессмысленно. Это уникалум.

Так и человек с какими-либо способностями - уникальное произведение природы.

Но не получается ли, что если уникальное, то и изучать бессмысленно, ибо никаких закономерностей нет?

Закономерности есть, но они иного свойства. Единым для всех, и в этом величие природы, является то, что такие способности заложены в каждом из нас, и яркие их проорывы - тому подтверждение.

Приняв это, можно начать искать некую сущность, еще не известную науке, и с ее помощью пытаться объяснить эти явления. Такой новой сущностью было объявлено биополе. Что якобы среди составляющих энергетическое излучение, идущее от человека, существует особая компонента - биополе. Подобное мнение возникло оттого, что все известные и измеренные на сегодняшний день физические излучения, идущие от человека, не дают такого эффекта, который происходит, допустим, при телекинезе.

Но, к сожалению, на сегодняшний день никаких строго научных, подтвержденных экспериментами данных о природе этой новой сущности нет.

А нельзя ли обойтись без нее? Нет ли возможности для других объяснений? Возьмем для начала совершенно доказанный факт, что солнечная активность влияет на жизнедеятельность любого организма. Или что изменения геомагнитного поля Земли влияют на организм человека. Ведь давно известно о существовании мест, вредных для человека, но теперь и наука нам говорит, что это, например, скопления избыточного количества положительных ионов, то есть, в принципе, человеческий организм реагирует на многое, созданием не регистрируемое.

Также известно, что человек реагирует на такое количество всяческих изменений, прежде всего, именно изменений, в том числе минимально слабых, что вообще-то, исходя из этого, никакой новой сущности и не надо вводить для объяснения различных "чудес".

Если допустить, что все эти измерения связаны, в первую очередь, с увеличением чувствительности организма в целом, с увеличением степени его организованности, то этого вполне достаточно для нашей работы. Просто мы можем развивать в себе чувствительность к тому, что мы обычно сознанием не регистрируем. Для этого нужен код, на котором мы будем регистрировать и расшифровывать эти явления, и увеличение степени чувствительности. И больше ничего.

Таким образом, тот психоэнергетический механизм, о котором мы говорим, есть выделение из своего целого всей совокупности ощущений, которые нами, как правило, не осознаются, не учитываются, управление ими, усиление за счет резонансных состояний.

Важный аспект этой работы - развитие в себе чувства пространства, пространства как целого, так как эти ощущения надо воспринимать сознательно. Мы же, как правило, подчиняемся только механической организации пространства, в котором находимся. Наша цивилизация пришла к тому, что мы внимательно относимся только к миру мыслей и образов, только к тому, что нам дают слух и зрение.

Теперь же имеет смысл обратиться к миру ощущений, и для этого мы используем определенный код, язык этих ощущений.

Чувство наличия или отсутствия в себе энергии присуще каждому. Значит, есть у нас чисто опытное знание о трех видах (физической, психической и интеллектуальной) энергии. А если есть, то почему бы нам ими не овладеть? И, следовательно, опять не нужно введение никакой новой сущности и споров о том, существует биополе или нет.

Развитие чувствительности приводит нас практически, в первую очередь, к более тонкому пониманию другого человека, к реальной возможности помочь себе и ему, к тому аспекту, который пока по каким-то причинам из поля зрения выпадает: аспект целостности человека, его интегральных реакций, его интегрального существования.

ПУТЬ К ЦЕЛОМУ

В чем мудрость этой системы, мудрость инструментального представления о человеке? В том, что, разделяя себя на части, мы в итоге получаем реальное ощущение себя как целого, которое не поддается разрушению со стороны деструктивных воздействий среды.

И это само по себе огромная сила. А помочь можно только тогда, когда есть чем поделиться.

Часто люди, не имея сил, уговаривают и других, что слабым быть хорошо, что это естественно, а сильным быть плохо - и создается культ слабого человека только потому, что нечем поделиться. И этот культ издерганного, неврастеничного, ни на что не способного человека дошел до того, что его превозносят, а не жалеют.

По сравнению с античным идеалом - это полная деградация. Культ больного человека! Куда дальше?

Вот почему и кинулись люди искать выход. Несомненно, каждый человек в состоянии реализовать бесконечную энергию знания и силы, лежащую позади него. Нам надоело быть больными. Это и есть проблема, стоящая перед человечеством. Опять надо создавать гармоничную и здоровую модель.

В первую очередь, необходимо увеличить свою чувствительность как приемника. Поэтому мы и говорим о сознании, о его взаимоотношениях с личностью, так как сознание обладает способностью "создавать помехи", исказить ощущения. Поэтому мы и говорим о теле, так как именно в нем эти ощущения возникают, и важно уметь их дифференцировать.

Мы говорим о целостности, потому что как можно настроить то, что вы как целое не держите в своих руках?

Очень трудно дойти даже до первой станции, так как мы привыкли к тому, что то, что я узнал,- я умею; потому что привыкли изменять не себя, а окружающий Мир. Мы привыкли действовать внешними орудиями, но не собой.

Это был величайший прогресс, когда человек научился делать инструменты. Но ведь созидательную силу сознания можно направить и на самого себя как на часть природы. Сила эта, направленная на самого себя, дает возможность изменения той целостности, которая есть "Я". Если я могу извлечь из камня руду, а из нее ценный металл, то почему не могу извлечь из себя, реализовав те потенции, которые во мне есть?! Вся эта система есть информация для воздействия на себя и реального изменения себя.

Возможности наши зависят от уровня мотивации. Энергия, которую, скажем, тело готово затратить на ту или иную работу, зависит от степени мобилизации. Установка - это целостное состояние всего организма. Если я отношусь к себе определенным образом, то я ставлю себе границу. Страх бесконечного, казалось бы, вещь абстрактная, но ни один из нас без ограничения жить не может.

Однако объективные данные доказывают, что в нас гораздо больше энергии, чем мы привыкли использовать...

Психическая энергия внутренней установки дает возможность проявить те способности, которые в нас есть. Сейчас, когда общая ситуация в Мире требует от нас перестройки тысячелетиями существовавших приспособлений, пора подсчитать свои резервы.

Разрушить старый защитный механизм у всех - слишком трудная задача, неподвластная одному человеку. Но сделать это по отношению к себе самому без вреда для общества можно, хотя и очень трудно. Надо понимать реальный объем этой задачи.

Дело здесь не в информации, дело в понимании того, что те изменения, которые с нами должны произойти, дабы отшлифовался инструмент восприятия и воздействия,— не только изменение сознания, способа думания. Это реальные изменения, вплоть до уровня тела, обращения созидательной силы сознания на себя как на объект.

Это реорганизация себя самого.

В этом и есть будущее человечества. И я уверен, что психоквилизация, как назвал ее Станислав Лем ("Сумма технологии"), и есть наиболее перспективный выход из сложившейся ситуации, так как мы подошли к границам материальных ресурсов.

Человек переделывает планету, по своему усмотрению перекраивает ее, часто не задумываясь о последствиях, называя это созиданием. А что созидательного мы сделали со своим телом, кроме того, что одели его в одежды?! Да и они уже давно потеряли свою реальную функцию и превратились прежде всего в один из способов борьбы за статус...

Необходимо наше понимание того, что выполнение взятой на себя задачи требует революции самоотношения.

Следует перестать воспринимать свою целостность как нечто неизменное, неподвластное нам самим, а воспринимать как объект исследования, воздействия и перестройки.

Следует понять, что выделение инструментов дает такую возможность, так как психоэнергетика есть связующее звено между субъективной реальностью сознания и объективной реальностью тела. Это тот самый третий голос, который присутствует в диалоге сознания и тела.

С древнейших времен идет борьба между конечным и бесконечным, между "мешающим" телом и "могущественным" сознанием. И существовало множество мыслителей, понимавших, что этот конфликт не решается путем отрицания одного или другого, а разрешим только за счет связующего звена, которое дает возможность использовать преимущества каждого инструмента.

Потому что любое целое не равно сумме частей, его составляющих. Этот эффект и есть то, что мы называем самосознанием целого. Но если объективно мы есть целое, то для себя мы таковым еще не являемся...

Инструментальное отношение к себе, растождествление со своими инструментами дает возможность осознать себя самого как целое.

Созерцание, концентрация, медитация Взгляд изнутри №17

Созерцание - это восприятие (зрительное, слуховое, тактильное), направленное на внешний объект. Когда у нас наработано такое восприятие по отношению к внешнему, то мы так же можем воспринимать и внутреннее. Например, при чистом созерцании образ "белой птицы" возникает на внутреннем экране сразу, как и любой другой, заданный себе образ.

Концентрация - управление своим вниманием, обращение его точно туда, куда вы решили его направить. Концентрация - это активная избирательная позиция, удерживающая внимание на заданном объекте.

Что касается медитации, то можно назвать две ее группы:

- "дзенская" медитация на внешнем,
- "буддистская" медитация на внутреннем.

Мы понимаем медитацию как специально организованное состояние, и основной его признак - тотальность. Есть тема медитации, и вы вовлекаетесь в нее целостно, всем своим существом.

В результате медитации у человека происходят реальные изменения как результат тотального переживания. Изменения могут быть временными или постоянными.

Есть динамические, статические, ситуационные медитации, то есть различные формы; главный же принцип медитации - тотальность. Очень многие "чудеса" связаны с медитативным состоянием.

Можно в свою жизнь войти как в медитацию.

Сила зрения Как она влияет на общение

Тренируя свой психоэнергетический инструмент, мы фактически увеличиваем силу внутреннего зрения, раскрываем его потенциальные возможности и начинаем больше "видеть". Но если при этом сам зрячий не изменяется, то интерпретации нового объема зримого остаются старыми и, задавая вопрос, зачем все это делается, можно зайти в тупик.

Все древние системы исходили из посылки: человек еще в пути, он развивается и исчерпал далеко не все свои возможности. Предназначение этих систем - дать средства развития человека. Но ясно, что, меняя одну только силу зрения, мы мало чего добьемся,

да и зачем делать микроскоп, если мы по-прежнему хотим забивать гвозди? Для этого и молоток хорош. Нужно менять самого зрячего.

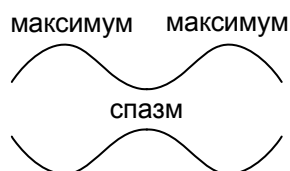
Но как изменить зрячего, какие новые качества он должен обрести?

1) Прежде всего он должен быть человеком ответственным, понимать, что знание не может принадлежать одному, и, получая знания, не превращаться только в его потребителя, а следить за развитием знания, за его практической реализацией.

2) Преодолеть в себе барьер эгоцентрического самоотношения, занятого утверждением своей отделенности ("я" от "не я") за счет постоянного отбрасывания (чем больше я отбрасываю, тем больше самоутверждаюсь в собственных глазах). Без преодоления эгоцентризма не появится умение пропитываться окружающими людьми, а без такого умения проблема резонанса не решается. У профессионала "не" не существует, но нужно им стать.

И хоть все мы сейчас осознаем себя больше через "не" ("не я", "не мое" и т.д.), нужно помнить, что истинное самосознание не связано с этим.

3) Нужно научиться осознавать свои страхи и преодолевать их. Сейчас наш психоэнергетический инструмент такого качества, что, выполняя его команду, сознание или тело могут разрушиться. Появляются страхи, которые волнообразно пульсируют.



Как только результаты психотренировки достигают некоторого максимума, страх делает свое дело, возникает спазм (как спазм мышц от страха), и результаты падают. С одной стороны, страхи выступают регуляторами, с другой, – являются тормозом в работе. И поскольку психоэнергетический инструмент не всегда зависит от умозрения, именно здесь возникает возможность прорыва сквозь кольцо страхов.

Пришла пора осознать, что мои мысли, мои ощущения - абстракция. Человек не может существовать без многообразия связей. В то же время он стремится ограничить их объем. Парадокс! Первое прозрение: понять, что я сделан из людей. И все, что есть вокруг, чем мы пользуемся, сделали люди. Объявляя нечто как "мое", мы вынуждены охранять это, куда полезнее задавать себе вопросы: мои мысли, а откуда взялись? мои ощущения, моя энергия – какой в этом смысл?

Занимаясь с психоэнергетическим инструментом, увеличивая силу зрения, я вижу Другого как бы в десятикратном увеличении, Другой словно вырастает в моих глазах, увеличивается в десять раз (к примеру). Но я-то прежний! Отсюда проблема тех, кто развивает только силу зрения.

Дело в том, что мы приспособлены к диапазону воспринимаемого. Представьте себе, что было бы, если бы мы вдруг стали видеть, к примеру, все микробы! К какому бы потрясению это привело, какую бурю эмоций вызвало бы. Когда мы смотрим в лупу, то видимое нас не пугает, так как между ним и мной – лупа. У нас есть масштаб дистанции, это вошло в привычку, стало необходимостью. Занимаясь в группе, человек приходит к объективному уничтожению дистанции между "я" и "не я" и принятию масштаба 1:1. Парадокс саморазвития состоит в следующем: мы хотим этого и одновременно боимся, так как нужно выйти за пределы самого себя, и понимание того, что "я" это и "мы", – революция по отношению к самому себе.

Любая запредельная возможность человека приводит к спазму, к боязни выйти из самого себя. Видим Другого в десять раз большим, и это может вызвать распад, хаос в нашей системе. Представьте, что вы слышите сто радиостанций (вместо привычной одной), а ручка настройки крутится сама. Отсюда и появление страхов, объяснение наших ощущений действиями ведьм, колдунов, магов, "сенсов", восприятие себя как их жертвы. Мы стремимся к такой силе зрения, которая уберет дистанцию между "я" и "не я", и поя-

вится возможность осуществить самые смелые мечты: научиться читать мысли, овладеть ясновидением и т.п. А зачем это нужно?

Человек изучает самого себя, свои возможности, ведь психика человека - это бесконечность. Познавая себя, мы все больше уходим от себя, приходим к людям, к природе, узнаем свою бесконечность. Ищем, добываем знания о жизни, любви и т.д., хотим познать открывшуюся людям бездну человеческой психики, человеческих возможностей.

Целью нашей деятельности является исследование проблем резонанса между объективной и субъективной реальностью. Если постоянно помнить об этом, можно избавиться от спазмов.

Процесс исследования резонанса включает в себя:

- 1) сбор информации, уже известной о резонансе;
- 2) собственная экспериментальная деятельность с наблюдениями, объективацией;
- 3) творческое осмысление полученных результатов.

Необходимы следующие практические шаги в сторону достижения резонанса:

- 1) открываться на прием информации;
- 2) добиваться максимального объема этого приема;
- 3) искать причины тревожного, "шумового" эмоционального состояния;
- 4) не объяснять свои действия действиями других людей.

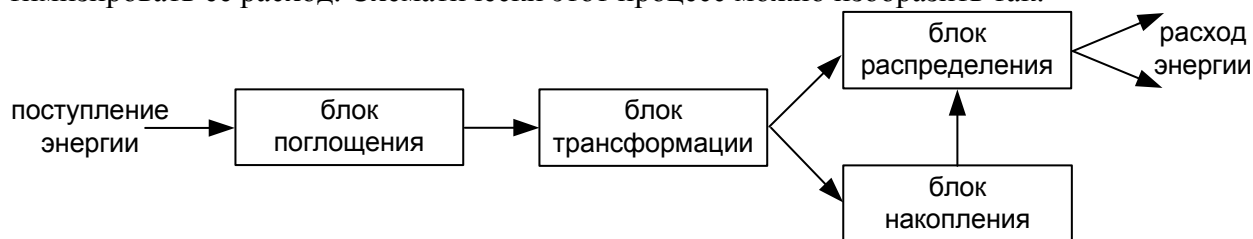
Активность в исследовании требует большого напряжения. Увеличивая свою силу, разрешающую способность своих инструментов, мы сокращаем дистанцию между собой и Миром. Боязнь этого процесса выражается в следующем: появляется страх дезадаптации (ведь все в десять раз больше, и к этому нужно привыкнуть), страх не осуществить желание, страх стать жертвой и т.д.

Когда мы увеличиваем масштаб воспринимаемого, Мир как бы надвигается на нас, возрастает чувствительность, а что с этим делать? Можно либо срочно заглушить ее, вернуть прежнее зрение, либо помнить, что зрение стало лучше, чувствительность инструментов возросла, и моя новая сила зрения несет доброту, легкость движения, эмоций, иначе она будет все ломать на своем пути.

Итак, принимаем установку: жить в гуще микробов - это нормально. Жить в море энергетических взаимодействий - тоже нормально. Хотим исследовать проблему резонанса, найти ответ на вопрос: можно ли познать Мир не по частям, а целостно, в резонансе? Как это сделать? Побеждая страх.

Об энергетическом метаболизме в системах психорегуляции

Чтобы нормально функционировать, организм должен обеспечить себя энергией - сделать максимальными поглощение, трансформацию и накопление энергии, а также оптимизировать ее расход. Схематически этот процесс можно изобразить так:



Энергетика организма зависит от качества выполнения перечисленных функций.

Из посылки, что мы поглощаем энергию, вытекает понятие о хорошей или правильной пище (в широком понимании слова "пища", так как существует питание на телесном, информационном и эмоционально-чувственном уровнях). Такой подход имеет смысл, но так же свои плюсы и минусы. Плюс - то, что мы умеем отбирать себе пищу, минус - в избирательности подхода: так, человек может умереть от голода рядом с пищей, которую он считает неприемлемой. Таким образом, устоять в установке на выбор пищи плохо влияет на нашу жизнедеятельность. То же происходит на уровне переживаний и на информаци-

онном уровне: диапазон взаимодействия с внешним Миром сужается. Мы начинаем руководствоваться правилами типа: не волнуйся, дольше проживешь, полезно жить на одном месте, не переезжая, и т.п. Формирование таких установок сужает диапазон открытости. Но есть и другой подход, позволяющий увеличить энергетику организма не за счет ограничений взаимодействия с Миром, а за счет увеличения способности к трансформации потребляемой пищи в нужную энергию. Это - искусство "пережигания", принятое в данной системе.

Итак, существуют два подхода, или две концепции:

- 1) Что ешь, то ты и есть (ты зависишь от того, что поступает на вход).
- 2) Каков ты есть, то ты и ешь (ты умеешь все переплавить и придать любой форме свое содержание).

Реализация второй концепции предполагает увеличение объема входа, но не в смысле "пожирания", а в смысле употребления разнообразной пищи. Диапазон блока поглощения не должен разрушать блок трансформации, то есть, расширяя прием, необходимо увеличивать силу трансформации. Это зависит от степени развития самосознания и от растуждствления с инструментами.

В данной методике идет работа с "огненной энергией", которая является всепоглощающей и дает нам возможность все, что бы то ни было, "переплавить" в то, что нам нужно. Без нее "искусство пережигания" не существует.

К примеру, в йоге вход четко ограничен на всех уровнях: для тела, для информации и для эмоций есть вполне конкретные запрещенные наборы. В нашей же системе действует установка на максимальное поглощение на всех уровнях.

Наименее описана функция резервирования, накопления.

Можно ли вообще запасти психоэнергию и как это сделать? Существуют стандартные способы:

- 1) резко снизить расход за счет уменьшения активности в общении, отдавая первый голос. Сначала молчать трудно - потом это уже удовольствие.
- 2) Можно постоянно пребывать в ситуации психической безопасности: быть на природе, в театре, кино, посидеть у моря, на берегу реки.

Люди живут в очень узком эмоционально-чувственном диапазоне, их эмоции в течение дня - это капли воды, просачивающиеся из закрытого крана (эмоциональная бедность).

Для резкого увеличения входа психической энергии надо поглощать много эмоций много переживать. Основной запас переживаний получен нами в детстве. Там мы переживали все очень остро. (Возможно, потому мы так туда стремимся.) Те же трудности возникают и в восприятии информации тут мы тоже постоянно себя ограничиваем (она нам не нравится, она неправильная, так нехорошо, этого не может быть и т.п.).

Если вход энергии открыт и к нему у нас отработаны состояние 4В и конструкция "огненного цветка", то увеличивается энергоемкость системы – возможность накопления.

Подводя итог, можно сказать, что данная система по отношению к энергии делает акцент не на регулировании ограничений на входе, а на увеличении силы трансформации, что влечет за собой возрастание производства энергии. Запас энергии имеет смысл, если мы умеем им воспользоваться для сверхусилия.

Все системы психорегуляции, направленные на ограничение входа системы делающие акцент на регуляции потребления, приводят к канонам, правилам и являются каноническими (соблюдение запретов).

Все системы, делающие акцент на трансформации, – принципиально не канонические.

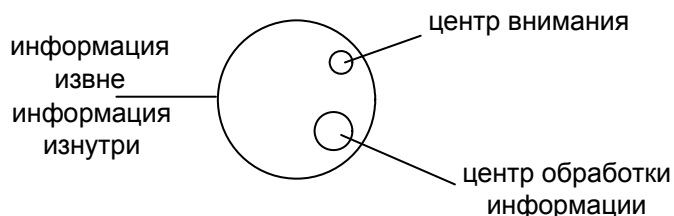
Для систем первой группы вторые чаще всего непонятны, неприемлемы, между ними бесконечные противоречия и конфликты.

ОБ ОБЪЕМНОМ СПОСОБЕ ВОСПРИЯТИЯ

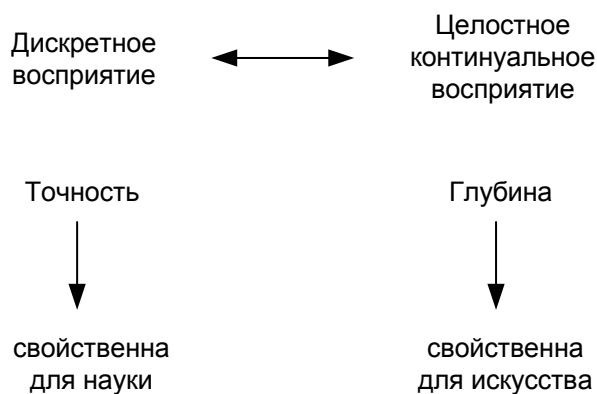
Гипотеза: эффект целого ускользает при анализе. Целое познается при объемном способе восприятия.

Данная методика позволяет в моменты работы с психоэнергетикой переходить на объемный способ восприятия и осознания информации.

Структура пространства сознания в самом общем виде может быть представлена так:



Проблема наша в том, что мы имеем много неучтенной информации. Память получает ее изнутри и снаружи. Наше сознание имеет свойство сфокусированности (проявляется как умозрение). Луч внимания делает механизмы сознания избирательными, при этом мы выигрываем в точности, но теряем в глубине. Можно представить два полюса восприятия:



Одна из основных задач данной методики – сделать осознание объемным. Объем трудно выразить словами, легче – жестом, интонацией – теми приемами, которыми пользуется искусство. Если в произносимое слово вложить максимальный объем, сила его будет колоссальной. Мантры, боевые песни, заклинания – все это умение вложить в слово объем.

Попытайтесь провести такой вариант тренинга: полчаса набирайте в сознании объем согласия, и затем произнесите слово "Да". Оно будет звучать совсем по-иному.

Есть два вида тренинга в освоении действенной речи (ведь слово имеет разный контекст, и смысловое его поле почти не ограничено).

1 способ. Достижение максимального абстрагирования. Любое слово имеет средний смысл, но можно идти от него в сторону точности или в сторону глубины.

При этом способе набирается объем, связанный с данным словом, затем оно произносится вслух (рождается) – принцип мантры.

2 способ. Можно произнести длинную речь, сделать доклад, который несет в себе объем в одно слово (раскрытие смыслового объема).

Восприятие и осознание объемом – это способ обработки информации, не нарушающий ее целостности, континуальности.

При передаче состояния в пространстве сознания должен быть семантический и чувственный объем данного состояния. При дефиците информации восприятие объемом происходит само собой ("чувствую"). Но нужно научиться переводить информацию из объемного образа в семантически развернутое пространство осознания.

Субъективная реальность обладает теми же свойствами, что и объективная реальность (пространство, время, знание). Наше умозрение блуждает в пространстве сознания,

высвечивая определенные участки. Но люди по своей природе оседлы. Что есть дом для человека? Это то, что он осознает бытийно (мое для себя бытие). "Дом" – это обжитая часть пространства сознания, и он может быть разный (случайный, выбранный, чужой). Освоить свое пространство сознания в его целостности – это полностью воспринять его как свой дом. Сознание - это не "я", а "мое", и нужно его изучать. Субъективно это проявится как осознание того – каков мой дом? Для этого нужно попытаться ответить самому себе на вопросы: "Где мое сознание? Кто им управляет? Что есть – сознание как целое? На фоне каких объемов субъективной и объективной реальностей я себя воспринимаю? (То есть где, в каком объеме я реально живу?)".

"Как пребывать осознанием одновременно внутри себя и внутри Мира?".

Первые изменения Взгляд изнутри №18

Взгляд 1. Работа с психоэнергетическим инструментом дает ощутимую прибавку энергии. Повысилась работоспособность, и если раньше позиция на работе была пассивной: преобладали желания, чтобы ничего не менялось, чтобы никто не беспокоил, чтобы поменьше работать, то теперь она стала гораздо активнее. Получаю от работы удовольствие, осваиваю новое. Резко возросла интенсивность проживания каждого дня, успеваю сделать много самых разных дел, связанных с работой, домом, друзьями и пр. Конфликты с людьми стали более редкими, ибо во мне произошел сдвиг в сторону понимания другого человека и появилась большая свобода в общении с людьми, больше доброжелательности к ним. Улучшилась саморегуляция эмоциональных состояний.

Взгляд 2. Упражнения встряхивают организм, поднимают настроение, улучшают общий тонус. В результате занятий возникает большее понимание самого себя, своих чувств, поступков, появилось ощущение большей свободы. Резко сократилось количество психических срывов, появилась большая уверенность в себе в различных ситуациях, пришло ощущение спокойной силы и больших потенциальных возможностей, желание их реализовать. Вокруг меня стали чаще собираться сотрудники, чего раньше не было. Социальный статус резко возрос, почувствовал, что мое мнение для окружающих стало более значимым.

Взгляд 3. Возникает необходимость сделать фрагменты упражнений при простуде, головной боли, при усталости умственной и физической. Это всегда приносит облегчение, помогает снять утомление. Успешно применяю упражнения при переохлаждении. Некоторые же фрагменты упражнений позволяют избавиться от чувства подавленности, неуверенности, пессимизма, нормализовать настроение.

Взгляд 4. Самое главное в наших занятиях то, что они дают возможность не просто заниматься саморегуляцией, повысить чувствительность и энергоемкость, но приводят к пониманию слова "жизнь" в самом широком смысле, к стремлению действительно жить, а не дремать на ходу. Жить и радоваться жизни.

Взгляд 5. Благодаря языку состояний, который мы осваиваем на занятиях, ощутил разнообразие, богатство окружающего Мира. Увеличилась потребность общения с людьми, искусством, природой, собой. Изменилось само качество этого общения.

Взгляд 6. Мне трудно пока отделить методiku от ее Носителя. Хочу сказать, что он, Носитель, - радостный, масштабный, противник рутины и института цеховых старост. Рекомендатель откусывать яблоко Жизни со вкусом, хрустом и с его красного бока.

Взгляд 7. Методика структурирует внутреннее состояние, вернее, его пространство шестнадцатимерным базисом. Воссоздавая в себе чистые базисные состояния, я попадаю в недоступные для меня ранее области внутреннего пространства. Освоенная часть начала расширяться. Я стал больше понимать и чувствовать внутренние состояния других людей, а значит, и относиться к ним с большим пониманием. Отсюда и большая адекватность ситуации, расширение возможностей восприятия.

Взгляд 8. При выполнении упражнений с психоэнергетикой по расширению объема у членов группы появляются доброжелательное отношение друг к другу, желание быть вместе, ощущение причастности к единому целому. Такие упражнения как будто объединяют нас в это целое. Состояние после занятия: хочется обнять весь Мир.

Взгляд 9. Усиление чувствительности, с одной стороны, и общение через резонанс с разными людьми, с другой, увеличивают силу слабых, не замечаемых ранее сигналов до величины значимых и позволяют принимать их осознанно. Это сделало восприятие окружающего более глубоким и ярким, расширило восприятие других людей и произведений искусства. Благодаря этому появилось ощущение объемности информации.

Взгляд 10. Упражнения по определению состояний оператора привели меня к удивительному открытию: передача информации от меня к другому или наоборот происходит практически мгновенно, а это возможно не иначе как в Целом. И я - его часть.

Взгляд 11. Жизнь становится более осмысленной, появилась вера в будущее, и это дает уверенность в настоящем. Перестала беспокоить мысль о бессмысленной потере времени во многих ситуациях, потому что если глубже вжиться в самую обыденную ситуацию, то можно найти массу интересного. С собой тоже стало интересно - с собой всегда есть что делать, в любых условиях. Время более насыщено, и нет уже ощущения мимолетности жизни.

Взгляд 12. Эволюция человечества - это непрерывный процесс накопления информации о самом человеке и об окружающем его Мире. В последние десятилетия информационный поток принял лавинообразный характер, и человек уже не в состоянии справиться с ним. Увеличение количества информации создает предпосылки для качественного скачка в развитии человека, для появления новых способов восприятия и обработки информации.

ПРОБЛЕМЫ ОБУЧЕНИЯ

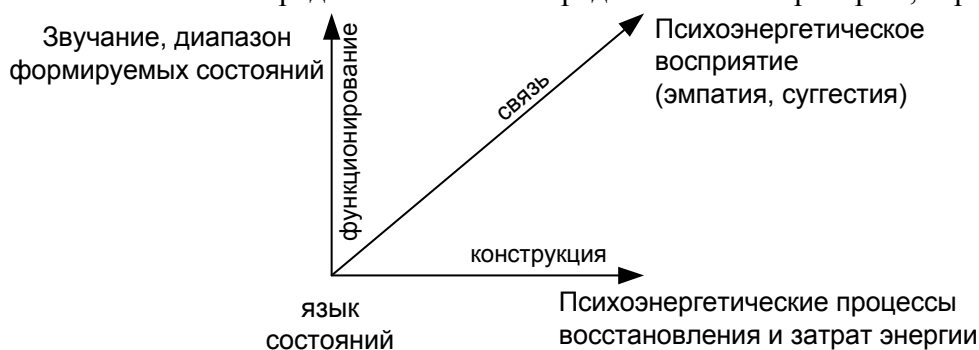
Осознавание механизмов сознания может способствовать максимальной саморегуляции психоэнергетического инструмента. Мы уже говорили о регулирующих страхах, о формировании картины Мира, о правильном понимании роли групповых механизмов (ориентации на квалификацию), рассматривали проблемы резонанса. Итак, обобщим сказанное ранее.

Регулирующие страхи - здесь основная проблема заключается в необходимости отодвинуть пороги включения страхов бесконечного и самого себя.

Картина Мира - основная проблема - в преодолении эгоцентризма. Группа - основная проблема - формирование установки на повышение квалификации.

Резонанс - проблема - в расширении индивидуального диапазона.

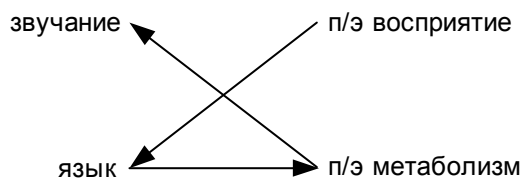
Рассмотрим психоэнергетический инструмент с позиций метода качественных структур. Сначала составим предположительное представление и проверим, верно ли оно.



Если преобладает конструкция, то аспект связи отклоняется к ней, энергетические ощущения будут развитыми (хорошая чувствительность), а собственного звучания нет; если преобладает функционирование, то аспект связи отклоняется в сторону звучания, от

этого страдает конструкция, везде мерещатся ведьмы и колдуны, так как затраты энергии превышают ее восстановление, а причина ее недостатка ищется вне себя.

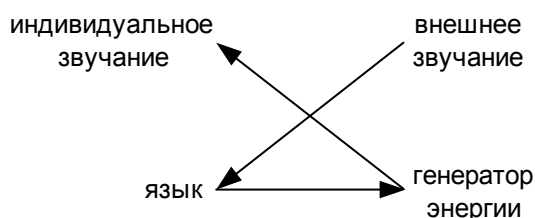
Как движется энергетическая информация?



Аспект связи – это вход информации. В чем состоит проблема резонанса? В том, чтобы впустить в себя атмосферу другого субъекта (объекта). Для этого блок связи должен быть открытым, иначе резонанс невозможен. Все, что поступает на вход (суггестия), в точке координатора переводится на тот язык, которым человек реально пользуется, и дальше пропускная способность зависит от доминирующей перекодировки (это может быть наш язык "уровней-ритмов", или язык "сглаза", "вампилов и ведьм", язык "астрала", "ментала" и т.п.).

Человек пользуется тем психоэнергетическим языком, который выучил первым; переучиться сложно, хотя и возможно.

Можно изобразить по-иному механизм прохождения информации.

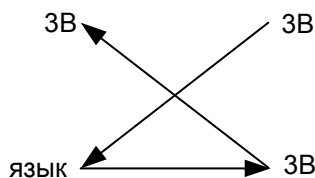


Вся разница между школами - в языках: одни "видят", другие "слышат", третьи "чувствуют", мы говорим на языке состояний. Информация пропускается тогда, когда ей в своем языке найдено название. Только после этого она попадает на блок конструкции, там происходит ее переработка и возникает энергетическая прибавка, которую нужно выдержать и воплотить. Наша задача - расширить диапазон функционирования до шестнадцати состояний на входе и сузить его до шестнадцати состояний на выходе (то есть на выходе поставить фильтр).

Разберем теперь каждый из блоков повторно.

Блок входа. Фактически у нас на входе есть диапазон звучаний. Значит, дело не в диапазоне входа, а только лишь в его чувствительности (при худшей чувствительности требуется сигнал более мощный). И этот порог чувствительности - индивидуальная особенность человека. От чего он зависит? Проблема исследуется, но есть предположение, что это связано с картиной Мира. И есть масса систем, позволяющих менять порог чувствительности. Но так и нет ответа на вопрос: почему ребенок всегда болезненно реагирует на 2D, а подросток уже умеет защищаться от этого воздействия? Когда и как происходит это изменение - пока неясно. Но известно, что диапазон входа не может быть шире диапазона языка в точке координатора.

Блок точки координатора. Если, к примеру, человек принимает информацию только в 3В, то функционирует он тоже в 3В и конструкция его тоже обслуживает 3В (направление 3 центра).



Возникает ситуация возможного замещения уровней, но с точкой координатора такого не бывает, ибо в ней заложен тот язык, который сложился ранее. В принципе, языков

таких много, и можно научиться их выбору: переходить либо на язык визуализации, либо к тактильным ощущениям, либо к нашему языку.

Сейчас же у нас в голове каша из таких языков.

И столкновение школ часто бывает из-за того, что просто одно и то же называют по-разному.

Что же происходит в точке координатора? Часть информации из-за того, что ее никак нельзя назвать, отчуждается - просто отбрасывается, происходит отчуждение в субъективной реальности.

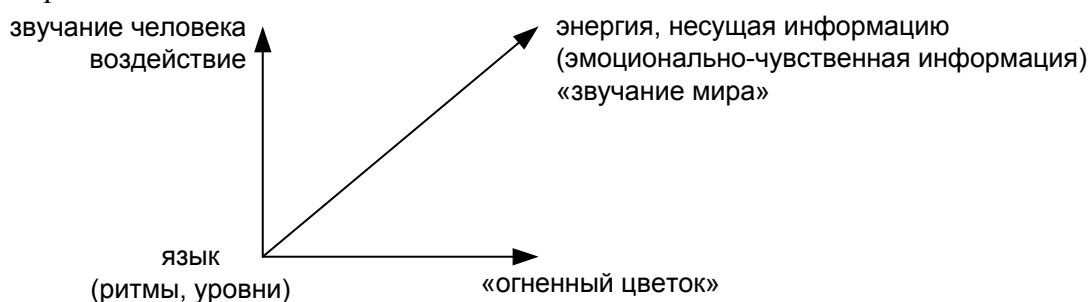
Что сказать о языке визуализации? Он кажется надежнее, потому что мы привыкли доверять своим глазам. Мы имеем возможность параллельно видеть обе реальности: объективную и субъективную, но тут очень просто заблудиться, не зная законов их взаимодействия. (Почти все древние системы из-за неграмотности учеников были построены на визуализации, и обучение одной конкретной визуализации занимало до трех лет).

Блок конструкции (аспект организации). Та информация которая проходит через точку координатора, попадает в блок конструкции. Конструкция психоэнергетического инструмента, вернее, ее образ в разных системах разный. Занимаясь бессистемно, мы приобретаем некоторое множество конструкций (и множество языков в точке координатора), нам же нужно иметь вполне конкретную конструкцию психоэнергетического инструмента, заданную этой системой.

Взаимное неопознавание представителями разных школ происходит так же и из-за различия конструкций психоэнергетического инструмента. Нам нужно иметь конкретный фундамент - если он есть, на его основе можно строить непротиворечивое здание.

Когда информация, идущая к блоку конструкции, способна его разрушить, ее можно выбросить единственным способом: объявить это вредным для здоровья (например, через идеи ведьм, колдунов, вампиров и т.д.). Становится понятным происхождение страхов. Их появление зависит от того, в состоянии ли наша конструкция выдержать информацию, которая прошла через точку координатора.

Итак, психоэнергетический инструмент в нашей системе выглядит так: В качестве конструкции наша система предлагает образ "огненного цветка", который и обуславливает все процессы энергетического метаболизма. Эта конструкция тем хороша, что дает возможность надстраивать на нее любые другие. Система является открытой, и вокруг языка уровней ритмов создается большое поле смыслов, становится возможной перекодировка других организованных языков.



Как конкретно осуществить переключение на другие языки? Это зависит от степени растождествления с психоэнергетическим инструментом. Что есть растождествление? Это реальное управление инструментом, в идеале вплоть до свободного его выключения и включения с осознанием того, что происходит. Возможно ли это? Да. Ведь бывает у людей, очень занятых своим физическим или душевным самочувствием, такое состояние, когда человек закрыт для Мира. Вся энергия уходит на внутреннее "обслуживание". Есть люди экзальтированные, с обостренной чувствительностью, но их собственное звучание сведено до минимума. Есть люди эмоционально глухие – тогда их психоэнергетический инструмент почти не работает. И есть сенситивы, обладающие большой включенностью психоэнергетического инструмента. То есть реальный диапазон включенности психоэнер-

гетического инструмента очень широк, и изучать механизмы включения его можно, общаясь с людьми с этой точки зрения.

Нужно изучать свой психоэнергетический инструмент системно, работая:

- с блоком связи (диапазон уже и шире, чувствительность ниже или выше),
- с разными языками,
- с разными конструкциями,
- с блоком функционирования (меняя звучание).

Проблема успешности полного растождествления связана с наличием или отсутствием стабильного самосознания.

ГРАНИЦЫ ВОЗМОЖНОСТЕЙ (Технология нахождения "пограничников")

В процессе любого обучения может наступить состояние барьера: развитие как бы приостанавливается. Очень важно уметь признать, что это произошло, и понять, почему именно. Ведь у каждого человека есть свой диапазон изменения физического, энергетического, информационного состояний, в котором он сам себе разрешает существовать.

Когда человек приближается к одной из границ своего индивидуального диапазона, на подсознательном уровне срабатывает охранительный механизм и возникают защитные мотивы: не хочу, это вредно, этого не может быть и т.п. Очень важно осознавать эти моменты как тот факт, что вы исчерпали свой диапазон и подошли к его границам. Эти границы существуют для всего: для физического и энергетического состояний, для воспоминаний и эмоций, для информации и т.д.



Только сверхстрессовые состояния могут заставить человека приблизиться к границам индивидуального диапазона и даже выйти за них. Такие, как смерть близкого человека, катастрофа, тяжелое заболевание, кризис смысла жизни, разрушение картины Мира. Следовательно, выход за эти границы в принципе возможен, и важно только, как человек сам к этому относится. Ведь выход за границы диапазона – это новые, непривычные состояния, они могут дать неприятные ощущения, которые регистрируются как плохое самочувствие, недомогание, нездоровье.

Что же означает "здоровье" в житейском, каждодневном смысле этого слова, чем мы руководствуемся, когда оцениваем свое состояние как здоровье или нездоровье?

Здоровье - это именно тот диапазон состояний, который мы себе разрешаем, и у каждого человека он свой - все мы имеем свой набор комфортных и дискомфортных ощущений. Болезнь с точки зрения житейской есть любое состояние, подходящее к границам диапазона или выходящее за них. Есть психосоматические заболевания - вполне возможно, что они результат действия страха выйти за границы своего диапазона.

Кроме индивидуального диапазона состояний, есть еще реально возможный диапазон, он гораздо шире и существует для сохранения человека как целого. Приближаться к этим границам и выходить за них не дают регулирующие страхи: конечного, бесконечного, страх самого себя. За индивидуальные границы выйти легче, чем за реальные границы, это воспринимается как опасность всей целостностью, и обычных методов психорегуляции (типа аутогенной тренировки) для этого уже недостаточно.

Первая задача, которую мы должны решить, - это выйти за индивидуальные границы, расширить их до реально возможных. А мы просто не хотим расширять их, хотим удержаться в тех же рамках, но при этом расширить свои возможности.



Чтобы избавиться от этого, нужно осознать наличие объективных границ и начать постепенно отодвигать их к реальным, осознать, что любые действия, приводящие к сужению диапазона, не дадут нам решать эту задачу. Другая проблема заключается в том, что это расширение должно быть грамотным и осознанным. Вся наша работа должна быть направлена на расширение диапазона энергетических, физических и интеллектуальных возможностей.

Для определения новых ощущений может не хватать словесно-логической информации, поэтому их нужно объяснять как можно проще. Страх перед новыми ощущениями проявляется и в виде болезни, боли (говорят, насморк - классическое проявление страха как защитного механизма). Есть большой соблазн все новые ощущения объяснять очень возвышенно, особенно это относится к энергетическим ощущениям, но всегда нужно стремиться к простоте объяснений. Визуализация усиливает самый слабый сигнал, и если я вижу, к примеру, какое-то лицо, параллельно с действительностью, то это просто какая-то информация, войдя в меня, визуализировалась в виде того, что я вижу. Можно даже выяснить, какой информации соответствует этот образ.

Итак, проблема номер один - расширение индивидуального диапазона. Это работа творческая. А в перспективе можно научиться выходить за реальные границы и уметь управлять измененными состояниями (экстаза и т.п.). На ближайшее же время выработать себе установку: все 16 состояний - это нормально, это здоровье.

Об уровнях. С точки зрения обращенности к себе I уровень соответствует I центру и т.д. Но с точки зрения объективной реальности диапазон звучания на I уровне намного шире, чем у каждого в отдельности. Как можно расширить свой индивидуальный диапазон по уровням?

1) Вступать в резонанс с различными людьми.

2) Расширять диапазон сознательно, воспринимая звучание за пределами своих границ и не рассматривая новые ощущения как деструктивные.

О ритмах. Доминантный ритм опознается хуже всего, потому что он привычен. Нужно изучать действительность с точки зрения ритмов, они тоже очень разнообразны в своих проявлениях.

Качество определения состояний тем лучше, чем больше мы растождествлены с самим собой и способны учитывать, что каждый видит по-своему, живя в своем диапазоне. Это чувство в себе можно и должно воспитать. А обобщить результат можно только при групповой работе. Обмениваясь опытом, исследуя, изучая, сопоставляя.

Что представляют собой страхи? Что есть граница между субъективной и объективной реальностями?

Наш мотив: хочу определить звучание данного объекта. Но для этого нужно перейти границу субъективной реальности - впустить в себя это звучание. При этом активизируется один из регулирующих страхов.

1) Один из возможных подходов к границе субъективного и объективного Мира - поступок. Попытка перейти эту границу может вызвать страх совершения поступка. Страх приводит зачастую к тому, что человек внутренне проигрывает ситуацию, предвидя ее свершение, и успокаивается. Но поступка как такового при этом не совершает.

2) Если человеком движет познавательная потребность, то активизируется страх бесконечного. Растворение "моего" точечного объема в объеме познаваемого рождает страх в форме боязни "сойти с ума". Такой страх приходит при наделении бесконечности свойствами конечного.

Понятие бесконечного должно заполниться конкретными переживаниями. Человек, который не в состоянии переживать бесконечность как конкретно-чувственное состояние, не может войти в резонанс.

Резонанс можно рассматривать как растворение, отсутствие границ, центрической ориентации по отношению к себе. А стабильное самосознание дает гарантию сохранения целостности в таком переживании.

Итак, нельзя решить проблему полного резонанса, если не переживать состояние бесконечности, хотя допустимый диапазон переживания у каждого свой. Путь решения данной проблемы - накопление конкретно-чувственных переживаний бесконечного. А средством, помогающим преодолеть страх бесконечного, является юмор, необходимо почаще шутить на "высокие" темы.

3) Если к познавательной потребности присоединяется социальная, то возникает страх самого себя. Этот страх снимается, когда человек делает, думает и мечтает в данный момент об одном и том же. В этом - достижение цельности личности. Очень трудная для своей реализации задача, и труднее ее может быть только задача достижения полного резонанса между объективной и субъективной реальностями.

Страх самого себя проявляется в подавленности, в желании представить себя особенной личностью, в чрезмерном утверждении своего социального статуса. При этом типична позиционная борьба, борьба за самоутверждение. Большая часть энергии уходит на колебания между манией величия и комплексом маленького человека. Помощью в снятии такого страха является установка, что я всегда настоящий, в любом проявлении.

4) Страх конечного - это страх смерти, болезни. Культ продолжительности жизни весьма сомнителен с точки зрения переживания объективной реальности. Ведь всякая болезнь представляется как реакция страха: я сделал что-то не то или что-то не так. Страх конечного снимается установкой: нет здоровья и болезней, есть просто живое существо в огромном Мире живого.

По виду возникающего страха можно сказать об актуальных потребностях человека.

Признать самому себе наличие страхов очень сложно. Пока человек стремится что-то спрятать - непонятен смысл групповой цели, и такое объединение людей существует как кружок, где все "поглаживают" и успокаивают друг друга.

Без осознания в самом себе действия механизмов страха нет путей реального развития. Работа по разрушению страхов индивидуальна для каждого, но обычно наибольшие трудности возникают в преодолении страха бесконечного. Общайтесь с бесконечным, представляя себе чистое, безоблачное или звездное небо, напоминайте себе, что мы живем во Вселенной.

Особенно важно помнить, что препятствия – это благо, ибо человек – дитя препятствий, и нельзя ограждать себя от трудностей. Такая установка облегчит работу по осознанию и преодолению страхов. А к переживаниям нужно относиться как к особой форме деятельности, рассматривая их как заполнение разрыва между информационно-логической и чувственной областями сознания.

УРОВЕНЬ ПРАВДЫ (Стиль группы)

Любая компания или группа людей имеет свой уровень правды, который определяет жесткость или мягкость внутригруппового общения. Исследования уровня правды в конкретной группе могут пролить свет на некоторые механизмы групповой динамики и выявить характер самой группы.

Для чего люди объединяются?

Если для того, чтобы удовлетворить свою потребность в общении по принципу "я хороший - ты хороший", то возникает компания, где уровень правды очень низкий. Повышение уровня правды, как правило, ведет к распаду такой компании.

Могут возникнуть деловые компании, где решается проблема собственной значимости. Эти компании построены по принципу "Ты мне - я тебе", и уровень правды здесь выше. К таким относятся группы по интересам, где тоже решается проблема "Я значим - ты значим".

Все эти группы не имеют лидера, ибо они никуда не устремлены, они не движутся и отражают некое статическое состояние. Но есть группы, имеющие внутреннюю цель. Они начинают свое существование с определенного состояния и стремятся достичь другого состояния. Это уже "группы движения", и здесь необходим лидер. Поскольку такие группы формируются вокруг идеи движения, здесь появляется критерий, согласно которому все люди делятся на тех, кто помогает и кто мешает движению. Так появляется новый момент - цель.

Группы, движущиеся к цели, имеют свою динамику. Все "группы движения" неизбежно зависят от лидера, в них лидер - точка координатора. И это реально несмотря на то, что многие не хотят признавать этот факт. Лидер необходим, поскольку группа не может всем коллективом сохранять в своих головах и траекторию движения, и его цель, но подсознательно или сознательно хочет иметь гарантию достижения. Поэтому существует лидер, на которого выносятся групповой идеал, а без лидера движение может замениться дискуссией о том, "как лучше".

Когда на лидера вынесен групповой идеал, то смена его неизбежно сопровождается дискредитацией предыдущего лидера.

Есть группы, которые не движутся, но производят продукцию. Это "группы производства". Они имеют иерархическую структуру, что определено технологией процесса, последовательностью действий по обработке сырья. Здесь возникает проблема сырья, она имеется у всех групп, занимающихся производством. Это может быть производство разного рода продукции - как физической, так и интеллектуальной или психической. К этому типу групп можно отнести секты, занятые производством верующих. Поэтому секты нужны людям, как в сырье, и пользуются разными способами их вовлечения в свою среду.

Таковыми же являются и группы производства здоровых (в групповом понимании) людей, которые тоже занимаются поглощением сырья и производством продукции.

В группах этого типа часто возникают идеи предательства и наказания за него. В них же большую роль играет специализация, ибо на каждом шагу технологического процесса нужны знающие люди.

Очень редко встречаются группы иного типа: "добывающие" - собирающиеся вокруг некоторых идей будущего знания, которое предстоит добыть. Это, к примеру, самодеятельные группы, ищущие снежного человека, или группы, желающие проникнуть в тайны психической энергии.

Какая разница между "группами движения" и "группами добывания"? Группа движения движется к известному, и проблема лишь в том, чтобы точно пройти маршрут. Это группа туристического типа. Группы добывающие не имеют маршрута, они постоянно находятся в ситуации информационной неопределенности, что удовлетворяет специфическую потребность в активности, поскольку ситуация неопределенности требует от человека именно этого качества. А человек пассивный из таких групп выпадает. Цель, по сути, невероятная, обнажает то, чем человек интересуется в себе самом, ибо с ним во время поиска что-то происходит, и фактически это есть добывание самого себя.

Именно на таком принципе - пробуждения в себе активного начала - построены истинно духовные учения.

В группах добывания своя динамика. Здесь все держится на степени увлеченности, здесь бывают спады и подъемы, что можно назвать динамикой чувствования. Если путь вдруг закончится, то есть "добыча" поймана, такая группа не испытывает удовлетворения. Она после этого распадается или превращается в группу другого типа.

"Вот ключ ко всем загадкам бытия:

Ищи лишь то, что бесконечно выше и бесконечно далее тебя" (В.Сидоров).

Есть разница между техникой жизни и объемом смысла жизни. И если мы с вами - группа движения, то существует проводник, который ведет. У такой группы всегда есть начало и конец; когда она приходит туда, куда хотела, она не выдвигает для себя новую цель.

Для технологических упражнений высокий уровень правды не нужен. Но если мы с вами действительно хотим углубиться в смысл, то должны перестать быть группой "движения" и стать группой "добывания". Подобное стремление испытывают все те, кто хочет приобрести не технологии, а некоторое смысловое поле жизни. И это не прием, это природа нашего существа: если мы ищем конечное, конечное и находим.

Очень многое в нас запрограммировано. Но вместе с тем, мозг каждого человека уникален. Чтобы учитывать эту уникальность, необходимо необычайно развитое общество. Но как же быть нам, если в нас существуют как бы два человека: один неповторимый, другой - социальный, личность, "сотканная" из людей?

Общество производит себе подобных людей, для чего и существует процесс социализации, имеющий свои технологии. Эти технологические цепочки можно выделять, вычленять и, познавая в себе всеобщее, развивать единичное, ибо только тогда появится та уникальная личность, которая и будет этим заниматься.

В этом - реальная диалектика. Еще древние говорили: "То, что в вас ищет, и есть то, что вы ищете". Здесь скрыт механизм самореализации человека. Если вы хотите выявить в себе свои глубины, то должны прежде определить в себе то общее, что программирует вас. Начнете это делать, и вас перестанут интересовать компании, где занимаются "поглаживанием", вы станете активным и, ища повторимость в себе, станете неповторимым.

Уровень правды зависит от степени признания всеобщего в себе. Чем глубже люди осознают наличие программного в себе, тем выше уровень правды в их общении.

Следует также помнить, что у нас есть психологическая защита, которая не позволяет увидеть механизм как механизм, поскольку такое открытие может разрушить человека, если он не обладает определенным уровнем организации сознания.

Соционика обнажает это наиболее ярко, когда, получив некоторые знания, человек попадает в парадоксальную ситуацию и начинает сомневаться: это мое или это всего лишь механизм?

Процесс повышения уровня правды до максимума не так прост, как кажется вначале. Необходимо, что бы он был ограничен и проходил в нужное время, в нужном месте и с нужными людьми. Этому должна соответствовать определенная степень развития, поскольку здесь мы имеем дело со сложными структурами живого, и механизмы защиты этих структур призваны обеспечить стабильность нашего существования. Недаром говорят: "Прежде, чем лечить невротика, подумайте, что дать ему взамен" (З. Фрейд). Вот почему существуют определенные правила пользования информацией, и очень важно их соблюдать. Проблема сложнейшая, так как у нас эти правила нарушаются на каждом шагу. Дело в том, что профессионально изучать технологию производства людей невозможно не только из-за сопротивления внешней среды, но и потому, что исследователь не может перешагнуть через механизмы защиты в самом себе.

В чем риск ситуации? Становление активного человека связано с постепенным отказом от механизмов психологической защиты, а это может привести к разрушению личности. Вот почему необходимо делать это грамотно, чтобы процесс отказа от механизмов сопровождался соответствующим ростом устойчивости.

Занимаясь по какой-либо системе, вы должны понимать, что делаете: каждый шаг по этому пути лишает вас механизмов психологической защиты, и восстановить их гораздо труднее, чем изъять. Именно поэтому "духовные искатели" часто выглядят немощными, малоэнергичными, неприспособленными. Утратив некоторые механизмы психологической защиты, они не обрели еще тот уровень автономии, который обеспечивает нужное количество энергии.

Кроме того, группа, которая хочет идти по этому пути, "пути добывания", должна помнить, что есть закон подъемов и спадов эмоциональной сферы - развитие не может идти только по восходящей. Поддерживайте друг друга во время спадов, в этом проявится ваша дружба, взаимная поддержка.

Один из законов следования по этому пути: не пытайтесь жить чужой жизнью и не сваливайте свою жизнь на другого. Здесь самая большая трудность, преодолеть ее необходимо для формирования вашей активности. Особенно сложно это реализовать в отношениях родителей с детьми. Родители часто стремятся навязать детям какой-нибудь свой тезис жизни и, вмешиваясь в их жизнь, нарушают границы, пользуясь своей властью и безнаказанностью. Известно: мать тем точнее соответствует своей миссии, чем больше она похожа на нянюку высокой квалификации, грамотно и профессионально выполняющую свои обязанности, ничего не обуславливая и имея свои пределы вмешательства. Такие границы должны чувствовать все родители и, общаясь с детьми, стараться не переступать их. "Человек не ведает, что творит, но в этом сила вида" (Абу Силг). Вы же желаете ведасть, и первое, что вы увидите,- это то, что вы натворили, пока не ведали.

Все наши страдания - способ психологической защиты. И ни с чем человек так тяжело не расстается, как со своими страданиями, ибо они позволяют нам считать себя несовершенными и снимать с себя ответственность за поступки. Такова позиция пассивного человека.

ДИАЛОГ (Тезисы)

Проблема диалога - это проблема "Я - Другой". Решение ее есть практическое выражение философии отдельного человека. Это узловой момент любого учения, любой практической попытки усовершенствования искусства жить, поэтому Диалог как конкретная форма реализации является общим выражением реализации своего мироощущения.

Проблема Диалога состоит в том, чтобы воспринять весь процесс жизни как непрерывное взаимодействие между объективной и субъективной реальностями, между внутренним существом и всей объективностью, которая этому внутреннему существу противостоит.

Основная проблема философии - взаимоотношения между сознанием и бытием. Иначе говоря, взаимоотношения между субъективной и объективной реальностями.

Я - Другой.

Я - Конкретный человек. Другой - от мироздания в целом до конкретного человека.

Искусство жить состоит в искусстве Диалога. Человек, владеющий этим, владеет своей жизнью. Это рецепт для сознательного ощущения процесса своей жизни, средство получения удовольствия от самого процесса бытия.

* * *

Одна женщина захотела вкусить плодов с древа познания добра и зла. Она пошла к отшельнику, жившему недалеко от ее деревни, и сказала ему об этом. "Сядь, посиди рядом со мной",- был ответ. "Мне нельзя сидеть, учитель, я тороплюсь" - сказала женщина и пошла дальше. Так странствовала она от одного отшельника к другому 33 года, пока в конце пути снова не попала к тому, самому первому. И тут женщина увидела, что как раз он и сидит под искомым ею деревом, являясь его хранителем.

"Учитель, почему ты мне сразу не сказал об этом?" И услышала в ответ: "Во-первых, плоды на этом дереве созревают раз в тридцать три года, а во-вторых, разве ты бы мне тогда поверила?"

* * *

Попробуем разобраться в том, что есть Диалог. Прежде всего, Диалог - это наличие говорящего и слушающего. Назовем позицию, которую занимает говорящий, первым го-

лосом, позицию, которую занимает слушающий, - вторым голосом. Далее, введем в диалог третью позицию, третий голос, который был бы одинаково объективен для обоих участников Диалога.

В дальнейшем будем пользоваться этой концепцией Диалога и считать, что он возможен при наличии говорящего, слушающего и некоего третьего, являющегося объективными для первых двух.

Рассмотрим основные виды диалога через формы третьего голоса, которые могут разобратся, на чем же фактически завязано общение.

1. Фабула, факт, случай одинаково объективны для всех участников Диалога (разговоры о погоде, урожае и т.д.).

2. Ссылка на авторитет (упоминание цитат, фамилий и т.д.).

3. Общая система критериев, объединяющая многие любительские союзы по принципу "рыбак - рыбака". Это уже более сложная форма третьего голоса, она требует общих частей в картине Мира партнеров.

4. Свидетель, которым может быть реальный человек, - третий участник Диалога, либо некоторый фиксированный объект (магнитофон, камера и т.д.), либо идеальный свидетель (Господь Бог).

* * *

Всякое ли общение является Диалогом? В примере с двумя субъектами А и В мы видим два монолога, когда представление каждого о самом себе обращается к своему представлению о другом человеке. И получается, как в песне поется: тихо сам с собою я веду беседу. А Диалога нет.



A_1 - представление субъекта А о самом себе

A_B - представление субъекта А о В

B_1 - представление субъекта В о самом себе

B_A - представление субъекта В об А

Эта проблема является проблемой любой коммуникации - от самой интимной до самой публичной, и нерешенность ее проявляется в страхе, нежелании выйти за пределы самого себя, признать за другим право на существование и общаться с реальным Другим, а не со своим представлением о нем.

* * *

Решая проблему замкнутости человека в себе самом, будем строить наше общение по принципу Диалога, учиться тому, как организовать Диалог, как сделать наше общение живым, эмоциональным, глубинным.

Искусство вести Диалог - это умение занимать разные позиции в нем.

I голос - позиция говорящего, того, кто выдает информацию. Позиция менее информативна, чем две другие, и связана с большими затратами психической энергии. Именно поэтому среди профессионально говорящих людей большое количество неврастеничных.

II голос - позиция слушающего, выгодная с точки зрения получения информации.

III голос - позиция наблюдателя, самая информативная позиция.

Развивая свои навыки ведения Диалога, учитесь просто говорить (I голос), говорить слушая (II голос), говорить наблюдая (III голос).

Ведя речь о Диалоге, нельзя не отметить способность человека чувствовать состояние Другого и уметь сопереживать ему. Это качество называется эмпатией. Не все и не в равной мере наделены от природы таким качеством, но оно тренируемо и более всего используется при обучении актеров (Гиппиус, "Проблемы актерского психотренинга").

Наша методика психотренинга также включает в себя тренировку этого качества, и именно оно может помочь вам в решении проблем общения.

* * *

Аспекты межличностного Диалога можно перенести и на общение с окружающим Миром, то есть представить себе Мир говорящим. Такое "представление технологично и позволит вам творчески относиться к своей жизни. Но если говорить о Диалоге с Миром, то Я и Мир - это два первых голоса Диалога. Что может выступать в качестве III голоса?

Данная система предлагает в качестве III голоса инструменты человека (его тело, сознание, психоэнергетику). В связи с этим мы говорим об инструментальной Я-концепции, о выделении из "образа себя" инструментальной составляющей.

Выделив три инструмента, мы можем произвести анализ состояния этих инструментов, решить задачу: как сделать их действительно моими инструментами и выяснить с их помощью, каковы взаимоотношения между объективной и субъективной реальностями.

* * *

Можно сказать, что человечество находится в поиске III голоса Диалога с Миром.

Как практически подойти к организации Диалога, существует ли техника его ведения? По этому поводу даем несколько рекомендаций.

Если хотите узнать что-либо – отдайте I голос партнеру, ибо первый голос менее информативен с точки зрения приобретения информации.

Вступая в Диалог, сознательно вводите III голос, то есть то, что будет одинаково объективным для вас и для партнера. Если вам еще не ясно, какова система критериев у партнера, введите III голос в виде фабулы, затем переходите к диалогу на авторитете, а далее - в качестве III голоса может выступить система критериев.

Живой Диалог содержит не только общение на уровне слов - параллельно идет невербальное общение партнеров (на языке ощущений, эмоций, жестов, переживания и сопереживания и т.д.).

Наблюдая общение других людей, вы всегда поймете, есть ли между ними III голос. Общаясь, тренируйте себя в выборе III голоса Диалога. С точки зрения Диалога вы сможете подойти к другому восприятию самого себя, используя инструментальную составляющую Я-концепции. Можно организовать свой внутренний Диалог по-разному, например: отдав телу I голос (тело слушает), сознанию – II голос (оно говорит), психоэнергетике – III голос. Возможны и другие распределения инструментов, при этом ваше самосознание, выделяясь как безинструментальная субстанция, сможет выступать в роли координатора вашей целостности. Старайтесь следить за тем, чтобы не предлагать в начале общения описания самого себя или партнера, ибо тогда ваше общение не сможет выйти за рамки конвенциональных отношений. Образ самого себя не может быть III голосом Диалога.

* * *

Живое общение всегда риск. Оно непредсказуемо.

Учитесь отдавать I голос, и вы увидите, что вы сами - препятствие к общению, о котором так мечтаете. Каждому есть что дать (в смысле общения), но мало тех, кто хочет это взять,- вот в чем суть проблемы.

Мы привыкли считать эгоистом того, кто берет. Но так в вещественном мире. А взять и выслушать другого, – это в данном случае и есть альтруизм, путь к общению.

Станьте тем, кто всегда готов брать в этом смысле,- и вы решите для себя проблему коммуникативности.

* * *

Упорядочивая вокруг себя реальность, человек привыкает к этому и попадает в ловушку, становясь рабом этой упорядоченности: любой малейший сбой выводит его из себя.

Функционально мы все больше зависимы друг от друга, а психологически все более разъединяемся. Упорядочивая внешний мир, вы начинаете приводить в порядок и свою внутреннюю среду, делаете ее максимально предсказуемой и боитесь самого себя, боитесь малейшей непредсказуемости своей реализации в общении. Но самое предсказуемое - это самое неживое.

Встреча с самим собой - более опасный эксперимент, чем встреча с другими. Именно в страхе встречи с самим собой ваши основные проблемы.

Ваши представления о самом себе - это клетка, куда вы себя загоняете. Внутри вас - склад стереотипов. С ними безопасно, но вам ведь хочется живого общения, то есть непредсказуемого. Если вы позволите себе быть непредсказуемым, то станете живым и позволите быть живыми другим.

Не переделывайте партнера, и у вас будет живое общение с ним.

Делая внешнюю среду предсказуемой, мы автоматически переносим это на другого и на Мир в целом. Но Мир - живой и потому непредсказуем.

Итак, главным препятствием в Диалоге является стремление его упорядочить и вместо III голоса предложить "правила игры", конвенцию. Это делается в виде навязывания описания самого себя. Избегайте делать это. вспомните древних, их обращения к ищущим: научились ли вы радоваться препятствиям, неожиданностям, живому? Научились ли вы жить?

Идя на контакт, отказывайтесь от гарантий, стремитесь навстречу Другому, как исследователь стремится к неизвестному.

Помните, что конвенциональное общение закрепляет содержание за формой, при этом живое в общении убивается. Научитесь быть свободными от закрепленных смыслов.

Задумайтесь, почему в шахматы играют миллионы людей, а чемпион мира один?

Такова модель нашей культуры, ориентированной на чемпионов, на достижение. И в этом источник психологических проблем: участвуют все, побеждает один, а остальные фрустрируют. Когда вы выйдете из этой игры, вас ждут интересные перемены и новое отношение к вам.

Вы видите, как тесно практическая психология переплетается с практической философией. Упорядочивая внешнюю среду, мы упорядочиваем и внутреннюю, и исчезает любовь к неизвестности, к непредсказуемости. Наш социум становится все более мужским, и женщина, носительница непредсказуемого, страдает все большее. Хотя именно в непредсказуемости ее красота, многие мужчины боятся этой непредсказуемости и поэтому агрессивны по отношению к женщине. Обобщая, можно сказать: мы отличаем Диалог от конвенционального общения, которое подчинено определенным алгоритмам и не может удовлетворить нашу потребность в живом общении.

* * *

Есть еще одна сложность, а может быть, и красота в диалогическом общении: вступая в него, вы никогда не уверены заранее, состоится ли Диалог. Опыт здесь не помогает, каждая попытка вступить в Диалог – риск. Поэтому так соблазнительно воспользоваться привычными наработанными конвенциями. И вы опять останетесь в одиночестве. Особенности диалогического общения, требования, которые Диалог предъявляет к его участникам, дают редчайшую возможность максимального самовыражения для каждого. И ради этого, нам кажется, стоит попробовать.

РЕЗОНАНС

Резонанс - это слово техническое. В психологии его аналогом является понятие эмпатии, смысл которого состоит в постижении эмоциональных состояний другого человека в форме переживания.

В нашей системе это понятие приобретает конкретное содержание через работу с психоэнергетикой чувствительности, позволяет сознательно формировать состояние, адекватное состоянию партнера.

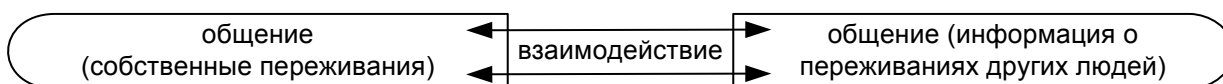
Для наработки полного объема понятия "резонанс" необходимо помнить, что общение включает в себя как образно-чувственную, так и словесно-логическую информацию. Таким образом, информация о способах реагирования, восприятия, поведения, чувствования, раскрывающаяся в процессе общения, должна соединиться с собственными переживаниями при общении, причем при сознательной установке на исследование процесса общения эти переживания легче фиксируются, быстрее накапливаются. Потом можно сознательно создать себе условия, способствующие личному переживанию какого-либо состояния, о существовании которого вы в словесной форме узнали от других людей. Тогда накопление информации будет эффективнее.

Итак, должны сочетаться два момента:

- 1) накопление информации о том, как это происходит у других людей;
- 2) непосредственное накопление личного опыта переживаний.

Эти два способа должны взаимодействовать.

Схематически это можно изобразить так:



Таким образом, общий запас информации по вопросу общения будет расти, степень взаимодействия словесно-логической и образно-чувственной информации тоже повысится, и тем самым произойдет приближение к состоянию резонанса в процессе общения.

Здесь нужно указать еще на один момент: наиболее полный резонанс достигается тогда, когда человек целиком, всем своим существом, то есть психоэнергетикой, сознанием, телом отражает состояние другого человека.

Поскольку данная система делает основной упор на психоэнергетику, нужно уметь ставить свое сознание и тело под руководство этого инструмента. И тогда резонанс по психоэнергетике вовлечет в резонансное состояние сознание и тело.

Какие основные препятствия на этом пути?

Прежде всего, эгоцентризм - привычка вести пространственный отсчет от точки, помещенной внутри себя. В психологическом словаре эгоцентризм определен как неспособность индивида, сосредоточенного на собственных интересах, изменить исходную познавательную позицию по отношению к некоему объекту, мнению или представлению, это непонимание субъектом того, что возможно существование других точек зрения.

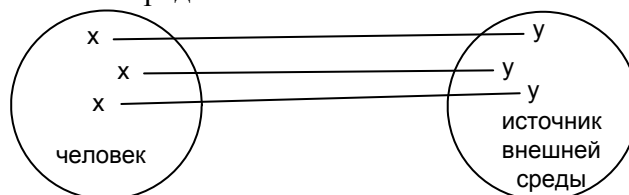
Для того, чтобы избавиться от эгоцентричного навыка, необходимо:

- 1) развить способность к децентрализации, учиться сознательно воспринимать Мир с точки зрения Другого, уметь выслушать других, развивать чувство эмпатии;
- 2) на эмоционально-чувственном уровне это необходимо ощутить, пережить, и тогда проблема резонанса раскроется в полном объеме.

Человек соединяет в себе субъективность "Я" и объективность "Другого". И когда вы читаете в культурологических текстах: "Из двух вы станете одним", то это и означает, что человек представляет собой единство субъективной и объективной реальностей.

Центр "Я" - это точка осознания, и находится она на стыке субъективной и объективной реальностей, то есть между "Я" и "Другим".

Об этом - более подробно. Представим себе человека в виде сферы с некоторым содержанием. Мы знаем, что каждый элемент этой сферы имеет информационную связь со своим источником во внешней среде.



Элементы x и y связаны, но они не тождественны друг другу. Теперь посмотрим на совокупность элементов субъективной реальности, как на одну "массу", и на совокупность источников внешней среды, как на другую "массу". Наиболее гармоничный вариант получается тогда, когда центр равновесия этих двух "масс" находится между ними. Но возможно и множество других вариантов, и центр осознания себя может перемещаться и находиться в любом месте. Поскольку мы обычно пользуемся дихотомической системой оценивания: белое – черное, жизнь – смерть, я – не я, то субъективную и объективную части мы воспринимаем не одновременно, а или одну часть, или другую. Это еще связано с тем, что эти части у нас неравновесны, несбалансированны, и центр осознания смещается то в "Я", то в "Другого".

Задача же со стоит в том, чтобы поместить центр самоосознания в точку равновесия, "нулевое положение" – между субъективной и объективной реальностями. Образно говоря, это и есть "полет птицы между двумя мирами". Одновременно одно крыло находится в объективной реальности, другое – в субъективной, а на их стыке – "Я". Вот и получается птица, летящая между двумя мирами, порожденная этими мирами и собою же их соединяющая.

А что мы имеем в виду, когда говорим "Я"? Ведь "Я" - слово служебное, оно не имеет никакого смысла, и не случайно дети так плохо усваивают его содержание, путая местоимения "Я" и "Ты".

Если вы очень хотите узнать, что такое "Я", то проведите такую медитацию: отрефлексируйте, какой образ вспыхнет у вас, когда вы говорите "Я", затем обращайтесь к словесно-логической информации по этому вопросу. Что происходит, когда вы в один момент соединяете информацию о себе с тем, как вы себя переживаете? Произнесите "Я" с такой установкой, и вам многое откроется. И когда вы поймете, кто вы, то никогда не скажете: "Я это сделал, но я не хотел этого".

А если вам удастся соединить в этом "Я" всю объективность Мира и всю субъективность себя, вы узнаете, что такое Человек.

Ваши открытия самого себя и окружающего Мира вызовут ваше изменение, и первым на это отреагирует ваш близкий социум.

Данная система отвергает всякую возможность изоляции (монастыри, пещеры исключены). Для сохранения нормальных отношений с окружающими можно предложить следующее:

1) заниматься планомерно, без рывков, тогда изменения будут происходить медленно и вписываться в привычный ход событий;

2) пользоваться принципом "тот, кто переделывает, сам изменяется".

Дайте окружающим менять себя, дайте им себя открывать, как замок ключом, и они будут соответствовать форме ключа, будут меняться сами и дадут возможность вам делать необходимую работу.

3) помните правило большинства: что человек ест, таким он и становится. У каждого человека есть потребность, научившись, рассказывать о своих поисках на языке ваших партнеров по общению. "Говори с Васей и Манею в соответствии с их пониманием". Это одна из важнейших задач реального обучения.

ПАМЯТКА ПО ТЕХНОЛОГИИ ОБЩЕНИЯ

Общение продуктивно тогда, когда информация дается в структурированном виде. Если уровень организации (структурирование) информации, которую человек поглощает, превышает уровень организации его пространства сознания, то сознание трансформируется в соответствии с поглощаемой информацией. Пространство сознания так же адаптируется к новой информации, как сам человек к новым условиям.

Повышение уровня организации пространства сознания происходит особенно эффективно, если человеку дать высокоорганизованную информацию, очень интересную, но не совсем понятную для него. В таком случае она поглощается целостно, без искажений. Поскольку непонятно, то никаких манипуляций с этим мышление не производит: не расчленяет для анализа, не соединяет с чем-то, то есть приспособить к старому нельзя. Информация остается в своей целостной форме и, как кристалл, помещенный в аморфную среду, организует эту среду (пространство сознания) по своему подобию.

Для повышения уровня структурированности информации необходимо:

1) Целостное пространство сознания того, кто выдает информацию. Степень целостности выражается в том, насколько каждое ваше сообщение вписывается в метасистему, насколько эта информация взаимосвязана, каким контекстом обладает, на какие авторитеты опирается.

2) Учет информационного типа слушателя (всегда надо говорить на языке вашего собеседника).

3) Учет доминантного психоэнергетического состояния собеседника.

При общении с человеком надо учитывать свойства его понятийного аппарата, всегда помнить, что мы очень разные. И в субъективной реальности людей все распределено так же неравномерно, как и в объективной. Нам не нравится, что не в каждом гастрономе можно купить все, что там должно быть, но, привыкнув к подобному факту, принимаем его. А вот если в субъективной реальности собеседника чего-то нет, часто учитывать не хотим и обижаемся на непонимание, не задумываясь над тем, что, возможно, человеку просто нечем нас понять.

Всегда, прежде чем от кого-то что-то требовать, надо учесть, есть ли у него средство для таких действий. Например, к человеку, не знающему математики, абсурдно взывать "пойми меня", объясняя ему разложение функции в ряд Фурье. Он не изучил математику, в его пространстве сознания нет навыков математического мышления, нет средств для понимания ваших слов и действий.

Поэтому, если вы хотите, чтобы вас поняли, приложите сначала усилия для совершенствования понятийного аппарата вашего собеседника, чтобы он мог воспринять и переварить вашу информацию, иными словами, дайте ему недостающие средства. Задумывались ли вы когда-нибудь над тем, к кому вы обращаетесь, обращаясь к человеку? Вы называете его по имени. Но что такое имя? Кличка? Если вы пользуетесь словами "сын", "отец", то опять-таки вы обращаетесь всего лишь к его социальной роли.

Можете сказать, что обращаетесь к представлению о человеке, но если человека можно представить как вещь, то зачем тогда сам человек?

Если вы обладаете мужеством и не боитесь неприятного открытия, то подумайте над этим, понаблюдайте за собой несколько дней и получите ответ на этот вопрос. И заодно подумайте: Как мы общаемся? Каким способом? Зачем нужны эти формы общения?

Принципиальное отличие большинства существующих психологических приемов общения от резонанса, лежащего в основе данной системы, в том, что они главной целью предлагают повышение предсказуемости в общении, дабы убрать случайности, иными словами, свести до минимума индивидуальное, неповторимое в общении.

И это понятно. Человек очень сложен, и чтобы каждый раз обращаться ко всей целостности, надо столько энергии, что ни на что другое больше не хватит, а каждое живое существо пытается затратить на любое действие минимум энергии.

Поэтому и появился конвенциональный язык как усредненная норма общения. Глубины нет, но можно быстро договориться о процессе деятельности, ибо совместная деятельность и сознание, развившиеся на ее базе, позволили человеку выжить как виду. Факт появления сознания и его победа были большим достижением в эволюции человека. Но сейчас это "развитое сознание", точнее, - зазнавшееся сознание, задавило в человеке и голос тела, и голос психоэнергетики. Пришло время для целостной реализации всех составляющих человека, потому что иначе получится "тришкин кафтан" - то здесь надо подтянуть, то там.

Перспектива развития сознания - в интегрировании образно-чувственного и дискретно-логического аспектов познания, в большем внимании к неповторимому, уникальному, непредсказуемому, в переходе от волевого монологического общения с Миром ("переделать под себя", "овладеть") к диалогическому взаимодействию с ним ("устремленность", "любовь", "взаимопроникновение").

ЗА ПРЕДЕЛАМИ КЛЕТКИ

(Для тех, кто еще не стал исследователем неизвестного)

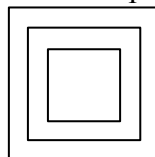
Мы с вами, сами того не осознавая, живем в статистической картине Мира. Если проанализировать, то за большинством наших умозаключений стоит обобщенный статистический опыт человечества. Такой способ формирования картины Мира сложился в условиях его стабильности, когда мало что изменялось на протяжении жизни одного поколения.

В XX веке человечество перешло из мира вещей в мир процессов. Внешний, вещественный мир стал меняться с большой скоростью, а вместе с ним стала меняться и научная картина Мира. Но система наших психических реакций осталась в основном неизменной и уже не соответствует быстро меняющемуся Миру. Поэтому, быть может, многие говорят от том, что XXI век будет веком психологической революции – ибо иначе не разрешить большинства проблем современного развития человека.

Почему мы не можем быть такими же меняющимися, как и внешний Мир?

Проанализируем, как происходило становление сознания человека в процессе его эволюционного развития.

Сначала произошло вычленение человеком себя из окружающего Мира. Оно сопровождалось переживанием своей микроскопичности по отношению к Миру, а это вызвало к действию основной механизм психологической защиты: уменьшить окружающий нас Мир. И мы поместили себя в систему сужающихся рамок:



- начали воспринимать себя на очень небольшом фоне. Так мы защитились от слишком большом объеме реальности.

Хотите ли вы знать, каковы размеры вашего Мира? Тогда подумайте, на фоне какого объема вы себя воспринимаете. Это и есть ваш Мир. Он очень компактен, стабилен. И чем стабильнее, тем легче мы засыпаем. А если с помощью каких-либо психотехник начинаем снимать эти границы, то стараемся ограничиться лишь переходом из меньшей клетки в большую. Возникает вопрос: можно ли жить совсем без клетки? Можно ли жить, меняясь так же быстро, как и окружающий нас Мир? Можно ли быть Миру открытым, не разрушаясь при этом и сохраняя свою самоидентичность?

Каким способом мы познаем то, что нас окружает? От простого к сложному. Так нас учили. Простое - часть сложного целого. И мы привыкли сначала видеть части, а целого видеть так и не научились. Мы не умеем видеть ситуацию в целом и принять действенное решение.

Но идея запредельного все-таки возникает в нашем сознании. Откуда? Это происходит тогда, когда человек исчерпал возможности личности, но чувствует, что это еще не все из того, что он мог бы сделать.

Оказывается, правилом реальности являются как раз неравновесные ситуации, а не статические, поэтому мы предлагаем вам такой способ думания и реагирования, когда впереди постоянно находится неизвестное. Оно - источник напряжения, ибо обычно человек стремится к известному и выбирает шаблонные способы поведения. В стационарной ситуации это и есть наиболее эффективное поведение, ибо в ней нам помогает обобщенный опыт поколений. Мы же предлагаем иную картину Мира: когда впереди неизвестное. Для этого нужно свою психологическую структуру сделать максимально подвижной. Потому что есть места, принципиально непредсказуемые: нуль-переход (точка бифуркации), без которого нет трансформации.

Когда все известно, можно построить идею гарантированного будущего, но у саморазвивающейся системы такой идеи быть не может. Творчество всегда нетривиально и требует способа жизни, построенного на том, что впереди - неизвестность. Раньше была очень малая группа людей, которая жила именно так. Но сейчас в худшей ситуации уже те, кто живет, опираясь на стационарную картину Мира: невротизация психики среди них встречается гораздо чаще.

К такой перестройке картины Мира многие просто не готовы. Мы не умеем управлять ситуацией, так как не умеем принимать последствий. А при предсказуемом образе жизни не нужно управлять ситуацией. А при диалогическом способе общения с Миром все время впереди неизвестность. Диалог не имеет опережения, предсказуемости, и здесь приобретает большое значение искусство управления ситуацией.

Что для этого нужно? Прежде всего, видеть целокупную ситуацию, научиться воспринимать свою жизнь ситуационно, то есть к каждому моменту своей жизни относиться как к многомерной, объемной ситуации. Когда это у вас получится, вы начнете видеть, что ситуацией можно управлять. И 99 процентов так называемых "сидх" имеет именно такое объяснение: умение видеть ситуацию и управлять ею.

Ситуация есть выражение целого. В ней все элементы взаимно связаны, и каждый играет роль в жизни целого, в ней нет ничего не значащих мелочей. При таком способе видения Мира вы постигаете тайну реального действия. Дело в том, чтобы научиться так видеть. Это взгляд художника, мастера.

Приучите себя видеть Мир как совокупность ситуаций, и тогда вам не нужны будут защитные клетки. Ситуации - это Я в Мире и Мир во Мне. Ситуация - это всегда двое, в ней есть Я и есть Другой. Ситуация - это творчество жизни.

Можно ли это в себе тренировать? Да. Но для этого нужны такие же люди, нужно, чтобы кто-то все время напоминал вам об этом. Напоминать - это очень нужное дело, это очень дорого, и нужно это ценить.

Что может помочь в этой работе?

Вспомним профессию режиссера. Главное его качество - умение создавать динамическую ситуацию. Он знает, как сложить все компоненты ситуации в единое целое и отвечать за путь от замысла до его воплощения.

Когда вы начнете думать ситуационно, то поймете, что нет мелочей, нет более или менее важного, и что невозможно управлять ситуацией, подходя к ней статически.

В момент перехода от одного способа восприятия к другому мы отказываемся от линейного мышления, от ценностного способа ориентирования и тогда теряем привычный способ жить, вступаем в полосу риска. Здесь проходит граница между предельным (когда есть гарантированное будущее) и запредельным (когда мы не имеем гарантий). Наши психоохранные механизмы не пускают нас в запредельное. А если мы иногда прорываемся туда, они быстро возвращают нас обратно.

Здесь мы с вами делаем попытки освободиться от этих механизмов, ибо в нашей реальной жизни нестатистических ситуаций становится все больше, и все большее число

людей вынуждены искать другой способ реагирования, чтобы избежать невротических явлений, которые возникают из-за невозможности приспособиться к быстро меняющемуся Миру. Идет общий поиск психологического выхода из сложившейся ситуации. Все мы ищем одно и то же: как жить в изменяющемся Мире.

Во-первых, важно признать, что Мир необратимо изменился, иначе можно всю жизнь потратить на борьбу с новым. Во-вторых, нужно понять, что так же необратимо должен измениться и Я.

По этому поводу существует притча. На дне реки жили существа, каждое из них держалось за свой камень, и так им удавалось вести оседлый гарантированный образ жизни и даже философствовать о том, что есть там, на поверхности реки. Нашелся среди них чудака, который отпустил свой камень, всплыл на поверхность и увидел тот большой Мир, о котором философствовали живущие на дне. Он действительно увидел то, о чем другие только говорили.

Вот так открывают дверь своей клетки и покидают ее. Но есть инерция, которая не дает нам сделать это, так как мы боимся. Боимся сойти с ума, боимся оставить гарантии боимся прыжка в неизвестное, непредсказуемое. Чтобы полностью решить проблему, нужно даже в самом малом действии реализовать полный объем ситуации - тогда только сможет существовать целое "Я - Другой". И они (Я и Другой) будут соразмерными, будут партнерами, будут вашими крыльями, с помощью которых вы сможете преодолеть страх и совершить свой "прыжок из гнезда", полет за пределы клетки гарантированного Мира.

ВСТРЕЧА С СОБОЙ **(Взгляды изнутри)**

Взгляд 1. Постепенно стало меняться восприятие самого себя: я как бы повернулся к себе самому и стал внимательно вглядываться в то, что всю жизнь считал самым собой. Оказалось, что во многом я заблуждался и очень сильно. Начался процесс разрушения образа, который я вынашивал годами. Как всякое рождение, процесс идет в муках. Вроде бы жалеть об этом не стоит, а на глазах слезы - ведь так долго был слепым. Тяжело признаться в том, что всю сознательную жизнь провел в этой колыбельке, занавешенной от Мира. Вся моя жизнь была монологом, и хоть старался идти к людям, а на деле отталкивал их от себя тем, что был занят только собой. Теперь понял: все они без меня могут, а вот я без них - никак. Осознаю, что такие переживания - болезнь роста.

Взгляд 2.

Что мы творим, не ведая стыда!

Как мы слепы, наивны безобразно!

Как горько это осознать,

В своих делах себя узнать.

Не дай мне, мужество, погаснуть!

Взгляд 3. Можно сказать, что начался новый период в моем развитии, я бы назвал это рождением, когда на смену старым представлениям об окружающем Мире и о себе приходят новые, совсем другие. По-иному увиделся Мир, вернее, он просто увиделся, и это как пробуждение после сна. Он нечто целое, которое может быть как очень малым, так и большим, таким, насколько хватит моей разрешающей способности видеть его. Начался процесс осознания механизмов, в действие которых вовлечены как отдельные люди (в том числе и я), так и группы. Это механизмы межличностных отношений, психоэнергетических взаимодействий, ролевые и другие. Они существуют объективно и действуют независимо от того, знаем ли мы об их существовании или нет. Но знание о них освобождает от ненужных тревог, сомнений, суеты, приносит чувство внутреннего покоя, освобождение от противоречий, терзающих нас. Каждый момент такого осознания есть реальное переживание, отличающееся от формального "понимания". Оно возникает в моменты душевного кризиса, когда оказываешься зажатым тисками собственных противоречий. Подобные ситуации бывают в жизни у всех, но не так уж и часто, потому что человек боится

этого, боится тех качественных изменений, которые несет за собой переживание. И механизмы защиты срабатывают автоматически задолго до того, когда может произойти качественный скачок. Пар спускается, и ничего не происходит.

В нашей работе ситуация доводится до своего предельного напряжения, когда возникает состояние информационного перенасыщения, никакая информация не принимается, плюс-подкрепления не приносят удовлетворения, появляется желание разрушить, разоблачить, бросить все, что привело к такой ситуации, и совершается мысленный прыжок назад (он может быть и реальный). Все это потому, что к очередной своей границе человек подошел вопреки механизмам защиты, и теперь весь энергетический заряд должен пойти либо на разрушение источника напряжения, либо на преодоление какого-то барьера в понимании Мира и себя, на рождение в новом качестве. Эти моменты еще раз убеждают: "Свобода есть осознанная необходимость", и каждый такой момент это "прыжок из царства необходимости в царство свободы". Он невозможен без энергетических затрат, превышающих обыденные расходы энергии. И это, наверное, одна из причин того, что работа с психоэнергетическим инструментом в этой системе стоит на первом месте.

Взгляд 4.

Я - такая бурная река,
И во мне таится столько силы!
На своем пути я все сносила,
Волнами смывала берега,
Ну а если нету берегов,
Широко по свету растекаясь,
Я в своей бескрайности теряюсь,
И себя найти мне нелегко.
Только, как и всякая река,
Я хочу добраться к океану.
Поняла: в дороге я устану,
Если не помогут берега.

Взгляд 5. У меня появляется порой странное чувство, как будто мою, ранее ясно ощущаемую сущность взболтали, как хорошо отстоявшийся раствор, и теперь не видно, что и где, все однородно и мутно. Но четко прослеживается одна мысль: скоро все осядет, и будет уже не таким, как раньше, а более многозначным и интересным.

Взгляд 6. Появилось ощущение, что я дошел до своего предела (потолка) и что хочется бежать без оглядки назад. Ситуацию усугубили те некоторые изменения в моем поведении, которые вызвали во мне страх распада личности, страх того, что я могу стать другим и мой образ самого себя разрушится.

ОБОБЩЕННЫЙ АНАЛИЗ РАБОТ ГРУПП (Как это происходит)

Анализ результатов нашей работы показывает, что:

- 1) существует специфическая одаренность (кто-то более способен к такой работе, а кто-то менее);
- 2) существует предел возможного для каждого;
- 3) в определениях состояний явствует преимущество параметра "ритм" над параметром "уровень";
- 4) проявляется четкая закономерность между силой мотивации и результатами;
- 5) в дистанционных взаимодействиях важное значение имеют личные контакты;
- 6) уровень согласования в результатах растет, то есть постепенно увеличивается количество совпадений оценок состояний внутри группы.

Практические рекомендации:

- 1) Необходима дальнейшая работа по моделированию состояний в зависимости от выполняемой деятельности;
- 2) Следует помнить, что каждое состояние имеет свой физиологический аспект;
- 3) Важно исследовать влияние мотивации. Отсутствие необходимости в моделировании состояний говорит о том, что нет решения вопроса "зачем?". Проследить в себе процесс нарастания и убывания мотивации, связь этого процесса с Я-концепцией;
- 4) Обратить внимание не тенденцию: интерес к информации все более абстрагируется. Происходит разрыв между знанием и бытием, максимум же результата достигается в точке их пересечения;
- 5) Следует помнить, что восприятие изменяется спонтанно, независимо от желания. Желание получить оценку состояния не есть определение этого состояния, это уже оценочный критерий. Реальные же состояния далеки от наших желаемых оценок.

В группе, в основном, установилось потребительское отношение к работе - непосредственная работа расценивается как плата за информацию. Дело здесь в принятии решения, в необходимости сделать для себя выбор. У большинства же членов группы такого выбора пока нет, чувствуется привязанность к Великому Среднему. Нет у них сил оторваться и выйти из-под его контроля, то есть показаться странным и оказаться непонятым. В результате возникает дистанция между знанием и бытием, которая постоянно увеличивается. Растут знания о многообразии методик, но практика не изменяется, нет объективации. Работа на основе группового резонанса, отношения между членами групп должны складываться на принципиально иной основе - как деятельность от избытка.

Попытайтесь проанализировать, существует ли избыток в выполняемой деятельности, найдете ответ на вопрос: можно ли это делать с избытком? Попробуйте производить от избытка. При этом возможны такие варианты:

- 1) деятельность как плата;
- 2) деятельность как необходимость;
- 3) деятельность потому, что хочется.

Во всех этих вариантах деятельности возможен избыток.

В первом случае избыток - это щедрая плата (щедрое эмоции, щедрое чаевые - в широком смысле слова "чаевые"). Это способ превращения нищего в царя.

Во втором случае, когда деятельность является необходимостью, работа с избытком означает мастерство, вдохновение. Это способ превращения робота в творца.

В третьем случае (самый таинственный вариант) не ясно, как мотив "хочется" сделать источником избытка. В ответе на этот вопрос кроется тайна счастья. Найдите ответ на него сами, своими силами.

Устойчивость в работе с психоэнергетическим инструментом появится тогда, когда мы сумеем вывести психоэнергетику на первый план, то есть сможем жить под управлением психоэнергетики. Это не так просто. Когда человек полностью подчиняется психоэнергетическому инструменту, то чаще всего он выглядит как "сумасшедший". Дабы этого не произошло, нужно иметь средство самоконтроля - стабильное самосознание.

Чтобы поставить психоэнергетический инструмент в доминирующую позицию, необходимы меры, раздвигающие границы страха потери конвенционального поведения, так как оно в нашем обществе позволено только детям, пьяным, сумасшедшим и чудакам, иногда уникальным специалистам. Итак, нам необходимо:

- 1) развитие стабильного самосознания;
- 2) создание ситуации, где можно действовать с доминированием психоэнергетики (актерский тренинг). Без такой ситуации качественного скачка не будет, здесь нужны и понимание, и мужество, и смелость, и обладание средствами, которые позволяют вернуться к исходному "нормальному" состоянию.

Нужен новый этап в овладении психоэнергетическим инструментом, язык - это только средство, а цель - овладение состояниями (среди которых двадцать четыре, кото-

рые выходят за рамки "нормальных"). К этому нужно подойти со стабильным бытийным состоянием "четыре".

Есть иллюзии двух видов:

1)ничего особенного делать не требуется, психоэнергетика разовьется, как нужно, сама. Это - объяснение своего страха, само собой развитие инструмента не произойдет.

2)преодоление страха путем иррациональности: это как вдохновение, прозрение, то есть преодоление страха путем "скачка".

Нужно помнить: неадекватное поведение - примитивный способ решения проблем при отсутствии знаний.

УПРАЖНЕНИЕ НА РАЗМЫШЛЕНИЕ

1. Прочтите этот рассказ.

Рассказ об открытии Америки

Некий Колумб долго и упорно обивал пороги королевских дворов Португалии и Испании, добываясь средств для экспедиции в Индию. Ему повезло с Изабеллой Испанской - королева назначила его адмиралом, снарядила три каравеллы и благословила на подвиги. Путь в Индию, как выяснилось позднее, Колумб не нашел, он открыл Америку, про которую человечество вообще-то знало, но то ли забыло, то ли кто-то нарочно скрывал эти знания. Но Колумб до самой смерти верил, что открыл то, что искал, - допустить существование неизвестного ему не хватало фантазии. Новость об открытии прокатилась по Европе. Одни сразу поверили, другие мудро выжидали, а третьи всполошились и яростно ополчились против Колумба, ведь, по их убеждению, никакого морского пути в Индию быть не могло, не говоря уже об Америке, о которой никто не подозревал. Они называли Колумба шарлатаном и пиратом, утверждали, что он вступил в заговор со своей командой, что они лгут, дабы выкачать побольше денег из бедной Изабеллы Испанской.

Прошло время. Скептикам пришлось поверить в существование Нового Света. Они, конечно, сами туда не плавали и по земле Америки не ходили. Но предположить, что другие экспедиции втянуты в заговор, что им удастся каким-то образом дурачить всю Европу, скептики не решились. Не хватило на то фантазии, смелости.

Так что об Америке вообще-то узнали все. Но оказалось - не для всех эта информация имела одинаковую ценность. Одни могли туда поехать, но им было хорошо и в Европе. Какая разница, знают они про Новый Свет или нет? Другие хотели, но не могли отправиться туда - какие-то дела, последствия совершенных ранее поступков удерживали их в Старом Свете. Знание о существовании чего-то другого только раздражало их. Ну а третьи и знали, и хотели, и могли. Они ринулись в Новый Свет и кое-что там нашли. Одни - золото и славу, другие - лишения и смерть. Оказалось, что это не Эльдorado, а тот же Старый Свет, только дикий и поэтому вызывающий множество новых проблем. С точки зрения человеческого бытия, судьбы человека - ничего не изменилось.

А что же изменилось?

Изменилась Америка. Европейцы истребили миллионы туземцев, уничтожили древнейшие цивилизации, лишая тем самым нас возможности узнать множество потрясающих вещей об истории человечества. Но что значит для Писсаро или Кортеса человеческая история, если для них не существует человечества? Есть только испанцы, французы, индейцы и золото, которое надо грабить у всех. (Наше сожаление о пропавших культурных ценностях является вообще-то ханженским. Что значит уничтоженная культура, так и не заполнившая музейные залы, по сравнению с печальной судьбой туземцев, с которыми обращались как со скотом?).

Америка изменилась, но изменилась и Африка. Оттуда потекли рабы на американские плантации. Никто так и не сосчитал, сколько африканцев было продано в рабство. Одни утверждают - семь миллионов, другие - двадцать. Рабы работали на плантациях кофе и табака, а кофе, табак и тростниковый ром потребляла Европа.

Говорят, что самая большая на свете роскошь - это роскошь человеческого общения. Европейцы, как и все люди, страдали от недостатка общения и пытались стимулировать его всеми средствами - кофе, табаком и алкоголем. Общаться непосредственно как-то не получается. Между собой и другими всегда надо поставить нечто третье, например, чашку кофе или бутылочку ямайского рома. Итак, европейцы платили за роскошь общения, покупая кофе и табак, тем самым дарили производителям кофе и табака роскошь не умереть от голода. (Не говорите, что миллионер, курящий дорогие сигары, - подлец. Укорачивая свою жизнь курением, он дает шанс выжить нищему батраку табачных плантаций.)

Европа тоже изменилась. Кроме табака, там появились картофель, помидоры и сифилис. Картофель оказался полезной вещью. Те, кто раньше недоедали, смогли увеличить количество пищи за счет "яблок земли". Но ирландцам картофель принес настоящее несчастье. Они умудрились засадить им все поля, но когда он заболел и сгнил, как говорится, на корню, в стране начался голод, от которого погибло около миллиона человек. Многие тогда решили уехать. Сейчас в Ирландии живет около трех миллионов ирландцев, до картофельной катастрофы их было там восемь миллионов. Эмигрировали туда, откуда картофель пришел, - в Новый Свет.

Шло время, мир охватила индустриализация, жертвой которой стали леса Амазонки - легкие планеты. Появился острый дефицит чистого воздуха. Но, кроме воздуха, человеку нужна бумага, изготавливаемая из древесины. А еще человек хочет ездить на автомобиле, и через леса Амазонки стали прокладывать трансамериканскую автостраду. Легкие планеты, без которых мы можем задохнуться, сейчас уничтожаются со скоростью сорок четыре гектара в минуту. Кто быстрее помрет - дядя Вася, выкуривающий по четыре пачки сигарет в день, или наша цивилизация, истребляющая леса Амазонки?

Оказалось, что с открытием Христофора Колумба все изменилось и в то же время ничего не изменилось. Человек ухитрился остаться прежним.

С научной точки зрения историю оценивать нельзя. Что было, то было, это факт, закономерность развития производительных сил и определенного способа производства. А там, где есть закономерность, не может быть оценки. Но не все люди ученые, а среди ученых тоже попадают люди. С некоторой, совсем не научной точки зрения история человечества есть история человеческого безумия. О ней можно только сожалеть.

2. Измените в этом рассказе слова "Америка" и "Новый Свет" на понятия: остальной Мир, более тонкая материя, сверхчувственное бытие, измененная реальность, супроментальный Мир.

Попытайтесь создать новую установку для чтения, видя в образе Америки те таинственные измерения чувственного и сверхчувственного Мира, о котором так уверенно говорили древние и так неуверенно говорим мы.

Прочтите рассказ с новой установкой, абстрагируясь от исторических деталей.

3. Вопросы к вам:

Не описана ли в рассказе стандартная реакция человечества на любое открытие?

Готово ли человечество принять и освоить тонкие космические энергии и другие измерения материи?

Оно уже однажды освоило атомную энергию, и сейчас мы все живем на пороховой бочке. Ради чего стоит проникать в другие измерения бытия, осваивать тонкие космические энергии? Что от этого изменится в самом человеке?

Если человечество двинется в другие Миры в таком состоянии, в каком оно находится сейчас, то что станет с человечеством и с другими Мирами?

Если человечеству не по зубам экология Мира сего, то справится ли оно с экологией Мира иного?

Допустят ли те, кто с древности владеют искусством обращения с тонкими энергиями, чтобы человечество двинулось в другие Миры всем табором?

4. Подумайте.

ЧАСТЬ ТРЕТЬЯ

Философский остров в море технологий

*И должен ни единой долькой
Не отступаться от лица,
Но быть живым, живым и только,
Живым и только - до конца.*

Б. Пастернак

*Единица!
Кому она нужна!*

В. Маяковский

МЕТОД КАЧЕСТВЕННЫХ СТРУКТУР

"Любое целое может быть представлено как система, но не всякая система выступает как единое целое" (Самбуров).

Это положение фиксирует тот факт, что понятие целого уже, чем понятие система. Поэтому описание целого как системы, при всей функциональной наглядности, не позволяет выявить его качественную определенность как целого. Часть целого, в отличие от элемента системы, не существует самостоятельно и не может быть мыслима только одновременно с целым.

Таким образом, одной из фундаментальных проблем философии и методологии науки является проблема описания целого без потери его сущностного качества. Особенно актуальна эта задача в таких областях, как описание психики, изучение сложных социальных и этнических процессов, решение экологических проблем.

Идея разработки метода, позволяющего осуществить описание целого, не разрушая его, возникла под влиянием методологических разработок Ю.М.Лотмана и М.М.Бахтина, каждый из которых уделяет в своих исследованиях существенное внимание вопросу сохранности целого.

Трудность заключается в том, что, описывая любую производительную часть целого, мы обязаны одновременно иметь его полное описание.

Для сохранения тотальности целого по отношению к частям его описание должно представлять возможность рассмотрения любой части через ее отношение с целым. С другой стороны, бытие части в целом также является тотальным. Так тотальность целого проявляется в тотальности бытия его частей. Иными словами, должны быть выполнены следующие принципы: "все во всем", "все в одном", "одно во всем", "одно в одном".

Для решения поставленной задачи предлагается метод качественных структур. Ключевым его моментом является введение в рассмотрение аспекта, позволяющего целому остаться таковым в процессе внутреннего и внешнего развития.

В системе философского знания такой аспект известен - это категория качества. "Качество есть сущностная определенность предмета, в силу которой он является данным, а не иным предметом и отличается от других предметов. Качество предмета, как правило, не сводится к определенным его свойствам. Оно связывается с предметом как с целым, охватывает его полностью и неотделимо от него" (Философский словарь).

Рассматривая объект с точки зрения его качественной определенности, мы уже тем самым рассматриваем его как целое, присутствующее тотально как во внешнем, так и во внутреннем своем бытии. Иными словами, тотальность является сущностным свойством целого.

Естественно предположить, что тотальность внешнего бытия - аспект функционирования.

2. Тотальность бытия части в целом - аспект организации.
3. Тотальность качественной определенности целого как единства внешнего и внутреннего бытия - аспект координации.
4. Тотальность бытия целого как единичного во всеобщем - аспект связи.

Совместное рассмотрение выделенных 4-х аспектов бытия целого позволяет выявить структуру качества как такового, то есть сформулировать принцип, по которому было возможно рассмотреть качественную определенность любого конкретного целого.

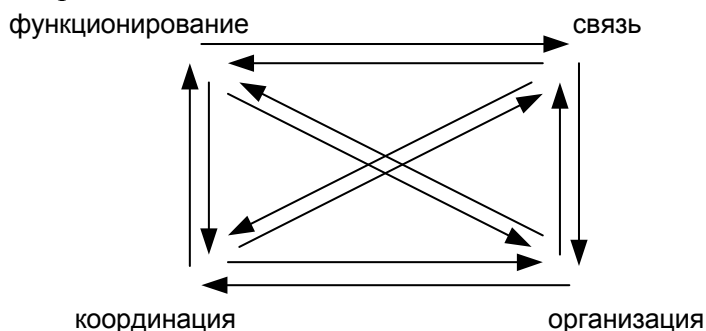
1. Аспект координации. Он отвечает на вопрос: "является ли данный объем целым?" Таким образом, аспект координации - выражение принципа единства (иными словами, тотальности). В этом смысле АК может быть сопоставлен с объектом-связью в цельном идеальном объекте в том смысле, в каком это понятие определяется у Смирнова. Такого рода особые объекты, представление которых в виде дискретной структуры невозможно, встречаются в различных областях знаний: понятие континуального у Налимовв, архетипов у Юнга, монада у Лейбница. Принципиальную нерасчленимость аспекта координации предлагаем выразить понятием "точка координатора" - ТК.

2. Аспект функционирования. АФ дает ответ на вопрос: "как целое проявляется во внешнем Мире?" Аспект включает различные свойства объекта, способы его использования, производство какого-либо продукта, способы выдачи информации вне.

3. Аспект организации. АО дает ответ на вопрос: "как целое организовано?" Предметом при этом является конструкция объекта. Целое здесь может быть рассмотрено как система с определенной структурой и известными свойствами элементов. АО может содержать в себе также свойства и отношения различных подсистем рассматриваемой системы.

4. Аспект связи. АС дает ответ на вопрос: "как выделенное целое связано с окружающей средой?" Под связью будем понимать все многообразие воздействий внешней среды на данное целое, существующих в том пространстве, в котором это целое выделено из фона как единичный объект.

Связь выделенных аспектов бытия целого, раскрывающих его качественную определенность, может быть представлена символически:

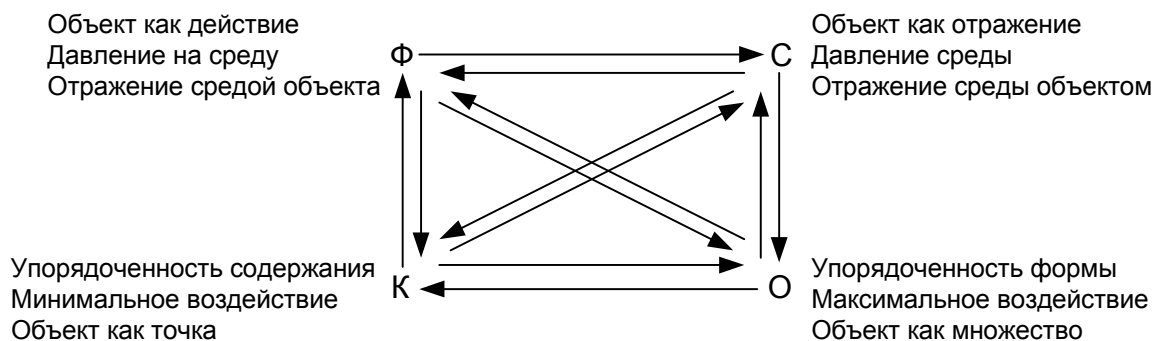


Рассмотрим теперь выделенные здесь аспекты попарно для конкретизации семантического поля предложенной структуры аспектов:

1. Координация - организация. Аспекты описывают во взаимном дополнении внутреннее бытие целого.
2. Функционирование - связь. Описывают внешнее бытие целого.
3. Координация - функционирование. Описывают качественную определенность объекта.
4. Связь - организация. Выражают тотальность бытия целого как части и бытия части как целого.
5. Координация - связь. Описывают во взаимном дополнении качественную определенность взаимодействия данного целого со средой.
6. Функционирование - организация. Обеспечивают во взаимном дополнении описание признаков развития данного целого, динамику устойчивости и изменчивости его бытия.

Выделенные четыре аспекта принципиально равны. И отражая тотальность бытия целого с различных сторон, не образуют какой-либо иерархии или скрытой соподчиненности. Это замкнутое множество, в котором все определяется через все и содержится во всем.

**Квадрат аспектов
(схема для размышления)**



Метод качественных структур является фактически эвристическим принципом рассмотрения любого объекта, мыслимого как целое. С другой стороны, проявляя структуру самой категории качества, является одновременно средством описания бытия целого как с гносеологической, так и с онтологической точек зрения.

Дальнейшее развитие метода связано с исследованием динамики целого через понятие "относительной мощности" его аспектов.

**ЖИЗНЬ И БЫТИЕ
(В порядке дискуссии)**

Когда мы рассказываем о своей жизни, то чаще всего описываем события, происшедшие с нами в разные периоды, вспоминаем некоторые факты, что-то изменившие на нашем пути или в нас самих, говорим о том, что с нами случилось. Мы рассказываем свою биографию, описываем жизненный путь, свою личностную историю. При этом для слушателя сам человек как таковой остается вне этого описания, потому что ведь говорим-то мы не о нем, а о его инструментальных составляющих, о тех изменениях, которые происходили с его сознанием, телом или психикой, то есть с чем он отождествлял себя в большей степени.

При этом, за счет переоценки каких-то событий в прошлом (возвеличивания одних и понижения других) или за счет построения фантазий по поводу будущего, возникает иллюзия саморазвития, самоизменения.

Что же реально происходит с человеком от момента рождения до момента смерти? Жизненный путь каждого можно представить как отмеченный событиями (вехами) маршрут движения от начальной до конечной остановки.

Программированная часть жизни - это программы тела, сознания, психики человека. Программы эти в достаточной степени известны, и можно заранее предсказать, что с человеком не будет случаться. (Жванецкий: я не буду женщиной, не буду поэтом, не возьму семь метров в длину и т.д. ...). Реализация этих программ происходит в достаточно узком коридоре возможностей, и пока человек находится в пределах этого коридора, он не видит свою жизнь как целое; из его сознания вытесняется факт смерти, факт рождения, они только абстракция, и он пребывает в иллюзии гарантированного будущего и бесконечных возможностей ("Все еще впереди" – Майя 1). Попытки что-то изменить в своей жизни выглядят как "брыкания" внутри этого коридора и за его пределы не выводят.

Из-за невозможности видеть свою жизнь как целое человек остается пассивным по отношению к ней, - с ним что-то случается, происходит, но сам он имеет очень незначительное к этому отношение.

То, что из сознания человека вытеснен как чувственная реальность факт рождения, имеет и другие последствия. Ведь именно с рождением и ранним периодом жизни связано возникающее впоследствии состояние некоего "томления духа", томление по чему-то неясному, неопределенному, но желаемому. Это происходит потому, что в период рождения человек пребывает в состоянии целокупного бытия, не осознавая этого, затем в силу разных причин теряет его, но где-то в глубине себя помнит о нем и желает его.

Что же есть бытие?

Бытие - это то, что человеку явлено, что им осознаваемо. Среди этого осознаваемого может быть и сама жизнь человека, но посмотреть на нее со стороны и воспринять как объект, находясь в пределах отведенного для программированной реализации коридора, невозможно. Такая возможность появляется только с выходом за пределы коридора, но пока человек отождествлен со своими инструментами, этого сделать невозможно. Это становится возможным с развитием самосознания (или точки координатора, "магнитного центра"); лишь тогда человек может воспринять некоторую часть жизни как целое, обнаруживая при этом себя и бытие в себе самом.

При таком, качественно ином восприятии жизни он получает возможность отнестись к жизни как к объекту и манипулировать ею, стать ее творцом.

Теперь он уже кое-что в своей жизни может сделать сам, но кое-что по-прежнему с ним случается.

Прийти к этому очень непросто.

Один из возможных путей - отнестись к себе как к объекту и заняться изучением самого себя, своих реализованных и нереализованных возможностей. Осознав себя как объект, человек получает шанс исследовать свои инструментальные составляющие (тело, сознание, энергетику) и отделить их от себя, то есть растождествиться с ними (ведь тело - это не я, оно мое, это же касается моего сознания и моей психики).

Узнавая о своей "инструментальности", человек начинает рассказывать об этом другим, и так, через другого, словно смотрясь в зеркало, он впервые обнаруживает в себе самом бытие.

Качество этого процесса зависит от того, кто является этим другим.

Это может быть один человек, референтная группа, учитель, мастер. С наибольшим эффектом процесс идет тогда, когда другой имеет большой объем бытия.

Рассказывая другим о самом себе и получая от них описания себя, оценку себя, человек узнает в себе самом для других бытие. Это - этап изучения себя, принятия себя. Это - период эгоизма, который просто неизбежен.

Появившиеся знания о себе как объекте и Другой делают "Я".

Характерным признаком обнаружения в себе самом для других бытия является "болезнь неопита". На этом этапе человек сталкивается со страхом увидеть пустоту своего Я, но, осознав это, он получает возможность с помощью Другого заполнить эту пустоту. Начинается жизнь его субъективной реальности, появляются иллюзии II уровня (Майя 2).

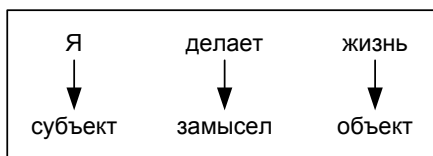
На этом этапе есть Я как объект, есть рефлексия, но еще нет Я как субъекта, ибо нет еще стабильного самосознания, нет координации между всеми инструментами, бытие хаотично, инструменты разболтаны. Кое-что в жизни по-прежнему случается, но кое-что человек уже делает сам.

Цель многих духовных школ состоит в том, чтобы подвести человека к такому состоянию, и методики их построены на принципе познания себя (это поиски "истинного Я", "Бога в себе", просто самого себя и т.д.).

Шагом в духовном развитии человека может быть следующий этап - этап, связанный с появлением стабильного самосознания. Лишь только с его появлением человек обретает полноту субъективности, с этого момента он появляется как целое, инструменты которого

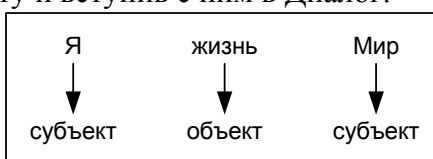
обрели хозяина. Его жизнь становится объектом творчества, потому что субъект обладает возможностью реального действия и формирования замысла этой жизни.

Формула этого этапа:



Трудности этого этапа связаны с преодолением страха обнаружить пустоту жизни, ибо как бы я ни организовал свою жизнь, от этого в Мире "ничего не изменится", то есть Мир довлеет над замыслом, но есть материал, сопротивление которого надо преодолеть.

Но и это еще не все. Сделав жизнь объектом, став ее творцом, человек может однажды обнаружить пустоту Мира, ибо в Мире по-прежнему все случается независимо от действий конкретного человека. И тогда ему остается либо признать суетность всех своих стараний и уверовать в господу Бога, либо вступить в другую фазу отношений с Миром, отнесясь к нему как к субъекту и вступив с ним в Диалог.



Это формула Диалога с Миром, третьим голосом в котором является жизнь человека. На этом этапе рождается в себе самом для себя бытие.

Рождение в школе

Приняв для себя законы обучающей школы, человек вовлекается в цепь событий, которые периодически выталкивают его за пределы жизненного коридора и дают ему пищу для самосознания. Это способствует появлению в человеке "магнитного центра", который, развиваясь, может трансформироваться в стабильное самосознание и трансформировать человека в активного субъекта жизни.

Ощувив себя реально, пережив себя как целое, человек обретает возможность вступить в Диалог с иным целым, в том числе и с Миром. При этом предполагается, что Мир есть субъект и таким образом обладает некой точкой координатора.

Совмещение точки координатора человека с точкой координатора Мира приводит к переживанию момента "просветления", о котором можно сказать, что в нем проявляется бытие как движение целого в целом посредством нуль-перехода в точке координатора. С этого момента начинается реальное движение в пространстве "Время, Знание, Люди", то есть развитие в себе самом для себя бытия. Иными словами, духовное развитие.

ГРУППА "ВЫСКАЗЫВАНИЙ"

Часть первая

Практический тренинг

Для чего мы собрались?

Мы не хотим ничего достигнуть.

Мы не хотим ничего оценивать.

Мы хотим попытаться высказаться по поводу того, что есть "в самом себе для себя бытие" и "в самом себе для других бытие", а также постараться найти ответ на вопрос, "представлен ли человек самому себе в качестве бытия" без ссылки на какие-либо авторитеты. Мы хотим реализоваться в размышлении.

В результате наших встреч должен появиться текст в виде некоторого полифонического высказывания по этим вопросам.

Все мы достаточно образованны, но можем ли объяснить, что имеем в виду, когда употребляем термин "бытие" и чем это понятие отличается от понятия "жизнь"?

К какой философской концепции мы прибегаем в реальной жизни (материализм, субъективный идеализм, солипсизм и т.д.), что руководит нашим выбором в различных жизненных ситуациях? Как трактуем для себя смысл высказывания "бытие определяет сознание"? Как условия существования? Тогда получается, что среда определяет наше сознание.

Интуитивно чувствуется, что это не совсем так.

Люди, включенные в нашу культуру, плавают в ней, как мыльные пузыри, они очень независимы от мнения того слоя, в котором обитают, очень суггестируемы. И весь понятийный аппарат, которым они пользуются, чаще всего не имеет реального содержания, то есть не связан с практикой их жизни, он независим от мнения "своего круга". Таким образом, человек живет в плену своего иллюзий "общего" мнения. А когда он начинает заниматься какой-либо системой духовного развития, у него, кроме общих для всех иллюзий, появляется еще и личная. От этого страдают идея духовного развития и те, кто занимается ее реализацией.

Итак, попытаемся обнаружить в себе философа и повернуться к друг другу этой гранью.

Для начала попробуем ответить, исходя каждый из себя самого, на ряд вопросов.

I. а) Бытие как философская категория. б) Бытие как термин в реальной практике (как он функционирует в нашей культуре). в) Бытие как его трактуете вы сами.

II. Содержание выражения "в себе самом": а) с точки зрения философии; б) с точки зрения реальной практики (в речевом общении); в) ваш объем этого содержания.

III. В тех же аспектах смысл выражений "для себя" и "для других" в сочетании со словами "в себе самом".

Момент реализации тренинга – высказывание Взгляд изнутри 19

1. Бытие - это явленность.

Потенциальное бытие - возможность явленности.

Можно ли говорить о бытии в отрыве от человека?

Если рассматривать в рамках человечества, то бытие – это отношение к реальности существующего человека, то есть реальность и бытие – понятия разные. Тогда небытие – все неявленное, инобытие – предположение о существовании других способов бытия. Если рассматривать единичный субъект, то бытие для него – все, что явлено ему. Все, что не явлено ему, но он об этом знает, субъективно воспринимается как некоторое инобытие.

2. В самом себе для себя и в самом себе для других.

В себе самом – в своей субъективной реальности (если смотреть с позиции субъекта).

В себе самом для себя – как я представляю себя как объект, обладающий бытием.

В себе самом для других – мое бытие меня как объекта, о котором я узнаю от других.

Оба высказывания можно рассматривать как с позиции субъекта, так и с позиции объекта. В самом себе для других бытие мы обнаруживаем, общаясь с другими. И все мы или почти все осознаем бытие для других; оно потенциально присутствует, и любой человек может это осознать.

Для любого постороннего наблюдателя мы есть часть бытия.

Человек как объект для другого познает себя как в самом себе для других бытие. Но, таким образом, в человеке остается принципиально непознанная часть, та, которая недоступна для постороннего наблюдателя. Эта часть есть в себе самом для себя бытие. Это та абсолютная истина, постичь которую невозможно, – как утверждают философы.

В себе самом для других бытие может быть изучено до полного исчерпания, но, желая познать человека, мы должны понимать, что всякий недоступен нам как в самом себе для себя бытие.

Сам субъект доступен себе как в самом себе для других бытие (об этом узнает при общении с другими). Доступен ли он сам себе в качестве в себе самом для себя бытия?

Духовные учения утверждают, что да, доступен. И духовное развитие есть не что иное, как познание себя, как в себе самом для себя бытие, то есть представленность человека самому себе в качестве бытия. И эта часть субъекта доступна только ему самому, это то, что нельзя передать словами. Потому духовное развитие человека и является сугубо личным делом, в котором ему никто принципиально не может помочь, а только лишь направить его внимание в эту сторону.

Можно сформулировать, что человек, желающий познать себя, сталкивается с двумя формами самопредставленности:

- 1) познание себя как в себе самом для других бытие (здесь и психологическая защита, и вытеснение, и замещение);
- 2) познание себя как в себе самом для себя бытие.

ГРУППА "ВЫСКАЗЫВАНИЙ"

Часть вторая

При анализе наших высказываний выяснилось, что мы достигли некоторой согласованности в вопросе: что есть "в себе самом для других бытие"?

В себе самом для других бытие - это есть бытие как описание Мира и меня самого, полученное себе через других.

Что же есть в себе самом для себя бытие? Во всяком случае, это не то, что я не показываю другим, здесь дело не в скрытности или открытости, но в чем-то ином.

Предлагается направить ваши размышления по такому направлению:

1) Представлен ли человек сам себе как бытие, если нет - то возможно ли это? Если возможно, то как?

2) Известно, что есть два варианта представленности человека самому себе:

- в себе самом для других;
- в себе самом для себя.

Во всяком случае, мы полагаем, что такая представленность существует или может существовать для конкретного человека.

В себе самом - это то, что я отрефлексировал.

В себе - предполагает знание, но отсутствие рефлексии (к примеру, я знаю о разрешающей способности своего слухового аппарата, но это мной не рефлексировано).

Процедура рефлексии - сугубо личный акт, это может сделать каждый сам для себя, и никто другой за конкретного человека проделать не может.

Предлагается сформулировать, в чем вы видите различие между понятиями:

- в себе самом для других бытие;
- в себе самом для себя бытие.

3) Что есть "бытие" в моей реальности?

Попытайтесь провести разграничение понятий: "моя жизнь" и "мое бытие", но не в философском аспекте, а скорее в психологическом, применительно к самому себе.

4) Возможно ли растождествиться с жизнью (зачем, как, почему?) и возможно ли растождествиться с бытием?

Растождествиться с жизнью - это понять, что я и моя жизнь - это не одно и то же. Есть я сам, есть моя жизнь, и я сам наблюдаю или творю свою жизнь. Чем это отличается от патологического раздвоения личности?

5) Чем отличается цель жизненная от цели бытийной (их содержание)?

Тема для размышлений

Для чего и по каким правилам мы используем ситуацию общения?

У нас есть маленький шанс: пока каждый из нас не имеет описания себя всеми другими, попытайтесь и не дать этому свершиться.

Для чего это нужно?

Разберитесь: как формируется группа? В ней неизбежно начинается процесс знакомства всех участников, протекающий объективно, независимо от желания конкретного человека:

- все составляют описание меня и пытаются сообщить его мне, и.

- я составляю описание других и пытаюсь это сообщить другим, а также сообщаю другим свое описание себя.

Это происходит обязательно.

Групповые механизмы снижают индивидуальный уровень творчества в таком деле, как высказывания.

Попытайтесь не дать сработать групповому механизму и не сообщать членам группы своего описания каждого из них, а также не принимать описания себя от других.

Дело непростое, но, рефлексировав эти моменты, вы получаете весьма эффективный способ обнаружить в себе самом для других бытие.

Существует также процедура обнаружения в себе самом для себя бытия.

Проведите для этого следующую предварительную процедуру: мысленно поместите всю объективную реальность внутрь себя (в свою субъективную реальность) и впустите в эту совокупную реальность свое "Я". Какое у вас там бытие и как вы там будете жить?

Принцип неопределенности: сам процесс описания чего-либо изменяет то, что описывается.

Любое высказывание изменяет нашу ситуацию, и создается некая траектория нашего движения. А координатор должен найти и совершить действия, удерживающие целое, то есть группу, от разрушения.

Человек, попадая в сферу в себе самом для других бытия, не может самостоятельно избежать зависимости от этой сферы, он продолжает тосковать по чему-то такому, чего сам не осознает.

Размышляя о бытии, мы с вами уже рефлексировали один из объектов: в себе самом для других бытие - это и есть та ловушка, клетка, попав в которую, человек сам уже не может из нее выбраться.

По поводу же в самом себе для себя бытия у нас имеется некоторая расплывчатость. Это же касается понятий "бытие" и "жизнь".

(Интересен вопрос: размышляя о себе самом для себя бытии - где я нахожусь?).

Суть такого обучения состоит в том, чтобы засекал интересующий нас понятийный объект из разных точек (как будто пеленговать его).

Здесь самое важное - не дать этим точкам сближаться, сближение же происходит тогда, когда люди начинают спорить, дискутировать, доказывать и в итоге просто приходят к соглашению (то есть оказываются все в одной точке).

Если нет таких дискуссий, смысл каждого персонального высказывания входит в каждого из нас и служит материалом для некоторой внутренней работы.

Ведь каждый из нас несет внутри себя некоторое семантическое пространство, и оно у разных людей не тождественно. В центре такого пространства - автор высказывания. Высказываясь, мы преследуем цель - обнаружить разнообразие пространств высказывания по поводу некоторых понятий. И при этом в каждом из нас во время восприятия чужого высказывания происходит процесс изменения семантического пространства используемых в высказывании понятий.

Если же просто прийти к соглашению по поводу этих понятий, то мы окажемся в общей точке зрения, но это произойдет в пространстве в себе самом для других бытия без

изменения индивидуального осознания - оно подменится согласованной конвенцией "по поводу".

Новый тезис:

"Бытие - Мир, в котором я пребываю, и я, в Мире пребывающий".

Целокупное бытие свойственно детям (я и Мир - не разделены).

Взрослые: хаотическое бытие - целевое бытие - целокупное бытие.

Продолжаем высказываться на тему:

- 1) в себе самом для себя бытие;
- 2) жизнь и бытие, разница между ними, возможность растождествления;
- 3) представленность самому себе в качестве бытия.

ГРУППА "ВЫСКАЗЫВАНИЙ"

Часть третья

Можно считать, что мы проделали путь от абстрактного до реального содержания термина, ибо последние ваши высказывания - содержательны, то есть жизненно ориентированы.

Попытайтесь подготовить итоговое высказывание и вместить в него следующее:

1) в чем суть проблемы взаимоотношения в себе самом для других бытия и в себе самом для себя бытия; представленность или непредставленность человека самому себе в качестве бытия и что из этого следует;

2) ваша социально-психологическая оценка правил нашего общения, как вы к ним относитесь, есть ли в этом практический смысл, дало ли вам это что-нибудь?

3) для чего нужна методика, позволяющая осознать два аспекта своего бытия, что она дает и что отбирает, зачем это нужно или сможет быть нужно?

4) в высказываниях появилось новое для обсуждения нашей темы понятие - самосознание; ваше конкретное содержание этого понятия; почему без него не смогли обойтись?

Употребив понятие "самосознание", мы незаметно для нас перешли в область, где подразумевается, но не оговаривается содержание (в нескольких независимых высказываниях такое понятие было введено как само себя объясняющее).

Это опять сработал механизм охраны в себе самом для других бытия, при котором мы употребляем одни и те же слова, но не оговариваем их содержание, делая вид, что оно одинаково у всех.

В каждом человеке есть набор само собой разумеющихся норм, которые он сам с собой не оговаривает. Они выполняют вполне определенную роль регулирующих механизмов.

Задумайтесь:

- в чем функция этого механизма?

- почему это есть?

- что произойдет, если человек начнет это рефлексировать?

Такой же набор само собой разумеющихся норм, который имеется у личности, существует и в социальной группе, в обществе, в конкретной культуре и т.д.

Этот механизм находится в очень сложных взаимоотношениях с самосознанием. Может быть (гипотеза), этот механизм и обеспечивает доминирование в себе самом для других бытия над в себе самом для себя бытием, такой ценой обеспечивая сохранение целостности при отсутствии стабильного самосознания?

И что такое есть "само"...? Может быть, это комплекс само собой разумеющихся норм?

Продолжаем размышления.

ГРУППА "ВЫСКАЗЫВАНИЙ"**Часть четвертая****Сознание и бессознательное**

Наиболее прогрессивная, как нам кажется, система взглядов на взаимодействие сознательного и бессознательного состоит в следующем:

- 1) в бессознательном нет переживания времени;
- 2) в бессознательном нет переживания разделения субъекта и объекта.

В сознательном это есть.

Попытайтесь для себя разобраться с этими понятиями, ибо люди, интересующиеся проблемой саморегуляции, имеют очень разные представления о конечной цели этого занятия.

Возможно, потому, что бессознательное не содержит переживания времени и разделения субъекта и объекта, бесконечна тяга людей к занятиям чем-то "этаким", может быть, именно в этом кроется причина психологических срывов человека. Хотелось бы, чтобы вы подумали над тем, в каком взаимоотношении друг с другом находятся сознательное и бессознательное.

Сознательное, будучи привязанными ко времени и разделяя субъект и объект, тоже обладает своими достоинствами.

Каков ваш взгляд на эту проблему, в каком виде она существует в вашем круге общения? как бы вы хотели построить взаимоотношения между сознательным и бессознательным?

Как сознательно организовать акт процесса саморегуляции?

Хотелось бы, чтобы вы при этом не забыли, что наша группа имеет философский уклон, но не инженерный. И необходимо некоторое внутреннее усилие, чтобы направить свои мысли именно по такому руслу, настроить себя на размышления, а не на конструкцию.

Выясните, что такое "высказывание", ведь именно из них строится идеологическая структура, отвергающая, объясняющая или доказывающая необходимость саморегуляции (для самих себя).

Предлагается составить высказывания как результаты ваших размышлений по таким трем направлениям:

- 1) Ваш круг знаний и размышлений о проблемах взаимоотношения сознательного и бессознательного.
- 2) Взаимоотношение двух понятий: осознание и саморегуляция.
- 3) Размышления на тему: каким образом возможна наиболее полная организация структуры взаимодействия сознательного и бессознательного по воле субъекта?

Прочсть: Материалы международного симпозиума по проблеме "Бессознательное", I половина IV тома. Тбилиси, 1979 (особенно ст. Асмолова).

Кн. "Бессознательное".

**Высказывание
Взгляд изнутри 20**

1. Осознание и саморегуляция.

В самом слове "саморегуляция" содержится провокация - это не более чем пожелание, призыв, нереальная система.

Ибо в себе самом для себя это не существует, а в себе самом для других регулируется другими.

То есть саморегуляция - это иллюзия.

Осознание - назвать себя в себе самом для других. Но это есть осознание других, я присвоил его себе, сложив, как мозаику.

Можно рассматривать саморегуляцию как осознание и регуляцию в себе самом для других бытия.

2. Взаимодействие сознательного и бессознательного по воле субъекта.

Для начала нужно определить понятие "воля".

Воля - совокупность механизмов целеполагания, механизмов концентрации и управления для реализации поставленной цели. Тогда возникает вопрос: какую цель преследует субъект?

Можно рассматривать волю как потребность в преодолении препятствий.

С этих позиций проблема выступает как самоцель по преодолению препятствий.

3. Проблема с себе самом для себя бытия и взаимодействие сознательного и бессознательного связаны.

Только четкий ответ по содержанию этих проблем в субъективном смысле без попытки извлечь обобщенную истину может позволить сделать следующий шаг к анализу понятий само... (регуляция, совершенствование и т.д.).

Гипотеза. Бытие в себе самом для себя недоступно постороннему наблюдателю. Можно предположить, что это доступно самому субъекту.

4. О группе. Мы не мыслим себе жизни вне группы. Группа выступает как средство психологической защиты, эмоционального общения и т.д. Члены группы подвержены взаимной суггестии, индукции, в группе действуют ролевые механизмы (в том числе есть лидерство).

5. Сознательное и бессознательное.

Содержание бессознательного гораздо шире, оно включает в себя не только автоматизмы поведения, вытесненные и регулирующие механизмы, но и еще что-то.

Можно выделить две структуры бессознательного:

- подсознание: потенциально доступное, то, что может переходить в бытие для самосознания;

- сверхсознание: принципиально неосознаваемое.

Они не хотели ничего достигнуть.

Они не хотели ничего оценить.

Они не хотели попытаться высказаться без ссылки на какие-либо авторитеты.

А вы? Не хотите ли высказаться?

ЧАСТЬ ЧЕТВЕРТАЯ

БЕСЕДЫ О ШКОЛЕ

(Для тех, кто искал и нашел)

Вивекананда был в Америке. В одной из своих утренних бесед он рассказал притчу, подчеркивая, что вера может сдвинуть гору.

Одна старушка, которой очень мешала гора, сказала: "Вот хорошо!

Этого я не пробовала".

Прямо перед ее домом высилась гора. Она заслоняла доступ свежему воздуху и солнцу. В доме было очень душно. Старушка сказала: "Так просто. Пойду-ка я, вооружившись верой". Тут же она пошла домой. Открыла окно и взглянула на гору в последний раз - потому что та сейчас исчезнет и она наверняка ее больше не увидит. Старушка закрыла глаза и сказала:

"Я верую. Теперь убирайся!" Она повторила это трижды, потому что думала, что с одного раза такое может не случиться.

Потом открыла окно. Гора была на месте. Старушка засмеялась и сказала: "Так я и знала, что не поможет".

Если вы это знаете, то ничего и не случится, - вы же не выполнили условие.

Я тоже говорю, что вера может сдвигать горы - но Вера, учтите. А Вере не нужно повторять трижды. Это сомнение говорит трижды. В чем дело?

Сказано - и все. И Вера не откроет окошко, чтобы смотреть. Вера может быть только полной, иначе это не Вера.

Раджниш

Беседа первая

В чем, на мой взгляд, наш шанс? Ситуация довольно сложна. Сложность состоит в том, что обычно программа обучения, связанная с последним этапом, требует от человека незакрепленности ни социальной (то есть легкости переходов из одного социального состояния в другое), ни пространственной (легкости пространственных переходов, непривязанности к какому-либо месту жительства, умения его менять и осваиваться в совершенно новой обстановке). У нас с вами такой возможности нет, и мы об этом говорили. Проблема, не решенная для всех. Поэтому в данной ситуации мой личный интерес состоит в том, что, как мне кажется, удалось найти такую форму программы, которая позволит иметь шанс тем, кто с нею справится, решать задачи, ставящиеся на последнем этапе обучения в той наличной ситуации, которую мы имеем. Это довольно сложно, но, естественно, чисто профессионально, мне очень интересно. Вот в этом моя заинтересованность. Поэтому я за это дело и взялся.

Давайте попытаемся разобраться, на что вы претендуете, но разобраться не с вашей точки зрения. Потому что у каждого есть свое внутреннее понимание, своя внутренняя картина того, на что вы претендуете, что маячит в итоге...

Сейчас передо мной сидят одиннадцать одиночек-индивидуалистов, каждый из которых занимается своим личным делом. Для того, чтобы решить его, он посещает вот эту ситуацию. Поэтому групповые отношения, если они необходимы, будут устанавливаться мною как руководителем программы. Вне ее у вас могут быть какие угодно отношения, но здесь, в момент работы, в момент обучения отношения могут быть только такие, какие необходимы для работы. Поэтому никакие претензии, попытки установить какие-то нормы, общие для всех и т.д., идущие от вас, не будут приниматься.

Чем отличается духовное сообщество от всех других сообществ?

Элементарно говоря, тем, что в нем собираются взрослые люди, которым не нужен "папа" (ни в виде папы, ни в виде господ Бога, ни в виде Махатмы - ни в каком другом виде), без которого обычные люди просто не способны выйти за пределы своего крайне пассивно реагирующего на обстоятельства бытия.

Такая пассивность прекрасно показана в фильме "Ганди". Значит, первое, на что вы претендуете, независимо от того, что вы об этом думаете, - стать взрослым человеком. В том смысле взрослым, который вкладывается в это понятие в духовном сообществе. Человеком, живущим так, как живет, поступающим так, как поступает, думающим так, как думает. И для этого ему не нужны никакие внешние обстоятельства. Он такой, потому что таким хочет быть, такой есть и находит способ таким быть. Его развитие, движение по жизни, его бытие зависят только от него самого, от его устремленности. Естественно, они происходят в Диалоге между ним и Миром, но в этом Мире он один. Он может объединяться, разъединяться с кем-то - это его личное дело. Но по существу, психологически он взрослый человек, а значит, человек сам по себе, сам в себе для себя бытие - не нуждающийся ни в какой поддержке, программировании извне. Он полностью обусловлен изнутри, все его границы описаны изнутри. Ничто ему не нужно снаружи, чтобы быть таким, каким он хочет быть. В любой ситуации - центральной или промежуточной, на необитаемом острове, в безумной толпе - он такой, какой есть. Это принципиальнейший момент в достижении поставленной вами цели. Смысл и основное содержание любого реального духовного учения, занимающегося трансформацией, в том, чтобы помочь человеку выйти туда, где он действительно становится взрослым, человеком с точки зрения духовности.

После этого его судьба, жизнь - это его собственное, личное дело, где помочь в прямом понимании учебой принципиально невозможно и бессмысленно. В дальнейшем вы сами себе находите ситуации, источники информации, так как знаете, что вам надо и как это делается. Вы построены изнутри, и ничто снаружи вас уже не держит.

Поэтому непривязанность - это не безразличие или "отмороз" (как говорится, мне все "до лампочки"); такая банальная трактовка - лучший способ замаскировать суть дела. Непривязанность в истинном смысле этого слова возникает только тогда, когда человек полностью, во всех без исключения своих проявлениях обусловлен изнутри.

В фильме "Ганди", к сожалению, на это мало обращено внимания. Там показывают, что Ганди делал, изображаются события и то, как он на них влиял. А вот почему он мог на них влиять, почему не зависел от этих событий, как все вокруг, - близкие, друзья и ученики, правительство, люди, не менее самого Ганди желавшие Индии блага? Это в фильме отсутствует. То есть отсутствует та внутренняя цель, к которой может устремиться человек, если он хочет состояться как уникальность, как личность в уникальном духовном содержании. Такой человек всегда и во всем - активен. Он идет не от стимулов внешней среды, обусловленный ими и реагирующий на них, - "я такой, потому что снаружи вот так, так и так", а "я такой, потому что внутри у меня так, так и так"... В этом и проявляется внутренняя сила, что очень важно понять, наблюдать, изучать, над чем надо постоянно думать, размышлять. Потому что это центральное звено, принципиальный смысл заключительного этапа обучения. Мы будем стараться так строить свою программу, чтобы максимально вам в этом помочь.

Следующий момент, также весьма существенный, связан с тем, что мы называем "сидхами", экстрасенсорными возможностями. В общем виде все это можно назвать трансформацией своей инструментальной части, своего инструментального "я". Что здесь необходимо понять? Прежде всего, что есть очень простое начальное объяснение этих вещей, состоящее из двух компонентов. Во-первых, большая, несравнимо большая, чем в среднем у большинства людей, развитость управления деятельностью субдоминантного полушария. Того полушария, которое оперирует образами, в отличие от речевого, логического, оперирующего дискретными последовательностями, то есть языком. Язык не может описать одновременно несколько вещей - он описывает их, располагая в определенной последовательности. Образ, как известно, есть ситуация одномоментная. Узнавание чело-

века происходит практически мгновенно (мы для себя внутри не расчлняем процесс распознавания), мгновенно вдруг возникает знакомое лицо в толпе. Такое образное, "симультанное" восприятие - особенность второй половины нашего мозга.

В журнале "Здоровье" была помещена любопытная статья о проблеме асимметрии полушарий. В ней подчеркивается, что наша культура, наши системы обучения, воспитания и т.д. совершенно не занимаются развитием способностей к реализации потенций, заложенных в субдоминантном полушарии. То есть это уже общее место. Отталкиваясь от него, делаем следующий шаг. Значит, если в нашем правом полушарии в качестве картины Мира существует образ, в который входит вся Вселенная, то мы в определенном смысле, на определенном уровне имеем знание о всей Вселенной. Этого в левом нашем описательном полушарии мы принципиально иметь не можем. Картина Мира в речевом полушарии есть описание Мира, некоторая концепция о Мире. Картина Мира в субдоминантном полушарии есть в полном смысле этого слова картина, не описание, а образ.

Вот здесь прошу вас быть предельно внимательными, хотя ситуация кажется абсолютно простой. Но, как ни странно, в беседах с различными людьми она вот в таком виде никак не может сформулироваться до конца.

Еще раз повторяю, средствами дискурсивного мышления, то есть речевого полушария, условно говоря, средствами языка, мы не можем создать картину Мира в том смысле, который вкладываем в понятие "картина", "образ". Мы создаем лишь более-менее полное-неполное, противоречивое - непротиворечивое, целостное - фрагментарное и т.д. описание Мира.

Концептуальная акцентуация есть необходимое свойство речевого логического дискурсивного мышления, потому что текст организуется в нечто цельное только за счет концептуальности - некоторой композиции, в него вложенной. С этой точки зрения можно говорить и о концепции, скажем, художественного текста.

Субдоминантное полушарие, которое оперирует образами... В принципе, мы можем представить себе ситуацию картины Мира в буквальном смысле этого слова, в которую включен весь Мир, весь Мир там "нарисован". Не будем говорить о глубине, точности и т.п. информации, отображенной в этом образе. Скажем лишь, что раз такую "картину" создали, то уже имеем информацию обо всем Мире. Пусть со своими ограниченными характеристиками, но это цельная картинка, а значит, мы одновременно в состоянии воспринять весь Мир на том уровне, на каком сделана эта картинка. Думаю, большинство экстрасенсорных и субсенсорных (подпороговых) проявлений человека связаны прежде всего с развитыми системами субдоминантного полушария.

Следующий принципиально важный момент - умение пользоваться, оперировать (уметь говорить, думать) этими образами, то есть необходимость создания системы, с помощью которой можно ими оперировать так, как мы оперируем словами. Тут обязательно нужно размышлять, проявлять собственную активность, творчество, инициативу поиска в себе самом этого момента. Естественно, мы сразу, опираясь на библиотеку, с которой знакомы, можем представить себе учения исключительно левой стороны и учения исключительно правой стороны. А также можем вообразить некое учение, так сказать, о целом, о единстве дискурсивного и континуального, Теперь, думаю, на этом фоне вам будет более понятен и смысл основного метода думания, который мы с вами осваиваем, - метода качественных структур, и те, иногда абсурдные и смешные, перегибы в его употреблении, возникающие вначале. То есть мы пытаемся, в основном, этот метод использовать опять же для текстов, для словесно-логических конструкций, построенных согласно такой концепции. Но главная его задача в другом - он позволяет работать с субдоминантным восприятием, "думать образами", мыслить объемами. Мы назвали это "объемами", ибо образ может быть не обязательно плоским, а сколько угодно стереоскопическим.

Метод качественных структур является у нас как бы мостиком, ходом от одного способа к другому, от описания Мира к картине Мира, к образу Мира и от образа Мира - к описанию. Этот мостик позволяет в данной системе соединить концептуальное и спон-

танное. Теперь дело за совсем небольшим, за так называемым нулевым моментом, точкой координатора, или аспектом координации. Естественно, этой точкой координатора, если мы говорим о человеке, является он сам, его "Я", то самое "Я", о котором можно сказать только одно: "Я-есть". Оно принимается изначально как некая абсолютная целая вещь, которую невозможно дифференцировать. Скажем, по аналогии с монадой Лейбница. Главное в том, что это "Я" принципиально не дифференцируется, за счет чего оно и есть та самая оформленная пустота, или пустая оформленность, о которой можно прочитать в древних текстах. Это вопрос принципиальный. Таким образом возникает то психологическое напряжение, которое человек испытывает, когда глубже знакомится со Школой, - ощущение пустоты, в котором пребывает "Я".

Потому что все остальное в себе мы выносим наружу, как бы превращаем в инструментальность, в определенном смысле объективизируем. Но "Я" - это "Я" и больше ничего, некое, так сказать, абсолютное целое, оно же пустое недифференцированное целое. Такая абстракция всегда пуста. И в то же время оформленная пустота управляет всем этим огромным хозяйством, которое есть человек во всей полноте его бытия. То есть уже не в пустом его бытии, а в его проявленном бытии, и в самом себе для себя, и в себе самом для других бытии - составляющих два аспекта нашего существа.

Они не являются пустыми, они заполнены... Поэтому вынесение этого всего не пустого своего бытия в качестве третьего голоса в Диалоге с Миром и есть реальный ход, психологическая композиция, позволяющая перейти к системе резонансных взаимодействий, и есть принципиально иной способ существования, способ жизни, способ бытия. Принципиально иной - и это тоже нужно усвоить до конца.

Я не говорю, чтобы вы сейчас согласились - и все. Мы уже знаем бессмысленность всех этих "да" и "нет", произносимых по каждому поводу и на каждом углу. До момента переживания субъективной истины это - пустые слова. Предлагаю вам активно размышлять, пробовать, экспериментировать, строить соответствующие ситуации, читать соответствующие тексты, делать соответствующие медитации для того, чтобы биться и пробиваться к решению этого круга проблем.

Одна из этих проблем состоит в том, что мы с вами называем резонансом и о чем у нас много написано, но плохо прочитано. Суть в том, что мы уже автоматизировали многие употребляемые в нашем общении слова.

Так вот, резонанс - это не есть просто какая-то психоэнергетическая настроенность за счет тех манипуляций со своей аффективной сферой, которой мы обучены. Резонанс - способ общения с Миром и людьми. Для этого нужно поместить свое "Я-есть" не в свою субъективную реальность, не внутри ее и не в свою объективную предметность, а вне их. Получается такая картина - у нас есть субъективная реальность и находящийся вне нас Мир. А вот это пустое, недифференцированное Я, его абсолютная целостность находится как бы нигде. И только в ситуации, когда оно психологически помещено в такое пространство, которое пусто (пустое "Я" помещено в пустое пространство), - только в этом случае возможна реализация в полном объеме того содержания бытия, которое в Школе называется резонансом, или целокупным бытием, то есть вкупе, соборно, вместе, соединенно, неразрывно. Неразрывность субъекта - целокупность, неразрывное единство субъективной реальности и объективной реальности.

Тогда возникает вопрос, а как же в этом неразрывном единстве, в этом резонансном бытии возможна какая-либо целевая деятельность? Ибо Мир есть процесс, он процессуален. Субъективная реальность, в строгом смысле слова, тоже процессуальна. Значит, процесс взаимодействует с процессом.

И каким образом я заранее могу предположить, что в результате этих взаимодействий я окажусь в точке Б, которую избрал себе как цель, двигаясь из точки А? Это самый сложный вопрос, в ответах на который существует огромное количество всевозможных спекуляций как разоблачительного, так и "воспевательного" характера, особенно когда речь идет о духовных школах и о духовных методиках.

Естественно, в разоблачительном варианте подчеркивается, что это якобы пассивный способ бытия, то есть невозможно поставить никакую цель и достичь ее (это считается в нашей культуре пассивным способом бытия - отсутствием цели). А апологеты, восхваляющие такой подход, со своей стороны, подчеркивают, что только в этом смысле независимо от наличия или отсутствия цели - ибо движение идет не от цели к цели, а от смысла к смыслу - переживается полнота бытия и реализации того смысла, ради которого вообще человек существует. Только в этом варианте снимаются проблемы, которые для любопытного пытливого сознания оказываются в других случаях неразрешимыми. (Если вообще человека мучают проблемы, если он о них задумывается). Мы с вами имеем такую формулу (она для нас сейчас почти пуста или совсем пуста для некоторых), сформулированную следующим образом: движение целого в целом в точке координатора посредством нуля-перехода. Это, с одной стороны, повод для юмора, с другой, - для очень серьезных размышлений и сложнейшая сама по себе мыслительная задача. Профессиональный философ, воспринимая эту фразу серьезно, понимает сложнейшую задачу по выявлению ее наполненности, содержательности. А человек, который просто слышит звуки, может и посмеяться - "что же это за абракадабра такая!". И вот здесь для многих из вас возникает тоже большая проблема. Потому что вам теперь заново нужно не просто услышать и воспринять слова, которые вы как будто бы уже слышали и знаете, а наполнить это дифференцированным содержанием, полем смыслов и т.п. Это безумная работа в том плане, что от многих из вас такое мышление, такое думание потребует грандиозных усилий. Потому что невозможно стать взрослым человеком, то есть человеком, обусловленным исключительно изнутри, не имея философии в смысле некоторого понимания бытия, мироздания, так называемых "высших материй". В этой формуле - ответ на вопрос, как при целокупном бытии, резонансном способе осуществления возможно сознательно направляемое движение. Вопрос, о котором мы в большинстве случаев не задумывались: как вообще у человека появляются цели? Откуда берется эта "штуковина", за исключением суггестии, когда это внушенное, привнесенное извне. А вот как человек сам в себе строит цель, как работает механизм целеполагания? От чего оно зависит? Какие есть его варианты?

Вы уже можете себе составить, даже из этой части беседы, солидный список того, что должны знать через три года, с какими областями знания должны быть знакомы хотя бы в общем виде. Я не говорю "прочитать", - это решит каждый для себя сам. Но в том, что нужно знать, думаю, вы достаточно уже разобрались. Не пугайтесь, что так сразу нагружаю вас.

Возможно, то, что я сейчас делаю, за пределами ваших сегодняшних возможностей (хотя слова, в принципе, большинству знакомы). Отдаленное понимание того, о чем идет речь, есть, очевидно, у всех - меньшее, большее, но оно есть. Но необходимо реально увидеть тот объем работы по отношению к самому себе, на который вы замахиваетесь. И это все сказано только о пространстве сознания.

Следующий момент - приведение в необходимое для резонансного бытия качество своей эмоционально-эффективной сферы (психоэнергетики) и непосредственно физического тела. Здесь у нас с вами на сегодняшний день тоже не все так однозначно, просто, как было вначале, в эпоху вашего неопитства. Сейчас у каждого из вас есть свое представление о том, какими должно быть тело, психоэнергетика и даже, в принципе, сознание - хотя это представление в большинстве случаев смутное. Насколько оно близко к существу дела, выявится только в процессе усвоения этой заключительной программы.

Суть в том, что и это представление должно быть обусловлено только изнутри, исключительно изнутри. А тут мы с вами сталкиваемся с парадоксальной ситуацией, о которой я не устаю говорить. Оказывается, труднее всего разобраться с элементарной, казалось бы, вещью - с физическим телом. Почему? Во-первых, физическое тело есть для каждого наиболее реальная часть самого себя. Во-вторых, оно есть наиболее суггестируемая часть человека в силу опять-таки ее наибольшей реальности. То есть для всех других людей это тоже наиболее реальная часть другого человека. Поэтому из огромного количества

совокупных воздействий внешнего обусловливания огромная часть приходится именно на физическое тело. И если каждый из нас просто разберет багаж конвенций, разученный за годы своей жизни, то увидит, что большую часть его составляют конвенции о том, каким должно быть тело: толстым, худым, высоким, низким, некрасивым, красивым, каковы формы ушей, носа, глаз, прическа, одежда и т.д. Иными словами, все то хозяйство, которое конвенционально внешне обусловлено физическим телом, легко, без труда перевесит все остальное при полной иллюзии, что это не так.

Ни у кого из нас тело не лучше и не хуже. Все зависит от того, для чего оно нам нужно. У одного - для сексуальной реализации (с этим все хорошо, значит, тело хорошее). У другого существует, допустим, восемь условий хорошего тела, у третьего - десять, двадцать и т.д. Но спроси человека, почему у него именно восемь таких условий, он вряд ли что-то ответит вразумительно. Так же, как и на многие другие вопросы, если не прошел специальной подготовки, обучающей рефлексировать, то есть осознавать то, что с ним происходит в его инструментальном плане. Почему он думает так, а не иначе? Есть ли другие способы думания? И не целесообразнее ли иметь восемь способов думания и включать каждый из них, когда тот более удобен? Почему он переживает так, а не иначе? Нет ли других способов переживания?

Поэтому человек вытесняет подобного рода вопросы, не задает их даже сам себе. А если начинает задавать, то когда-нибудь попадает - или в Школу, или в йогу ... короче, начинает свой путь. Потому что всякий путь есть путь к самому себе. Это мы с вами, по моему, хорошо усвоили.

Эта часть сегодняшнего моего рассказа - попытка обрисовать не только прямо, но и косвенно, как вы уже, естественно, догадались, на что вы претендуете в итоге. Вы претендуете на то, чтобы сказать: "Спасибо, теперь я сам". И сделать это с полным основанием. Спасибо всем, в общем виде - человечеству, поскольку именно оно производит людей. Ну и конкретно... "Теперь я сам". Это формула, содержание которой я постарался, как мог, раскрыть в этой беседе. В дальнейшем в нашей программе оно будет раскрываться все более дифференцированно, подробно. И все, что сегодня еще кажется пустой абстракцией, будет наполняться определенным содержанием - таковы цель и смысл нашей ситуации.

Вторую часть сегодняшней беседы хочу посвятить следующему. А как в принципе реализовать вашу претензию? Возможно ли это? Лично я считаю, что возможно, коль мы начали эту попытку. Но на что, собственно, мы опираемся, думая о возможности реализации столь серьезной претензии в нынешних, казалось бы, неподходящих условиях? И не только "казалось бы", они действительно далеко не из лучших. Во всех смыслах, начиная с бурной социальной ситуации (как известно, когда происходят революции, людям не до духовных поисков) и кончая ситуацией лично каждого, так сказать, индивидуальной, связанной с огромным количеством внешней обусловленности и прикрепленности к стандартной ситуации. Эта обусловленность трудна еще и своей стабильностью.

Очень трудно заметить, что это моя внешняя, а не внутренняя обусловленность. Здесь предстоит работа по отделению... На что я рассчитываю? Прежде всего, как ни странно, на внешнюю социальную ситуацию. Бурные перемены в нашей общественной, социальной, государственной жизни создали предпосылки к изменению самого характера обусловленности. Под сомнение поставлена вся система предыдущего обусловливания, то есть возникла ситуация, когда можно заметить вещи, которые мы были не в состоянии заметить до того. Почему? Потому что появились новые взгляды на необходимые аспекты внешней обусловленности.

Появилось взаимное столкновение всевозможных аспектов обусловленности.

С другой стороны, мы имеем в нашей группе интегральную национальную ситуацию. И можем, таким образом, выявить обусловленности, связанные с национальными аспектами, которые остро обозначились в сегодняшней деятельности. Я имею в виду не только Прибалтику, и в частности Литву, но и общую ситуацию, ее оценку с разных позиций - от экстремистских до либеральных. Все сдвинулось, трансформировалось. Уже не

тот Вильнюс, не те улицы, не те люди, не те газеты, не те лозунги... Такая ситуация - первая реальная надежда на то, что нам удастся разобраться с наиболее тонкими аспектами внешней обусловленности.

Второе, на что я рассчитываю, - массовое проявление (имею в виду в этом коллективе) экстрасенсорных объективизируемых способностей. То есть если в течение всех шести предыдущих лет мы с вами успешно избежали колоссальной опасности (и для неофитов - в первой трехлетке, и для человека, находящегося в ситуации самоутверждения, - во второй трехлетке) этих "просто обязательных" нагрузок, связанных со всякими телепатиями и прочими экстрасенсорными делами, то сейчас кинемся в это просто "с разбега". И для вас, кроме упорного труда и тренировки, ничего сложного тут не будет, так как к этому вы давным-давно абсолютно готовы.

У вас все это есть в латентном состоянии, в котором нам его удалось задержать. Потому что обычно вспышка происходит вначале и сильно осложняет дальнейшее продвижение человека.

Следующий момент - технологический. На что я рассчитываю? На глубочайшее противоречие между стабильной вашей сегодняшней ситуацией и колоссальным напряжением, существующим у каждого в подсознании. Думаю, для вас это принципиальная новость. Колоссальное напряжение связано с тем, что в течение многих лет вы воспринимали, действовали, переживали, думали и т.п. в материале, который на восемьдесят процентов по реальным обстоятельствам вашей реальной жизни вам не нужен. Но он воспринят, пережит,отреагирован и в большей своей части вытеснен в подсознание.

Стабилизация, которой вы добивались за последние три года в этой якобы паузе вашего внешнего существования, - словно тонкая пленка, за которой огромное водохранилище. Поэтому говорю при первой встрече: серьезно подумайте о том, что вам сейчас хорошо. Говорю не в переносном смысле, не иронизирую. Действительно, максимально хорошо. Потому что ситуация, которую вам удалось создать, - максимально удачная для удерживания вытесненного напряжения. Строго говоря, это главный факт, на который я опирался при формировании замысла предложенной программы и который стимулирует меня к данной деятельности, несмотря на большой соблазн ею не заниматься. Есть большое противоречие между моим сегодняшним бытийным состоянием и таким занятием, как обучение кого-то чему-то. Кроме технологий, они - просто товар: уровни, ритмы, метод качественных структур, словом, совсем иная ситуация. Противоречие в том, что, во-первых, это меня обуславливает, я беру на себя определенные обязательства, перед собой прежде всего.

Но, с другой стороны, мой внутренний закон не позволил не предложить вам эту ситуацию. Потому что, воспринимая вас объемно, резонансно, вижу, что вы - как маленькая часть огромного айсберга. Но птичка, сидящая на нем, - сознательно, несознательно, инстинктивно - так устойчиво, сбалансировано, что хочется сказать: "Вам сейчас очень хорошо. Редчайший случай, ведь многим до сих пор плохо. И на этом рубеже вы можете жить прекрасно... Пересекая этот рубеж, вы вступаете на дорогу, с которой возврата нет". Как ваш инструктор, согласно правил и законов внутренних школ, я обязан по окончании первой трехлетки, второй трехлетки и т.д. выдать инструкции, позволяющие человеку стабилизироваться в той жизни, в которой он живет, и сделать все, что от меня зависит в этой ситуации. Я это сделал и не имею к себе претензий.

...После этого рубежа стабилизация невозможна.

Таков сегодня психологически главный момент, не познавательный, а, так сказать, "переживательный". Нельзя практиковать без последствий, без последствий для целостности ничего не проходит. Жизнь человека - это его реальная ситуация, и все, что он перенес в ней, узнал, сделал и т.д., так или иначе, в грубом и тонком виде отпечатывается в его реальностях - психологической, физической, любой иной.

Так вот, эта наша ситуация имеет дело с огромным, колоссальным объемом. Колоссальным, потому что, если вы попытаетесь просто вспомнить все это, возникает ощущение некой отдельно прожитой жизни, а может быть, и не одной.

А уж если вспоминать, что было до того ... - вообще фантастика! Это очень сложный клубок, который невероятно трудно раскрутить. Сразу срабатывает система оценок. Словно тесто - лезет из квашни, а вы его обратно... Ситуация такая: если его оттуда выпустить, останется лишь одно - испечь из этого теста самого себя. К тому же - самому и испечь. Я вам в этом случае могу помочь только в качестве печки...

Что здесь самое интересное? Пирог у каждого будет свой. Если на первых этапах обучения все в принципе одинаковы, то со временем шансы на это исчезают. Тот, кто внимателен, наверное, должен был уловить очень тонко проявившееся после первых же работ напряжение в группе. Там, где, казалось, все уже сложилось, где отношения совершенно проработаны, вдруг возникла тонкая рассогласованность...

Выдается импульс, а ответ приходит не тот, или с опозданием, или как-то вдруг не так. Это неизбежно. Мы лишь чуть-чуть затронули тесто, а уже началось...

Здесь все по-новому, потому что - как на актерском курсе - хороший педагог имеет дело не с курсом, а с каждым конкретно, индивидуально, и никакого "курса" как "массы" нет. Так вот, группы никакой нет. На уровне социальной психологии она есть, а на уровне нашего дела - нет. Есть отдельные люди со своими особенностями, возможностями, потребностями и т.д. и т.п. И теперь, в глубоком смысле, встретиться можно будет только в пустоте, в пустом пространстве. Потому что как только появляется какая-то психологическая наполненность, тут же возникает индивидуальный разброс, изолированность.

И вот эта изолированность, которая снимается с помощью изучаемых механизмов: конвенциональных социальных, взаимной суггестии, информационных автоматизмов, то есть всей этой колоссальной интереснейшей "штуковины", вписывающей единственное во многое, без чего вообще невозможно существование и воспроизводство людей, - тут же начинает отодвигаться. И прежде всего между вами.

Думаю, вы достаточно уже подготовлены, для того чтобы на инструментальном уровне действовать согласованно, с конвенциями.

Искренне, творчески. А вот между собой советую с самого начала быть очень чуткими и улавливать рождающееся проявление неповторимости каждого. Вы знаете друг друга несколько больше, чем люди обычно, но еще очень неглубоко. Потому что существует общепринятая привычка видеть, разглядывать, думать о человеке на фоне всеобщего. Это настолько глубокий механизм нашего сознания, что, когда мы видим друг друга, видим не просто Другого, а его на фоне. Без фона, в психологически пустом пространстве становятся возможными многие иные варианты восприятия - как абсолютной уникальности, как действительного субъекта.

Для творческой души - это непрерывная радость, открытие, но для всех остальных инструментальных механизмов - колоссальное напряжение, требующее большой перестройки. И это тоже один из фундаментальных аспектов, опираясь на который в нашей программе я рассчитываю на успех, на принципиальную возможность. Если, условно говоря, наиболее легким путем реализации проблемы являются снятие, полное освобождение от внешней обусловленности, переход к полной внутренней обусловленности, решаемые путем перемещения внутри социума, в пространстве географическом и т.д. и т.п., то здесь мы имеем такую возможность за счет "вылупливания" уникальности. Это создает почти весь необходимый набор переживаний и восприятий, действительно необходимых для снятия внешней обусловленности. Поэтому обязательна такая ситуация, где вы все собираетесь в одном пространстве. Ведь вы друг для друга и есть те перемещения, те перестройки, которые другим способом нам недоступны.

Беседа вторая

Сегодня я хочу, чтобы мы поразмышляли о картине Мира. Мы уже привыкли говорить: "Я и Мир", "Диалог между субъективной и объективной реальностью" и т.д. Но тут возникает вопрос: что, собственно говоря, имеет в виду каждый человек, когда говорит "Мир"? В чем тут проблема? А в том, что психологически каждый живет в своем мире. И этот мир может быть совершенно не похожим даже на конкретную часть объективности, даже на город, в котором человек живет, не говоря уже о чем-то большем. Мы знаем, что человеческое сознание обладает способностью помыслить себе любой мир. И разница между фантастическим и реальным определяется в таком случае только поведением человека. Если его поведение адекватно с точки зрения социума, то никому нет дела до того, каким миром это поведение организовано. Поэтому человек имеет возможность жить так же, как живет ребенок, когда играет. Объективно для наблюдателя идет спокойно по улицам города, а для самого себя убегает от погони, преследования или вообще отсутствует, положившись на свои чисто автоматические реакции, и мыслит о чем-то своем, находится в воображении совсем в ином месте. Мы знаем также, что многие люди, считающие себя духовными искателями, психологически оказываются перенесенными в древние Индию, Египет или еще куда-нибудь и прекрасно там себя чувствуют. Испытывая некоторое напряжение от того, что реальность, в которой они существуют, пространственно и временно не совпадает с внутренней реальностью, они все-таки умудряются так существовать, сохраняя свою адекватность во внешнем поведении.

В этом вся сложность.

Так как мы с вами начали разговор о духовном сообществе, я хотел бы продолжить эту тему. Мы говорили о том, что истинно духовное положение человека - это сочетание беспощадного реализма с беспощадной же устремленностью. Так вот, что касается беспощадного реализма, то тут, пожалуй, наибольшее количество проблем. Реалистов ведь практически совсем мало. Анализируя поведение людей, искренне считающих себя практичными, подчеркивающих это и поддержанных таким же мнением других, мы можем, внимательно рассмотрев их внутренний мир, отраженный в субъективной реальности мир их жизни, обнаружить, что они совсем не реалисты. Для того, чтобы стать реалистом, нужно приложить очень много усилий. А мы с вами прекрасно знаем, что большинство предпочитает затрачивать минимальное количество усилий и имеет такую возможность по той простой причине, что опирается на систему конвенциональных отношений, на которых держится социум.

Мне в руки попала газетная заметка со следующей статистикой: "В Советском Союзе каждые 40 секунд происходит кража, каждый час - изнасилование, каждые 1,5 часа - умышленное убийство". И в целом в мире - подобная картина. Так что, пока мы с вами начали беседу, совершенно уже н-ое количество краж, вот-вот произойдет очередное изнасилование, и не менее чем один человек покончит жизнь самоубийством... Я не говорю о драках и прочих неприятностях, которые происходят ежесекундно. Они размещены в пространстве, но во времени существуют одномоментно. Если вы немного напряжете память, то вспомните, что в течение всей нашей работы я постоянно предлагаю вам делать одну и ту же медитацию: попытайтесь реально ощутить, пережить, что каждую минуту на Земле умирает сто с лишним человек и чуть больше рождается.

Это реальный мир. Мы специально берем только его теневую сторону.

Потому что именно эта сторона вытесняется наиболее активно. Мы приучились делать вид для себя, прежде всего, - что нет даже того, что мы точно знаем, не говоря уже о том, что нам сообщают разнообразные источники, которые недостаточно достоверны. Когда человек говорит:

"Диалог с Миром", он, как правило, не имеет в виду Мир как таковой. Он мыслит некую пустую абстракцию. Очень любит говорить о Космосе, о Вселенной.

Но давайте посмотрим на Космос и Вселенную. Что мы там увидим?

Огонь, в котором не может существовать ничто биологически живое, раскаленная плазма, ледяной холод, вибрации. И ничего особенно приятного, если вместо пустой абстракции "Космос" представить нечто реальное. А мы говорим "Я и Мир"...

Так вот, если вы действительно претендуете всерьез на то, на что претендуете, нужно научиться где-то там, на границе между сознанием и подсознанием, постоянно иметь этот фон. Фон реального Мира в его максимальном объеме. Нужно жить в нем, этом огромном Мире, где бесконечность, в Мире, где все сжигающий огонь, в Мире, где ледяной холод, в Мире, где звучат всевозможные вибрации, в Мире, где люди рождаются и умирают, убивают и спасают. В реальном Мире. Без этого, без постоянных внутренних усилий к помещению самого себя в реальный объем реального Мира - это игра, театр, бегство из одной комнаты, которую уже взламывает реальность, в комнату, которую реальность взломать не может, потому что она совершенно абстрактная.

Отсюда следует: чтобы быть реалистом в полном смысле этого слова, нужно реально научиться жить в реальном мире. Жить в нем психологически, хотя ближняя остановка, сиюминутная ситуация совсем не требует этого, разве только в минуту смерти или на краю смерти... Не зря говорят, что смерть - большой учитель. Вот там еще есть шанс, что человек вдруг окажется психологически в реальном Мире.

А так наша жизнь устроена очень ловко. Никаких механизмов, никаких внешних стимулов, которые заставляли бы нас жить во всей полноте мироздания, нет. Наоборот, человеку, внешне обусловленному, а внутренне почти не обусловленному, и в голову не придет такое. И прийти не может.

Если даже какое-либо художественное произведение или кто-нибудь из людей случайно затронут в нем эту тему, она вылетает, как пуля, вытесненная мгновенно. Потому что для того, чтобы сделать ее реальным внутренним бытием, необходимо постоянное усилие. Нужно научиться видеть себя на этом фоне, а не на фоне своей компании, своей семьи, своей улицы и т.п.

Общее самовосприятие нужно довести до максимального объема мироздания и чувствовать себя одинаково хорошо в любом его уголке.

Хорошо или плохо не в оценочном смысле, а в том, чтобы чувствовать себя нормально, спокойно, уверенно, потому что это так и есть. Мы действительно живем во Вселенной. Это не фантазия. Живем на планете Земля. Мы действительно часть человечества, в котором живут вместе с героями, мучениками и святыми убийцы, подонки, воры, насильники... Это все человечество. Мы действительно живем на территории Советского Союза, где каждый час происходит изнасилование, каждые полтора часа - умышленное убийство. И мы действительно все смертны. И в то же время мы живем во Вселенной. И одна маленькая штучка под названием "мозг", маленькая даже по отношению к нашему телу, в состоянии все вместить. В состоянии. И не надо для этого сходить с ума...

Без такой внутренней устремленности, без собственного, изнутри идущего желания жить во всей полноте Мира ничего не будет. И того, ради чего вы сюда пришли. Будет очередная иллюзия. Очередной заборчик, за которым прячемся от социума. Но тут должна быть изнутри выращенная устремленность, потому что извне это никто в вас не запихнет. Это дзенские мастера могли, но они жили и работали в других условиях. И с другими людьми имели дело. Теми, которые оставили всякие "привязки". А вы нигде не получите такого толчка. Прекрасно можно жить без этого.

Прекрасно... Только внутренней работой, внутренним усилием, внутренним пониманием и осознанием, куда я, собственно говоря, хочу попасть, в какую-то компанию, что за "одинокие птицы" в этом бесконечном Мире.

Когда человек действительно психологически реально начинает жить во всей полноте мироздания, он созревает и реально, в том числе уже и физически, начинает соответствовать этому самому мирозданию.

Голограмма... И тогда между воспринимающим Мир и самим Миром возникает состояние резонанса. В идеале такой человек может быть сам по себе источником любого

реального действия, теоретически любого, то есть в тот момент, когда это происходит, теоретически для него нет никакого невозможного действия в этом Мире. И это, конечно, увлекательно.

Мы знаем, что достаточно человеку хотя бы чуть-чуть расширить Мир, в котором он живет, у него сразу появляются разнообразные способности...

Не так давно в журнале "Трезвость и культура" была опубликована статья Джуны, ее жизнеописание. Так вот, она рассказывает, что у нее все началось с того момента, когда она чуть не утонула в колодце. Давайте вспомним: какие бы воспоминания людей, достигших чего-то необыкновенного, вы ни встречали, у всех оно обычно начиналось со встречи с смертью, то есть с момента, когда человек не умозрительно, а реально, переживанием ухватил факт своего пребывания во Вселенной.

Происходит супертолчок, выхвативший его из конвенциональной решетки, в которую он был вписан в процессе социализации. И вот это одно такое переживание, длящееся секунды, меняет все в жизни. Человек уже внутренне преопределен в сторону целокупности.

Можно ли достичь такого переживания сознательно? Можно. И не только достичь, но и постоянно пребывать в нем, сделать его своим постоянным психологическим миром, на фоне которого и происходит все остальное.

Теперь давайте попробуем собрать эту конструкцию вместе. То, что мы говорили уже о человеке и что сегодня говорим о Мире. Главная задача внутренней работы над субъективной реальностью, подчеркивали мы, состоит в том, чтобы вынести свое неделимое, недифференцируемое "Я", осознающее "Я есмь", в психологически пустое пространство. Представьте себе, что вы уже это сделали, что ваше "Я" находится ни в чем, нигде, никогда, в пустом месте. Тогда перед ним или вокруг него - это не важно - оказывается вся субъективная и объективная реальности.

И вот с этого момента мы можем увидеть, что они равны. Что объективная реальность существует для человека в том объеме, который вмещает в себя субъективная реальность. Человек может знать, что существует бесконечная Вселенная, и может даже соглашаться и верить, что она расширяется и пульсирует, но это не значит, что это психологически объективная для него реальность. Потому что он никак не учитывает ее ни в мыслях своих, ни в чувствах, ни в поступках. Потому что субъективная его осознаваемая реальность и объективная реальность, которая для него жизненно реальна, всегда равны. И только когда наше "Я" находится не в пустом психологическом пространстве, а помещено в центр субъективной реальности, тогда возникает иллюзия неравенства.

Скажем, я знаю больше, но мне не дают это реализовать, или я могу, но вот обстоятельства не позволяют. Если же они изменятся - изменюсь и я. Начинаются такие игры. Почему? Потому что наше "Я" помещено где-то внутри субъективной реальности. Стоит только чисто психологически, внутренне переставить свое осознающее "Я" в психологически пустое пространство, как вы сразу увидите, что эти вещи сравниваются. И чем дольше вы удерживаете свое "Я" в пустом психологическом пространстве, тем объемнее, целостнее и шире становится ваша субъективная реальность.

Потому что, свободная от помещенного в нее "Я", она начинает расширяться за счет вытесненного в подсознание материала. И неизбежно вместе с ее раскрытием происходит для вас раскрытие объективной реальности. Когда же и та, и другая реальности в объеме достигают полноты, происходит то, что называется освобождением.

Казалось бы, очень просто. В описании. Берем свое "Я", выносим в психологически пустое пространство, все остальное размещается вне этого "Я" - и все. Но наш опыт свидетельствует о том, что даже на минуту (60 секунд) это трудно сделать.

Касаясь растождествления, мы убедились, что покинуть внутреннюю свою реальность даже на очень короткий промежуток времени, доставить свое "Я" в не привязанную ни к чему ситуацию безумно трудно. Нужно быть абсолютно в нем уверенным. В том, что оно все это удержит.

Но тут проблема лишь в одном: сделать это. Мешает элементарный страх - если я выведу свое "Я" в пустое пространство, как оно все это, то есть самотождественность, удержит? Получается парадокс. С одной стороны, мы уже согласны с методом качественных структур, говорим, что целое, его качественная внутренняя определенность выражается через понятие точки координатора, нулевую позицию. Говорим также, что у человека такой точкой координатора, нулевой, пустой, недифференцирующей, является его осознающее "Я". Значит, "Я" и нужно поместить в эту точку. И тогда ты целый. Ты есть целое.

Но когда мы психологически открываем, что помещение своего осознающего "Я" в эту точку есть помещение его в пустое пространство, в ничто, в никуда, вот тут наше логическое суждение ничего не в состоянии сделать с нашим психологическим переживанием. По той простой причине, что мы еще не реалисты.

Реалистом может быть только взрослый человек - потому-то подростку так трудно жить без папы и мамы. Есть они - и в психологически пустое пространство помещаются вместо меня. Они там, в этом пустом пространстве, а я здесь. И все. Пока человек стоит на такой детской позиции, он не может быть реалистом в том смысле слова, который мы ввели. В этом объеме он не может иметь дело с реальностью напрямую. Он имеет дело с реальностью только опосредствованно, ибо его "Я", находясь в субъективной реальности, не может установить непосредственный контакт с объективной реальностью. И значит, между моим "Я" и реальностью как таковой находится целый кусок субъективной реальности. Вот покрывало Майи, занавес, запотевшее стекло. Оно может быть увеличительное или уменьшительное (чаще - уменьшительное). И тогда мне хорошо, легко.

Потому что я могу не только не помнить своим логическим умом, но и не воспринимать своим образным умом, не видеть Мира, в котором живу. А видеть мир, который придумал. Именно в нем мне хорошо. Если этот игрушечный мир вдруг начинает меняться, ломаться, - я расстраиваюсь, у меня возникают отрицательные эмоции. Если кто-то попытается в окна моего игрушечного домика достучаться или разбить стекло, чтобы я вдохнул свежего воздуха, я, естественно, буду гневаться. Потому что зачем мне каждую секунду своего бытия видеть бесконечные смерти и рождения? Ведь это же одинаково трудно.

Мы ведем беседу, а люди умирают и рождаются. Последний вздох умирающего сливается с криком новорожденного... Что-то возникает и исчезает, снова возникает и снова исчезает. От микромира до Вселенной, где сталкиваются галактики, взрываются или коллапсируют звезды...

Вот в таком Мире наша жизнь начинается, проходит и кончается. И когда человек говорит: "я хочу достичь Бога" (истину Мира, самого себя), он в большинстве случаев не имеет представления о том, что говорит.

Неведение, ученое неведение, управляемое неведение - вещь необходимая, потому что невозможно просто так рвануть с места и вылететь из клетки нормальным. Но невежество, являющееся защитой, иллюзией, - это не неведение. Потому что в невежестве нет устремленности, а вы, простите, еще не реалисты... И не только не реалисты, в вас нет еще и настоящего желания жить в этом Мире. Вы еще все-таки там, где-то в глубине, надеетесь из всего этого выстроить себе фантастический мир. Более симпатичный и защищенный, чем был.

Да, в этом мире чудесного - бесконечное количество сил, смертей, уродств... И я стараюсь понять своеобразие нашей с вами ситуации. Если мы четко не увидим, не обозначим реальное положение дел, специфическое для нас с вами в этом месте и в это время, то ничего не сможем сделать реального, трансформирующего. Ну, вы меня слушаете, зададите вопросы - и на этом все закончится... Потому что учить вас методике уже не нужно.

Но чтобы получилось то, ради чего мы собрались, чтобы состоялся завершающий этап обучения, где человек становится профессионалом по отношению к жизни и к себе самому в ней, нужно очень четко определиться в ситуации. Не ставлю под сомнение ис-

кренность вашего желания - это было бы бессмысленно, потому что я вас и вы меня знаете не первый год. Я размышляю о том, как его реализовать.

Мой личный опыт реализации этого этапа ничего нам с вами не дает.

Потому что я учился совсем по-другому и в другой ситуации, в других условиях, и вообще все было по-другому. Ничего похожего, кроме знания основных результативных этапов. Когда в прошлый раз я сказал, что если вы войдете в содержание этой программы, то бесповоротно станете похожими на меня, я имел в виду не только тонкий план, на что надеюсь, конечно, но и самый элементарный бытовой план. Жизнь у вас будет подобна моей - в самом прямом смысле слова. А вы мою жизнь знаете хорошо, поэтому я использовал ее как пример.

Теперь появились законы, по которым вам придется действовать. Став конструкцией вашего внутреннего существа, они позволяют вам жить так, как вы живете сейчас. Балансировать на этой грани, о которой мы говорили в прошлый раз, между совершенным знанием и жизнью, внешне обусловленной гораздо больше, чем внутренне. Человек, желающий войти в духовное сообщество, покидает то, в котором находился. Это разные сообщества. За перемену он платит, подчеркиваем мы, только одну цену - свою старую жизнь. Другой цены нет.

Но вот что интересно. Попадая, допустим, в Конго, в среду какого-нибудь племени, мы легко понимаем, что там - другая жизнь. Правда, можно попытаться "поагитировать" за свой образ жизни (чаще всего из этого ничего не получается). Но вначале все-таки изучаем, как у них, а потом уже рассказываем о своем. Когда человек слышит, что духовное сообщество живет по-иному, до него это почему-то никак не доходит. Даже тогда, когда видит представителей этого сообщества.

Сообщество малочисленно по сравнению с человечеством в целом - разброс всегда малочислен по сравнению с серединой. И жизнь его представителей не лучше и не хуже. Она просто другая. Думаю, две первые наши встречи, может быть, заставят вас хоть иногда чуть-чуть думать об этом...

Теперь попробуем этот объем перевести на технологический язык.

Перед нами две технологические задачи.

Первая: помочь каждому из вас вырастить в себе беспредельную устремленность к реальности, к Миру как он есть, точнее говоря, как он нам известен.

И вторая: видеть эту реальность, эту устремленность беспощадно реально. Чтобы создать такой беспощадный образ, необходимо вывести свое осознающее "Я" в пустое психологически пространство и научиться его там удерживать. А затем добиться, чтобы оно пребывало там постоянно - без этого у нас просто ничего не получится. То, что мы с вами называли стабильным самосознанием, осуществимо до конца только таким образом.

Собственно говоря, давно ведь сказано: "В темной, как темнота, темноте, в пустой, как пустота, пустоте жил да был Бог"... Значит, сотворение мироздания начинается с того, что Бог помещается в то место, где ему положено быть... В место, где находится творец, то есть наше "Я". Значит, оно должно оказаться у себя дома. Вопреки всему семантическому полю понятия "дом", дом нашего "Я" - это ничего, нигде и никогда. В пустой, как пустота, пустоте.

В прежние времена тут действовала очень хорошая "морковка".

Говорилось, что вот так можно обрести бессмертие. Естественно, в пустой, как пустота, пустоте нечленимое "Я" ощущает себя бессмертным. Особенно, если мы отсюда туда на него смотрим инструментально (туда можно посмотреть только инструментально). Так что не будем касаться этого вопроса - ответ ведь не опирается ни на какой опыт и ни на какие экспериментальные данные, а потому все равно будет спекулятивным.

Давайте будем говорить жестко, а жестко - это значит просто надо так сделать. Только в этом случае мы оказываемся в состоянии реально заниматься резонансом. То есть, строго говоря, резонансом заниматься можно на уровне любого инструмента. Это

будет инструментальный резонанс, относящийся к психоэнергетике другого человека или к психоэнергетике пространства сознания и т.д.

Но это еще не тот резонанс - между субъективной и объективной реальностями, о котором мы с вами говорили в общем виде. Предположим, я нахожусь внутри со своей субъективной реальностью, с частью ее. Вот выделил я в себе часть инструментальную. Но все остальное в это время есть мой дом. И сразу всеми тремя инструментами войти в резонанс я не могу, для этого я должен быть нигде. А уж если я хочу взять всю свою субъективную реальность и ввести ее в состояние резонанса с объективной реальностью, то тот, кто все это делает, где он? Ни там и ни там, он психологически в пустом месте, в нулевой точке.

Стоит только проделать эту процедуру, как ваш инструментальный начинает жить, расти, развиваться уже совершенно по другим законам. Мы не можем говорить, что при этом вся психофизиология меняется - хотя в каком-то смысле это так. Нам известно: да, происходят довольно интересные изменения, но пределы их мы сейчас затрагивать не будем. А психологически появляется необходимая метаструктура, позволяющая соединить, реально интегрировать в себе вот это: субъект-объект. И реально встать в позицию Диалога с Миром, воспринимая Мир как субъект.

Без всякой иррациональной подкладки, чисто технологически.

Таким образом, оставаясь в рамках психологических рассуждений (или, скажем, парапсихологических), мы с вами понимаем, что, независимо от внешнего наблюдателя, от того, кто изучал бы весь этот процесс, для нас самих, для каждого из нас это активное строительство субъективной реальности - по плану, по замыслу, полученному извне (информация о такой возможности) и апробированному практически (ведь мы с разных сторон подбирались к нему в течение всех этих лет), - осуществимо.

...Здесь возникает план, замысел организовать свою внутреннюю реальность более качественно. Этот замысел можно осуществить в полном объеме, и тогда мы получим то, о чем говорили вначале. Он может быть осуществлен частично, и тогда мы получим различные варианты и уровни приближения. Становится понятно, почему всякие там "сидхи" или экстрасенсорные способности во все времена, во всех серьезных ситуациях назывались "цветами дороги". Ведь это остановка, недоосуществление замысла. И в то же время - необходимый и неизбежный продукт на пути реализации такого замысла. Скажу больше, попробуйте всерьез посвятить сутки тому, чтобы постоянно держать внутри себя фон: весь жилой город, не картинку архитектуры, а именно живой - с людьми, смертями, рождениями, болезнями, радостями, любовью и т.д. и т.п. Держать его в себе и себя на этом фоне. К концу суток у вас уже "сидхи" появятся. Пара штук точно прорвется... При вашей технической подготовке. Осталось последнее - стабильное самосознание в полном смысле этого выражения. В полном его объеме. Вытащить себя оттуда. Вытащить домой, в пустоту. Не испугавшись, грамотно, понимая, что это ваш дом.

Я сейчас опираюсь, строя беседу, на ваш опыт и переживаний, и действий, и всей предыдущей технологической учебы, где вы бились над задачей стабильного самосознания. Делать это усилие постоянно, пусть сначала 10, 20, 30 секунд, но, повторяю, постоянно, ведь каждая секунда в этом состоянии весома. Потому что она дает возможность хоть на мгновение, но увидеть реальность. Увидеть, ощутить, прочувствовать, даже успеть подумать о ней...

Знание - большая сила, незнание - тоже большая сила, а вот невежество - это всегда слабость.

Ну, и, наверное, последняя важная и интригующая, с точки зрения названия, тема в наших вступительных беседах - "Тайна реального действия"... Из всего, о чем говорили в прошлый раз и сегодня, уже следует логический вывод: тайна реального действия в том, что ее нет.

Просто есть реальное и нереальное. Если вы пребываете в реальном, то любое ваше действие реально, если в нереальном, любое ваше действие нереально. Хотя оно может

соответствовать описанию Мира, тому описанию, которого вы придерживаетесь и которое разделяют с вами ваши знакомые и знакомые ваших знакомых... И вообще все авторы из той библиотеки. Отсюда - парадокс: по отношению к жизни, к ее живой ткани человек, с точки зрения библиотеки мало знающий, мало образованный, может быть во много раз эффективнее знающего.

Наверняка потому ни у одного народа, ни в одной культуре никогда ум не отождествляется с уровнем информированности.

Мы прекрасно это знаем на примере, скажем, мандал. Возьмем тибетские изображения. Смотрим на эту картинку. Можно думать, размышлять, переживать: то есть извлекать из нее знание. Цветная, много на ней всего изображено, а прочитать, просто, как текст, мы не в состоянии. Для этого нужно стать ученым-востоковедом. Неграмотный же тибетский пастух, которого учили по этим картинкам, сядет и начнет говорить...

У нас с вами вообще нет подобной традиции. Смотрим картину (за исключением очень немногих людей с развитым эстетическим восприятием или как-то обученных, погруженных в этот мир, знающих этот язык) и ничего не видим. Тот, кто много читал, как правило, оперирует терминами "экспрессия", "композиция", "колорит"... Художник про картину свою способен говорить девять дней, а мы это взять отсюда не можем. Особенно если там (Лотман, "Информационный парадокс канонического искусства") вообще ничего нового не нарисовано - традиционный сюжет, композиция и цвета, как у всех. А действует же! И информация какая-то появляется.

Отчего? Лотман поясняет, и Флоренский в "Иконостасе" описал: происходит структурализация субъективной реальности, и за счет этого возникает информация нового уровня, более интегрированная. Хотя никакой подачи информации - подается структура, которая действует, структурирует внутреннее пространство сознания, чувства или соматическое пространство, то есть программируется пространство тела, души, духа...

Мы все думаем, что нужно во что бы то ни стало досказать книжку, в которой все "то самое" написано. Или же, в крайнем случае, поймать "того самого" человека, чтобы он "то самое" рассказал. Надо себя поймать. Ведь лучшей книжки, чем люди и реальность, нет. Там все. Все тексты. Читай на здоровье. Но для этого нужно выловить себя и из внешних, и из внутренних обусловленностей. Тогда мы будем иметь точку опоры. Неистребимую, неуничтожимую, не поддающуюся ничему внешнему. И пока я есмь - я есть, это никому не подвластно. Вот тогда все, чему вы учились, все, что вы прочитали, все, чему вы еще научитесь и что прочитаете, пригодится, раскроется, как раскрывается бутон.

И в тех, кто раньше занимался, тоже уже все есть. Они же здесь присутствуют... Информация поступает на тонком уровне взаимодействия.

Хотя внимание наше (ухо, глаз, рука, мысль) приучено только к совершенно очевидному, но мозг же, как говорится, не из булыжников. А нам бы по голове поленом - вот тогда это реальность. Потому что внутри толпа шумит, за ней ничего не слышно. И найти себя почти невозможно. Своего голоса человек не слышит, а иногда уже и боится услышать. Потому и тишины боится... Только в безусловности весь этот айсберг, вся эта глыба, которая в вас уже есть, сформирована, весь этот объем, который заложен, который вы же сами и добывали, - сможет реализоваться.

Значит, задача номер один или, точнее, единственная - поместить свое "Я" в свой дом. Найти его и обжиться в нем. Там совсем неплохо и совсем не страшно. Потому что "Я" ничего не боится. Боятся личность, индивидуальность, совокупность конвенциональных программ, сенсорные привычки, соматические ощущения, мыслительные потоки. А это вот зерно ничего не боится. Это кристалл. Это высшая точка, доступная развитию человека, человеческого сознания, самосознания. Субъект, объект, реальность, нереальность, фантазия, воображение... Вы что, думаете - так легко оно досталось? Оторваться от природы, вылезти из растворенности в Мире, когда нет тебя, когда ты просто слит с этим... И вылупиться оттуда, выродиться. Выродиться и увидеть, что вот оно "Я", малю-

пусенькое существо, с ограниченным сроком жизни. И вот она - Вселенная... И не сойти с ума.

Прожить эти сто, двести тысяч лет и уже сорок тысяч лет обладать сознанием развитым. Представьте этого человека как одного. Через что он прошел! Как вылупливался, в каком смертном ужасе... Пройти этот путь до конца - это и есть духовность. Ничего загадочного. Это же просто - пройти его до конца. Раз уже вы задумывались над этим, раз уж оказались тут, если вас что-то не устраивает в растворенности...

Ведь вся история человека - это история "вылупления". Сначала он вылупился из племени, потом он вылупился из места жительства, потом он вылупился из национальности, потом из пространства Земли и т.д. Сейчас он чаще всего растворен в социуме. Еще он не может сам по себе, без всего. Он и Вселенная! Не получается.

То, на что вы замахнулись, то, что вас манит и тянет, - вот это...

Сделать пару шагов вперед. Не дожидаясь, будут ли следующие воплощения - не будут... Кто его знает? Ведь это бабушка надвое сказала... И сколько жить осталось - тоже ведь неизвестно. Имеет смысл попробовать. Раз уж запахло этим, раз уже хочется - так давайте вперед, действуйте!

Организируйте свои ситуации. Вы все уже умеете. Срежиссируйте. Чтоб вам вокруг все помогало! Не спать помогало, а выполнить эту задачу - вылупится из самого себя. Вы уже, каждый сам по себе, что-то обозначаете. А теперь надо вылупиться из самого себя, непонятного себя, туманного, какого-то расплывчатого себя. И вы родились. Вы дома...

Но вопрос - что с этим делать? На такой эмоциональной ноте хотел бы закончить. Вернее, хотел бы, чтобы на этой ноте вы услышали вторую часть, она словами трудновыразима... Устремленность! К беспощадному реализму нужна еще беспощадная устремленность. Даже - в каком-то смысле смешная, наивная, детская (можно любое слово придумать), романтическая... Есть две формы такие: одна светит, другая греет. Тогда получится. Может получится. Все для этого есть...

Беседа третья

Я наметил две связанные между собой беседы. Одна - о человеке с точки зрения его механизмов, вторая - о жизни с точки зрения ее механизмов. Практически я, наверное, не скажу ничего нового для тех, кто все это время участвовал в работе, но хочу обобщить имеющиеся у нас сведения... Постарайтесь в очередной раз эти сведения увидеть в себе. То есть проверить, все ли свои механизмы вы уже обнаружили, изучили, как они работают и т.д. Потому что без знания своих механизмов наша основная цель вряд ли достижима, без этого знания мы запутаемся.

Попробуем профессионально посмотреть на то, что такое человек в его обычных проявлениях, в "великом среднем". Ну, конечно, это существо предельно забавное. Предельно забавное потому, что очень серьезно, с глубокой серьезностью относится к своим механизмам, при этом прекрасно и часто очень красиво несерьезно относясь к механизмам вещей. Вот вы подходите к игровому автомату. Бросаете энное количество копеек, нажимаете соответствующую кнопку. Начинает двигаться картинка, вы хватаете ручку, целитесь, нажимаете кнопку - "стреляете" ..., проигрываете или выигрываете, получаете какое-то там удовольствие, отходите, и у вас нет печали по этому поводу... Печали по поводу того, что как же это так: всего за пятнадцать копеек нажатием кнопки такая огромная штукавина, достижение электроники, крутит, вертит, мигает, кричит, пищит... Нормально, так и должно быть. Одна кнопка, пятнадцать копеек - и пять минут все работает, потребляет электроэнергию, мигает...

Понятно, автомат. Или автомашина - три педали, руль, ключ зажигания. Правила движения... но это уже конвенция по использованию. И нет сожаления: ну, как же так, ведь внутри то и се, пятое, десятое... Он - пользователь, а пользователю до этого дела нет. Вот тот, кто изобретает, собирает, затем ремонтирует, вот он уже ощущает и сожаление.

Но когда дело касается человека лично, ему говоришь, что у тебя есть такой механизм: 15 копеек, нажимаешь кнопку и пять минут... шум, звон, огни мигают, все работает, потом выключается, и пока еще 15 копеек не бросишь... Тогда это оскорбление. Потому что это же мой механизм - если даже я соглашусь с вами, - вы психолог, - что это механизм, - но это же мой механизм.

Какой же он твой? Ты что - изобрел, сконструировал, ремонтируешь его? Ты его получил, причем не знаешь, как, когда и от кого. И тебе безразлично, кто же его изобрел и откуда вообще он взялся. Ты пользователь и не более того. не автор, не конструктор, даже не ремонтник, потому что не в состоянии сам отремонтировать, если ломается... Просто пользователь.

И вот тут выплывает простая вещь: ведь я единоличный пользователь, а не просто пользователь. В этом и есть корень всех иллюзий, что якобы собою вы пользуетесь единолично. Это, строго говоря, паранойя. Она, конечно, имеет свой смысл, например, для того, чтобы легче, приятнее, удобнее, тепло вздремнуть можно было... Но ведь это же паранойя - быть в полной уверенности, что все, полученное в процессе социализации, - бесплатно и в единоличном пользовании. Думаю, в современном мире, в связи с кооперативами, индивидуальной трудовой деятельностью, стало понятно, что это полный бред... Ведь если мне что-то дали, то дали для чего-то. И если то, что мне дали, то, что надо, не производит, то оно поломалось. А если оно поломалось, то меня надо чинить. И чинят. Как известно, для этого есть разные способы, начиная от гуманных типа "собрание с проработкой" и кончая значительно менее гуманными - такими, как отправка в отдаленные места. Чинят, потому что поломалось. Потому что человек есть собственность общества, которое его произвело. И все его механизмы изобретены человечеством в процессе общественного бытия с большим трудом, потом и кровью.

Ценой различных жертв формировались и создавались все психологические механизмы человека. Есть, наверное, тысячи и миллионы способов нажимания на всякие кнопки, чтобы эта штука работала. И она работает - хуже, лучше, так-сяк, но работает. А что значит работает?

Выполняет общественные обязанности, функционирует, исполняет социальную роль, воспроизводит себе подобных, короче говоря, платит своей жизнью за то, что получено. Таким образом, мы видим, что вопрос о механизмах человека не отделим от вопроса о механизмах жизни как таковой.

Вы мне скажете: "Как же так, любовь, страсть к истине... и т.д. и т.п." На что я вам отвечу: "О какой любви идет речь?" Пока я экспериментально не смогу убедиться, что это не кнопочная любовь, вы мне ничего не докажете. А я вам смогу, если она кнопочная. Просто нажму кнопки в другом порядке, и она пройдет... Меня, конечно, объявят манипулятором, злодеем, черным магом, кем угодно, накажут... В крайнем случае, если я совсем беспомощный, "в ремонт" отправят. Но я смогу это сделать...

Вы, здесь присутствующие, все это прекрасно знаете. Так что же там, за пределами механизма? Ничего... кроме "Я". Все остальное - механизмы.

Ну, а тело? Тело - субстанция биологическая, оно все равно было бы, если бы вас родили и отдали на воспитание корове. Да, тело было бы, но вас бы не было...

Есть один-единственный, драгоценный подарок, за который не берут денег и который не является функцией и кнопочным механизмом, - это "Я".

И если человек воспользовался этим подарком, тогда можно говорить о чем-то, не включаемом извне, не являющемся механическим, внешне обусловленным, можно говорить о какой-то активности действительной, а не спровоцированной, то есть не реактивной, а истинной. Больше нет ничего.

А откуда же взялось это "Я" и чей это подарок? Конечно же, не "великого среднего", там прекрасно без этого "Я" проживешь. Значит, можно утверждать, что это есть продукт духовной работы той части человечества, которая в силу каких-либо причин, о которых

сейчас не имеет смысла рассуждать, занялась вопросом бытия как такового, выпала из "великого среднего" по тем или иным причинам.

Всякое множество имеет разбросы в разные стороны. Мозг - вещь сложная, уникальная. Двух одинаковых отпечатков пальцев нет, а уж мозгов тем более... И эта уникальность в чем-то проявляется, хотя бы в этих отпечатках пальцев, еще в каких-то вещах. То есть во внешнем Мире тоже есть намек на эту индивидуальность. И в культуре. Во всем процессе социализации вдруг случайно просачиваются какие-то влияния, идущие совсем из другого места. Ну, назовем это место "Шамбалой" или еще как-нибудь, не имеет значения. Мы понимаем, что есть место за пределами "великого среднего" и что влияния, идущие из этого места, так или иначе проникают в культуру.

Можно сказать, что каждый из здесь присутствующих в своей жизни каким-то образом ощутил эти влияния. Плюс какая-либо психологическая травма, встреча со смертью или еще что-нибудь в этом духе... Какая-то нестыковка внутри произошла, что-то заело... Чаще всего это влияние касается двух категорий людей. Первая - люди, имеющие от рождения все, - цари. У них нет необходимости заботиться о том, как бы что-то приобрести. Вторая, у которых ничего нет, - неудачники. Не удался процесс социализации. Не получилась безукоризненно работающая машина.

Пока машина работает, все как будто в норме - с точки зрения привычного. Но зато когда сломалась, появляется шанс что-то такое услышать, воспринять не отсюда...

Конечно, я поставил вас сейчас в очень легкую ситуацию, потому что предельные абстракции нас, как правило, не задевают. Я спросил: "Что является механизмом?" Все является механизмом. И все слова хороши. Все - это то же самое, что и ничего. Так о чем речь? Проблема состоит в том, что у каждого из вас по законам конструкции существует ядро личности.

Или комплекс само собой разумеющихся норм. Сверхценностей, которые по конструкции сделаны так, чтобы никогда в нормальных условиях функционирования не попадать в поле зрения критически оценивающего умозрения. Мы об этом неоднократно говорили. И вот на этом комплексе само собой разумеющихся норм вся эта штука и держится. Значит, мы можем вокруг трансформировать, проживать такие-сякие ситуации, а эта вся штука будет жить и прекрасно заменять "Я". Она создает ощущение этого "Я". И некоторым из вас уже приходилось Это оттуда вынимать.

Возникали страх, переживания, связанные с утратой своего "Я". Но если это не "Я", тогда что такое "Я"? Ну, естественно, набор этих норм у каждого в чем-то индивидуальный, в чем-то схожий. Но как создать ситуацию, в которой бы вы состоялись, могли бы заставить себя преодолеть психологическую защиту - ведь эта штука, будучи жизненно важной для работы механизма, окружена очень красивой и сложной, интересно построенной защитой, потрясающей защитой, причем у каждого свои варианты этой защиты...

Конечно, есть способы прорваться сквозь защиту. Весь вопрос в том, с какой целью прорваться. Просто разломать ее нет никакого смысла, надо прорваться так, чтобы на этом месте человек был в состоянии что-то построить, вернее, построить только одно - "Я есмь". Больше ничего.

Теперь представьте, что вы это сделали. У вас нет никакого комплекса само собой разумеющихся норм или никакого сверхценностного внутреннего образования. Только "Я", свободное, недифференцируемое "Я".

Как это отражается на нашем поведении? Вас невозможно опознать. Ведь как мы обычно познаем? Общаясь с человеком, привыкаем, что у него есть некоторые проявления, которые неизменно во всех моментах ему сопутствуют. По этим проявлениям мы говорим: "Этот человек последовательный, а этот непоследовательный, этот человек принципиальный, этот непринципиальный, этот мягкий, а этот жесткий".

Короче, начинаем определять психологию личности, тестировать, мерить...

И, как показывает практика, очень многое, фиксируемое тестами, сопутствует человеку всю жизнь. Так, скажем, профиль по ММРІ меняется круто только под влиянием

очень сильных событий, а так, если жизнь идет ровно, лишь чуть-чуть корректируются отдельные параметры, сам же профиль в принципе сохраняется, как и форма глаз, ушей и т.д.

При отсутствии такой стабильности вы выглядите для окружающих человеком совершенно беспринципным и ненадежным. У вас нет постоянных реакций на ситуацию. С вами нельзя иметь дело. То есть вы опять становитесь как бы механическим. В основном варианте человек не ведает, что творит, потому что ему нажимают кнопки неизвестным для него способом. И в нашем варианте не ведает, что творит. Только в первом случае он не знает, почему он не ведает, что творит, то есть он находится в состоянии незнания, но не в состоянии невежества. И из этого положения незнания он может себя извлечь, потому что он уже есть там внутри. Необходимо себя оттуда извлечь и поместить туда, куда надо.

Тогда все станет на место.

Поскольку эта операция кардинальная, то основой подготовки, помощи, временной опоры становится учение со своим набором ценностей, или, как мы говорим, "законом надо мной". Но это совокупность принципов из одной единственной системы, цельная вещь; ее источник находится за пределами "великого среднего", поэтому учение мне помогает. Моему, еще неизвестному для себя комплексу само собой разумеющихся норм, этому сверхценностному ядру "Я", сознательно или, скорее, полусознательно противопоставляю выбранное по каким-то причинам, которые мне вначале кажутся известными, совокупность таких же непоколебимых норм. Но они даны мне в состоянии изначально, эти новые нормы, ценности, совокупности моего учения. И дальше уже начинается такая операция: это сюда вводится, а то отсюда выводится. Потом и это отсюда выводится - и остается голое "Я".

Такова технология. Эта часть пути еще не избавление от механизма, как мы уже поняли, от механизма и не надо избавляться, но это способ использовать механизм, все наши механизмы для сознательного введения в себя закона, противоборствующего неизвестной мне и очень часто оказывающейся внутренне противоречивой совокупности "само собой разумеющихся норм".

Процесс продолжается длительное время. Поэтому через 9, 12 лет занятий можно лишь определить, а до этого - только разговоры: хорошее учение, плохое учение, лучше, хуже... И что человек действительно изменился, видно через 9-12 лет. А пока идет процесс произрастания, внедрения в себя совокупности, цельности из определенного, известного источника, как мы образно говорим, "плата в одну-единственную кассу".

Касса - это и есть ваше учение, дающее шанс...

На этом построена технология любого учения. Суть дела везде одна и та же. Ведь так просто ничего сделать нельзя, разве что в экстремальных условиях: изъять человека из жизни, бросить его в другую жизнь без всякой подготовки, скажем, в монастырь, и так, взяв на себя всю полноту ответственности, из этого практически бездыханного, лишенного привычной среды, так сказать, психологического трупца производить некоторый продукт...

Мы все достаточно образованные и не лишенные способности логически мыслить люди, никак не можем признать для самих себя факт, что я - сделанная вещь. Это нас так оскорбляет. Но ведь оскорбление - тоже сделанная вещь. Избавьтесь от него, и вы уже не совсем вещь, вы уже немножко Вы. Вы уже начали вылупливаться, вы в яйце, и там, за яйцом, что-то есть. А если это вас по-прежнему оскорбляет, у вас шансов ноль...

Шарлатан (грамотный шарлатан) понимает, что пока человек этого не признал, внутрь себя не впустил и с этой точки зрения на себя самого не смотрит, он продается за просто. Весь вопрос только в грамотности, технике приемчиков... Где нажать, какие кнопки, какие механизмы уже изучены... Но он - никто в профессиональных глазах. Автомат, который уверен, что он не автомат. Так зачем же святые люди нас всячески уговаривают, что у нас бессмертная душа, хотя бы в потенции? Соблазнить же надо как-то, чем-то. Место миллиона иллюзий - одна, но та, которая нужна.

Когда-то Вирга рассказывала про свою компанию раллистов. Про то, как вдруг в возрасте 25-26 лет некоторые из них начинали совершенно по-глупому, как бы специально разбиваться во время гонок, не желая вовлекаться в следующий этап, который был уже виден. Говорят, когда животное совершает самоубийство, - это уже не животное, ведь это какой-то сознательный акт. Это образ, конечно. Но суть в том, что человек прерывает запрограммированность вот таким грубым способом, не зная, что с этим делать. Глупо, конечно. Проигрыш. Мы можем списать это на брак, брак производства. И к его жизни опять же чаще всего не имеющий отношения. Иллюзия. Даже такой акт, как самоубийство, чаще всего, за редчайшим исключением, несознательный поступок. Просто брак в процессе социализации, в процессе производства людей.

Плохо это или хорошо? Плохо или хорошо - выпасть из "великого среднего"? Если бы вы сами выпали или, выпав, сохранили иллюзию, что сами. Нет, это не плохо и не хорошо. Это как осень... как протуберанцы на Солнце. Это никак.

Нам, привыкшим относиться к Миру ценностно и ориентирующимся в нем через систему ценностей, очень трудно допустить, что можно определить иначе. Это никак. К реальности нужно относиться как к реальности. Она не хорошая и не плохая. Она такова. Но в нас вмонтирована такая штукавина, которая делает ценностное отношение сверхценностью. Плохо или хорошо, что человек сделан? Конечно, хорошо. Потому что даже по определению человек есть общественный продукт... Есть ли у человека свобода воли?

Что это такое? Есть выбор... Поэтому, когда человек расширяет свое сознание до выявления осознания того факта, что у него есть выбор, он просто начинает лучше видеть. Ему уже кажется, что он ого-го... И все вокруг радуются. Потому что да, вот такую штуковину сделали, она уже сама выбирать может. Она уже сама видит, что не один вариант жизни, а восемь... И в состоянии сама по системе ценностей сознательно-бессознательно выбрать из восьми один.

Но и этот факт, что у человека есть возможность обнаружить себя как такового, - тоже факт, и не плохой, не хороший - это просто есть. Я думаю, что доросли до того момента, когда не нужно уже уговаривать, соблазнять таким способом - мол, вот эта жизнь истинная, а эта нет... украшать все это цветами... и прочее... Просто есть такой вариант. И если по каким-либо причинам вас не устраивает ваша машина, может, есть смысл довести дело до конца и заняться этой машиной самому... Сесть за руль и поехать. Куда? А куда ехать, когда действительно сел за руль? Но это вопрос для следующей беседы.

Беседа четвертая

Сегодня попробуем побеседовать о жизни с точки зрения ее механизмов. Хочу только напомнить, что и предыдущей беседе, как и сегодня, мы говорим именно о механизмах, не затрагивая других аспектов, потому что ни человек, ни жизнь не исчерпываются только механизмами. Мы просто акцентируем свое внимание на механизмах, исходя из того, что предполагается ваше желание, ваша мотивизация стать в профессиональную позицию. Иллюзия свободы воли формируется у человека на основании того, что он может совершить выбор, то есть ему дано видение вариантов возможной реализации. Делая выбор, он тем самым формирует у себя иллюзию свободы воли. Об этом очень неплохо написано у П.В.Симонова. Почему вдруг это стало подчеркиваться? Потому что то информационное богатство, которое получает сейчас человек, принуждает его видеть, что в жизни очень многое предопределено и есть масса аспектов, которые можно высчитать.

В связи с тем, что психика человека - система принципиально открытая, она в большей степени детерминируется внешней средой и, в первую очередь, социальной, во всех ее аспектах - от культуры до непосредственного окружения. Как только нам удастся остановить вытеснение факта, что жизнь как минимум имеет предопределенность в смысле детства, юности, зрелости, старости, смерти, как только мы отказываемся от психологиче-

ской защиты, связанной с вытеснением этой предопределенности, и начинаем рассуждать строго, мы начинаем видеть: эта определенность задана изначально.

Предопределенность обладает интересным свойством - это желание человека узнать свое будущее. Как ему кажется, просто узнать будущее. Но за этим желанием скрывается чаще всего стремление получить гарантию на будущее, так называемую "модель гарантированного будущего".

У человека всегда есть модель потребного будущего, то есть того, какое он хотел бы иметь для себя. И есть модель будущего, которое он считает для себя наиболее реальным.

Как видите, в области жизни мы имеем такое же многообразие психологических уловок, как и в отношении человека к самому себе: идеальное "Я", реальное "Я", желаемое "Я". Такая же множественность у человека по отношению к жизни и особенно к будущему. Отсюда - неистребимое желание получить гарантию на будущее. И неистребимое стремление к гороскопам, к гаданиям... Заглянуть в свое будущее из желания иметь какую-то гарантию. Нормальный механизм опережающего отражения существует. Мы, естественно, как-то планируем. Без механизма опережающего отражения мы не можем ставить цели, производить целеполагание. Не можем иметь мотивацию на достижение цели. И, соответственно, наша деятельность перестает быть организованной, так как наша деятельность организуется движением к цели. Когда мы говорили о человеке, хотя и с точки зрения механической его части, то замечали, что очень многое определяется изнутри человека. Но если мы посмотрим со стороны жизни, то увидим, что гораздо больше определяется извне. Какие же основные механизмы жизни можно попытаться увидеть?

Первый механизм жизни, основной для нашего психологического подхода, - это механизм формирования "Эго", когда оно определяется как "Мы". Принадлежность человека к той или иной группе, к нескольким группам, к сообществу, к нации, к государству, к единомышленникам, к какой-то части культуры и т.д. - один из главнейших механизмов жизни. С самого начала, с младенчества мы постоянно находимся в ситуации, которая формирует в нас неистребимую потребность принадлежности к "Мы".

Осознавать через себя "Мы" - это настолько глубинно, сверхценностно, что некоторые "Мы" не поддаются даже анализу сознания. Человек без какого-либо специального усилия, или какой-либо конфликтной экстремальной ситуации, или же без внешнего какого-то влияния не задумывается, почему именно эта компания, сообщество, или группа, или часть культуры есть для него "Мы". Это один из фундаментальных механизмов жизни.

Человек по рождению своему, по воспитанию формируется как человек только в социуме. Мы об этом уже говорили. Ступени, которые он проходит в социуме, определяют его позицию, мироощущение, мировосприятие, картину Мира, эмоциональное отношение к Миру, систему ценностей, восприятие людей среди "Мы" и "не Мы", то есть его идеологию. И чем менее противоречива жизнь человека, тем более он однозначен - таково абсолютно практическое последствие этого механизма жизни. Чем менее противоречива жизнь в системе социального окружения, тем более человек однозначен и субъективно тем более удовлетворен. Потому что он вписан в систему, не имеющую противоречий. Человек, выросший в замкнутой однообразной культуре, в замкнутом территориально пространстве, почти абсолютно однозначен, он в большей части может быть описан через внешнее свое социальное бытие. Но в силу того, что реально современный человек находится в очень противоречивой системе и жизнь его иногда сталкивает с абсолютно противоположными социальными группами, установками и т.д., с которыми он вынужден идентифицироваться, современный человек противоречив, неоднозначен. И тогда ядром "Мы" будет та социальная обстановка, в которой он находился в наиболее чувствительный, наиболее восприимчивый период своей жизни. Чтобы понять, почему у человека жизнь сложилась так, а не иначе, надо понять этот фундаментальный механизм.

Второй фундаментальный механизм мы можем условно назвать социальным заказом. Человек находится в поле жизни среди множества предъявляемых к нему извне тре-

бований; совокупность этих требований составляет некую линию жизни, задаваемую извне. Реализуются эти требования через предыдущий механизм, через механизм интериоризации ценностей, то есть в процессе социализации человека, через "Мы". Человек перемещает внутрь внешние для него ценности, которые через внешние требования образуют линию жизни.

Поскольку таких вариантов линии жизни может быть или один, или бесконечное множество, то от этого зависит диапазон возможной жизни: от однозначности, то есть абсолютной предсказуемости линии жизни, до, так сказать, предельной непредсказуемости. Предсказуемость линии жизни как норма повышается с возрастом человека. Почему? Потому что чем старше человек, тем четче он соответствует каким-то требованиям, а каким-то требованиям уже не в состоянии соответствовать. Поле жизни все время сужается. Поэтому у человека с развитым самознанием возникает напряжение. Если же человек комфортный, то есть полностью отождествлен с "Мы" и это "Мы" принимает сужение поля жизни, то, наоборот, он все больше и больше успокаивается. И, в конечном итоге, выходит на однозначную линию жизни.

Мы видим, что уже два механизма имеют тенденцию приводить человека к максимальной однозначности - то есть к выравниванию противостояния между единичным прошлым и множественным будущим. Общая тенденция жизни состоит в том, чтобы множественное будущее превратить в единичное, и тогда ситуация настоящего есть ситуация точки на линии полной предопределенности. Мы сделаны так, что получаем оптимальное субъективное положительное переживание только тогда, когда воспринимаем себя как точку на линии. Единственное, что мы все блокируем, - это тот факт, что эта линия конечна. Мы стараемся продлить ее бесконечно. То есть механизмы жизни заставляют нас все время искать способ уменьшить количество выборов, снять напряженность поступка - иными словами, уничтожить собственную свободу воли, превратиться в человека, которому не нужна воля. Воля нужна только для того, чтобы строго двигаться по однозначной линии. Поэтому постепенное сведение социальной среды до однозначности - то есть до такой, когда человек свою жизнь живет среди людей, которых сам себе выбрал в друзья, на одном и том же месте, сведение множественного будущего в единичное будущее - это общая тенденция механизма. Мы здесь видим ту же тенденцию, которую разбирали, говоря о механизмах человека, - убрать неизвестное, превратить даже малейшую неизвестность в полную определенность, превратиться из открытой системы в систему закрытую, полностью детерминированную.

Теперь рассмотрим третий механизм жизни, который можно назвать механизмом вознаграждения и наказания. Общество не только внушает нам, суггестирует нас своими ценностями, требованиями, но еще и руководит, управляет нами. Управляет через систему поощрений и наказаний. Как реализуется эта система? Через формирование идеала: идеала не конкретного человека, не человеческого идеала, а идеала социального - идеальной усредненной модели члена группы, идеальной модели члена сообщества, народа, государства, идеальной модели человека вообще...

Опять тот же принцип - если мы имеем перед собой идеальную модель, то находимся в ситуации максимального напряжения, потому что все должны подогнать себя под эту идеальную модель, максимально к ней приблизиться.

Возникает максимальное напряжение со стороны единицы и минимальное напряжение со стороны группы, сообщества, потому что есть один идеал, одна мера для всех...

Следующая ситуация - ситуация множества идеалов: меньшее напряжение в человеке, потому что управлять уже нужно на нескольких различных уровнях. Отсюда желание создать иерархию идеалов, которые в конечном итоге завершаются все-таки одним, наивысшим. Как осуществляется управление? Через соревнование. Если мы посмотрим в историю человечества, то увидим, что возникшие вначале как обрядовые системы инициации и другие действия, где не было соревнования, а было проявление, превратились постепенно в соревнование. Появились победители и побежденные. Не только в военных кон-

фликтах, в борьбе за территорию, рабочую силу, за жизненные блага, но и в игровом варианте поведения возникла система соревнования. "Кто выиграет?!" Таким образом, идеал, задаваемый в любом сообществе, есть идеал победителя. Так спокойно сомкнулись системы единственного и множественных идеалов. Поскольку сферы деятельности постоянно расширяются, создается иллюзия множественности идеалов: идеальный шахматист, идеальный теннисист, идеальный физик, идеальный математик, писатель, - но в итоге, со стороны управления, все равно это свелось к одному идеалу - везде это Победитель. В некоторых системах еще создается идеал угнетенного, то есть побежденного. Но не просто побежденного, а того, кто занял последнее место (на Тибете "козел отпущения" - это такая работа, которая дается человеку на год).

Два иерархических конца. И опять, как мы видим, вся тенденция и этого механизма - сведение жизни к максимальной однозначности. В сегодняшнем мире она реализуется прикреплением человека к его профессии, почти всегда навечно. Это понятно, потому что сама система образования, сложность системы постоянно дифференцирующегося знания и т.д. вызывает необходимость специализации. С годами уже трудно поменять профессию, можно только сделать шаг назад, став неквалифицированной рабочей силой.

Для большинства есть именно такая возможность поменять профессию.

Поэтому бунтующий кандидат наук идет в дворники, носильщики. А поменять профессию как-то иначе он не может. Он предопределен, вынужден соревноваться, потому что жизнь построена на принципах соревнования насквозь. Он вынужден бежать наперегонки, потому что так построена жизнь. Если же он не хочет бежать наперегонки, попадает в проигравшие и, соответственно, в систему наказаний, связанную с ситуацией проигравшего.

То есть в общем виде система управления (наказания и поощрения) построена по принципу соревнования. Победитель должен быть один. Таков один из основных механизмов жизни. И даже когда человек вроде бы сходит с дорожки, выключается из соревнования, он включается в соревнование среди "анти", то есть все равно попадает в эту ловушку.

Но ведь человек не может жить, все время осознавая, что его принуждают делать тот или иное. Поэтому и существует та знаменитая притча про двух собак...Одна собака встречает другую, привязанную к телеге, и говорит ей: "Перегрызай веревку, побегим в поле". А та ей отвечает: "А мы на базар..." Здесь эти три системы смыкаются: если я перегрызу веревку, то выпаду из "Мы", если я выпаду из "Мы", то окажусь проигравшим, а это значит, что мое будущее перестанет быть гарантированным.

И последнее. Чем все это увязывается? Тем, что человек сам по себе, вне "Мы", не имеет никакой собственности, кроме жизни как таковой. И даже это он имеет не всегда. Потому что территорию он получает от сообщества, оплату труда ему производит сообщество и т.д. и т.п. Он полностью зависим в получении элементарных жизненных обстоятельств, и чем дальше, тем зависим больше. Тут заколдованный круг. Псевдобунт проявился в том, что многие "искатели" бросились в минимально оплачиваемые должности - дворники, кочегары, желая быть и минимально управляемыми. Но тогда был дефицит таких работ, теперь он кончился, места заняты, а цель, ради которой человек туда бежал, не достигнута.

Потому что нет средств для реализации такой цели...

Если мы внимательно посмотрим вокруг себя, то увидим: все эти механизмы жизни подкрепляются еще принадлежностью сообществу практически подавляющего большинства из того, что мы имеем... Чем больше человек вписан, тем легче ему, тем более он однозначен, тем больше у него шансов стать Победителем. Чем менее он однозначен, тем меньше у него шансов стать Победителем, а значит, и получить соответствующий приз, соответствующее вознаграждение. Самое интересное, что если вы уйдете в контробщество, в контркультуру, то не выйдете из этих механизмов, окажетесь там же.

Мы с вами обозначили некоторые достаточно явные механизмы жизни, но не говорили о том, какая колоссальная энергия тратится на вытеснение самого факта конечности жизни, то есть страх того, что можно чего-то не успеть. Это с одной стороны, а с другой - мы все больше и больше ставим себя в зависимость от людей, которых вообще в глаза не видели. Особенно жители больших городов прямо повисают в этой зависимости. Не от меня зависит, будет ли горячая вода, электричество, будет ли работать телевидение, радио и т.д. и т.п. Этот же механизм переносится и на трансцендентальную жизнь, то есть жизнь в духе. Казалось бы, человек создал идею духовной жизни ради того, чтобы в этом, пусть субъективном, мистическом, оккультном пространстве, избавиться от постоянного ощущения принуждения. Но и туда он переносит все эти механизмы, и там появляются "Мы" и соревнование, потому что есть иерархия. Одним словом, модель жизни с успехом переносится и туда. В результате получается полный повтор.

Однажды в одной из публикаций я встретил очень интересную мысль.

Все мы мечтаем, говорилось в статье, о единственном и единственной. И всех нас захватывает легенда о том, что когда-то Бог разрубил человека пополам, и каждый ищет свою половинку. Но почему-то этот единственный и единственная чаще всего живут на одной и той же улице, или учатся на одном и том же курсе, или работают на одной и той же работе, или ходят на одну и ту же танцплощадку.

Что поразило в этом высказывании? То, что мы всегда избегаем смотреть в глаза реальности. Мы все время пытаемся сформировать какой-нибудь кусочек, хотя бы в себе, который давал бы нам возможность верить, что есть жизнь не механическая, а существующая по иным законам. В разных формах проявляется такая тенденция, такое стремление. Но как только обнаруживаем такой кусочек, тут же заполняем его теми же механизмами.

Почему? Да потому, что нет в жизни механизмов, которые бы создавали в нас желание быть единичным. Понятно, что, скажем, на биологическом уровне на сто человек приходится только 6 с доминированием исследовательского рефлекса. Но это внутренняя биологическая детерминация, то есть закрытая система, меньше зависящая от внешней среды. На уровне же психики мы очень зависим от социальной среды, мы - максимально открытая, зависящая система.

И вот здесь проявляется некая особенность: когда мы сталкиваемся с информацией, идущей из жизни, действительно по-другому организованной, мы подменяем зов стать одним, цельным, единственным на - стать Победителем. А в идеале - Победителем всех победителей, потому что тогда сохраняется "Мы". Я вроде бы и один, потому что всех победил, и в то же время мне не нужно разрушать механизм "Эго", механизм "Мы". Цитирую Кастанеду: первый враг человека знания - страх, второй враг человека знания - сила, могущество, отсутствие страха. То есть первый враг не дает человеку идти к духовному осуществлению, потому что он боится покинуть "Мы", а второй враг - сила - не дает человеку идти, потому что он легко меняет одиночество на Победителя. И вот в этойвилке - между страхом оказаться среди самых проигравших, пришедших к финишу последними, и желанием всех победить и прийти к финишу первым - и укладывается вся наша жизнь, точнее, ее механическая часть. Вместо уникальной любви, встречи двух половинок появляется ... полюбила победителя, полюбил победительницу, слабая полюбила сильного и т.д. и т.п.

Получается кнопочность, механичность, предопределенность - последняя, пожалуй, оказывается даже решающей. Наша эмоциональная жизнь, наши чувства, то, что мы ими называем, так гибко приспособляются к этим механизмам, что и создают ощущение "моего", моей уникальности, потому что мое переживание самое "переживательное", независимо от того, положительное оно или отрицательное. Поэтому люди в одинаковой мере гордятся как своими страданиями, так и своими радостями... Это самый большой камень преткновения, потому что прорваться сквозь иллюзию, сквозь этот самообман, что я яко-

бы существую как "Я", - значит прорваться через первый слой того, что мы привыкли называть чувствами и эмоциями.

Вы знаете, что в жизни бывают моменты, когда человек из одной эмоциональной системы уже выходит, а в другую еще не вошел. В этот период он кажется черствым, сухим, занудным, неинтересным. Испытание очень трудное, потому что пока не приблизится к другому уровню чувствования, более свободному от механизмов, он на сплошных минусах.

Тогда у него возникает следующая иллюзия - что он достиг. Потом он обнаруживает, что это тоже еще не то, что настоящие "чувствования" дальше... То есть наиболее трудной частью является переход от состояния к состоянию. Поэтому третий враг человека знания - усталость, депрессия, так как, идя по этому пути, он все время лишается механизмов. А лишаясь их, он должен постоянно вырабатывать в себе активное начало, которое сталкивается со все более сложными проблемами - и внешними, и внутренними.

Эти проблемы должны решаться своими, неизвестными заранее путями. И естественно, что на первом и на втором этапах, на начальных этапах все равно есть "Мы". Но это "Мы" организовано чуть-чуть иначе, и за счет привязанности к этой группе единомышленников постепенно идет вытеснение доминирования "Мы", появляется возможность построить свое "Я". Здесь тоже существует опасность - можно настолько уцепиться за это временное "Мы", что уже начинаются "измены", "предательства", "наказания" и т.д.

...Все псевдодуховные системы привлекают человека тем, что они сразу дают максимально однозначную ситуацию, как в будущем (максимально гарантированное будущее), так и в системе управления (четкая иерархическая система, сведенная к одному идеалу), так и в системе победитель - побежденный и т.п. Механизмы эти построены очень крепко, ведь их цель - производство человека.

По мере усложнения машины, увеличения количество продукции, естественно и неизбежно увеличивается количество ошибок. Любой присутствующий здесь человек, мало-мальски разбирающийся в этих вопросах, знает: чем сложнее производство, тем больше вероятность ошибки, брака. Это еще один механизм жизни. Мы видим этот брак, он все время увеличивается, касается нас все ближе, что имеет на нас колоссально растущее воздействие. Ведь как раньше - скажем, какой-нибудь debil был просто "божьем человеком", коров пас в деревне, такой себе деревенский дурачок; какой-нибудь шизофреник - юродивый или святомученик. Их было мало, и их приписывали к Богу или к демонам - какая разница? Сейчас же физическое, генетическое, психическое, социальное уродство окружает нас со всех сторон, дышит нам в лицо. То есть образ проигравшего в механизме управления становится все более страшным... А раз так, то напряжение, затрачиваемое на то, чтоб добежать и быть не последним, становится все более сильным. И это не только на производстве, нет - на работе это проявляется как раз меньше всего. Эти механизмы пронизывают нас насквозь, захватывают целиком, проявляются во всем - в самых интимных, как нам кажется, моментах нашей жизни.

Почему у нас дробное сознание, почему оно расколото на куски? Да потому, что мы все время пытаемся так его расколоть, чтоб не увидеть тотальности этого механизма, чтоб все время создавать себе возможность для иллюзий по поводу свободы своего существования, своих чувств. Если знания, рацию, интеллект нас все время движут ко все большему пониманию детерминированности, предопределенности, то эмоционально мы все больше пытаемся создать себе иллюзию, что этого нет... Но создавать ее все труднее и труднее. И вот происходит не только невротизация, но и, можно сказать, шизофренизация населения в глобальном масштабе. Эмоциональное упрощение, вычурность мышления, аутичность, все те признаки, которые обычно приписываются шизофреническим процессам, усиливаются. Потому что все труднее и труднее, все больше и больше надо разбивать свое восприятие на отдельные независимые области, чтоб сохранить этот маневр, эту иллюзию... Потому что "Мы" становится более и более противоречивым, все более и более дробным.

Одно из позитивных стремлений, противостоящих этому раздроблению, возникшее просто стихийно и чуть ли не одновременно во всем мире, - это рост национального самосознания, нахождение такого "Мы", которое не дробится... Не делится по определению, по сути своей. Это народ - литовцы, русские, армяне, немцы... Мы можем разбежаться по белу свету, но все равно долгое время, во многих поколениях останется и будет продолжаться ощущение этого "Мы" - народ.

Все остальное делится. Мы живем в таком мире, где ничего определенного уже почти не осталось - все делится. Единомышленники вдруг оказываются не единомышленниками, идея вдруг выворачивается наизнанку, а друзья оказываются врагами и т.д. У нас были такие времена, когда во имя социальной идеи родители и дети делились, семьи делились и делятся до сих пор. А вот эта штука не делится. И поэтому, естественно, в этом напряженном, все более шизофренизируемом мире это, конечно, одно из реальных и естественных, органических стремлений человека и человечества сохранить себя психологически здоровым. Распадение "Мы" - распадение одного из основных механизмов жизни - может привести нас и к полному самоуничтожению. И вся надежда, вся политика, вся устремленность сейчас в том, чтобы создать "мета Мы" - создать "Мы", соразмерное всему человечеству, и сделать его реальным.

Это самая сложная духовная задача. Потому что ощутить себя частью человечества и для одного-единственного человека, и для любого микросообщества безумно сложно. Возникает вопрос - где же тогда будут "Они"? Понимаете, ведь "Мы" без оппозиции, без противопоставления "Мы" и "Они" тут же исчезает, теряет свою главную опору. Происходят всевозможные поиски того, как скомбинировать это всеобщее "Мы" - следующую ступень "Мы", ведь для того, чтоб человечество могло сформировать свое новое "Мы" обычными механизмами жизни, оно должно найти новое их приложение.

Вот почему наблюдается такое огромное желание обнаружить инопланетян. Как только появятся инопланетяне - нам уже легко осознать себя как "Мы", человечество почувствует некоторую целостность: появились "Они"! Тогда уже не будет необходимости в обязательной расколотости внутри человечества на "Мы" и "Они" (а это обязательная расколотость, потому что "Мы" без "Они" не существует...). Поэтому, говоря полшутя, сторонники движения за мир прежде всего должны заняться поисками внеземных цивилизаций. Только на страхе смерти, всеобщей гибели, только на стремлении выжить построить всеобщее "Мы" невозможно. Потому что каждый отдельный человек вытесняет факт конечности жизни. А нас хотят заставить постоянно думать об этом. Ход кажется сильным, так как обращен к биологическому инстинкту, но психологически слаб. Сейчас среди 14-16-летних возникает огромное количество фобий, связанных со страхом атомной войны; им снятся страшные сны, они вздрагивают при звуках летящего ночью самолета. Это происходит потому, что на молодежь остро действуют всеобщие призывы и информация, идущая со всех сторон: "

Товарищи, давайте... иначе мы все погибнем". На молодежь действуют, на нас - нет, ведь для нас биологическое уже там... Но на уровне "давайте нам" "Они" - "Мы" сразу объединимся. Пока это не происходит, мы не можем объединиться, а будем делиться на "Мы" и "Они" и при этом говорить о сосуществовании, о дружбе, о взаимодействии, о кооперации. Но - повторяю - чтобы скооперироваться, нужно, чтобы были "Мы" и те, кто не скооперировался, - "Они".

Эта дихотомия встроена в механизм. Попробуйте проделать мысленный эксперимент - отнимите от себя, отбросьте все, что связано в восприятии себя с "Мы", - то есть все свои признаки, явно принадлежащие какому-либо сообществу. Что останется? Одна биология, потому что осознать себя частью вида мы, увы, не можем, хотя, казалось бы, это возможно. Потом, если мы долго пробуем в биологии себя, то быстро обнаружим все видовые, биологические законы, действующие на нас. Отсюда еще один вариант: попытка выйти из механизмов жизни очень часто приводит к биологизации своей жизни - возникает культ здоровья как биологического здоровья, культ телесных удовольствий и т.д. Про-

исходит объединение в биологизированное "Мы", а там - стадо, а в стаде законы известны, как у обезьян...

И сразу мужчины говорят: "Елки-палки, вот посмотри, у обезьян у каждого самца по двадцать самок. И дети общие, и все их любят, и вполне достаточно одного самца. Какая тут семья, что ты..." На что женщины справедливо возражают: "Ты стань сначала гориллой... физически". А это невозможно, потому что мешает... Значит, это нужно выбросить, и опять - "Мы" и "Они", "Мы" и "Они"...

Кто выигрывает, в каких соревнованиях? Определить трудно. Поэтому человек должен верить, что он может усовершенствовать механизм жизни (тогда он становится социальным деятелем, революционером, реформатором, религиозным лидером), или же верить в то, что он может вписаться в механизмы жизни, то есть стать Победителем - иначе впадает в транс, и ему будет очень сложно постичь смысл жизни. Но мы с вами знаем, что есть выход в другую жизнь, конечно, очень сложный, как все принципиально иное. Для того, чтобы выйти в эту жизнь, нужно в себе сконцентрировать только силы, чтобы освободиться от любого "Мы", - постепенно или сразу, но полностью. И только тогда, когда появляется действительное "Я", то есть происходит рождение уникального человека - тогда он получает возможность другого решения жизни.

Это, конечно, безумно сложно. Но, судя по свидетельствам, в принципе возможно. Однако даже начальное движение в эту сторону тоже порождает различные модели, и это нужно очень хорошо осознавать... Если мы опустимся на уровень ниже и будем рассматривать механизмы подробно, то можем обратиться к социальной психологии, которая прекрасно описывает групповую динамику: как быстро происходит распределение ролей в группе, выстраивается иерархия, появляются лидер, приближенные, отвергаемые (почему люди рассаживаются так или иначе в пространстве), групповое давление и т.д. Далее эти механизмы рассматриваются все более подробно, в том числе и такой механизм, как информационный метаболизм, который то ли принадлежит самому человеку, то ли задан биологически - здесь уже начинается стыковка биологического и социального.

Для нас с вами важно зафиксировать основные блоки, основные тенденции этих механизмов. Как мы видим, они совпадают с основными тенденциями внутренних механизмов человека. И это естественно: человек произведен механизмами жизни и им во многом подобен, но во всяком множестве всегда есть разброс, во всяком генотипе есть мутации.

Реальность неисчерпаема даже совокупностью всех возможных ее описаний, поэтому мы с вами должны помнить, что эти беседы - тоже одно из возможных описаний, которое, естественно, реальность не исчерпывает.

Возникает парадокс: любое описание, даже самое фантастическое, чему-нибудь в реальности соответствует. Но совокупность всех описаний реальность не исчерпывает. В противном случае мы должны переходить на совершенно другие гносеологические, мировоззренческие позиции. На тех позициях, на которых мы стоим, - это так. Утверждение, что наше описание лучше, чем у "них", - тоже своего рода ловушка: имея перед собой цель каким-то образом осознать, приблизиться, выяснить более четко путь к духовной реальности, мы опять попадаем в механизм жизни. Как только появляется "Мы" - нужно быть начеку, потому что это тот пальчик, который можно засунуть в шестереночку, и тебя тут же затянет всего целиком.

Поэтому нужно всегда помнить: это описание, как и всякое другое, - одно из описаний. Но, скажем, для меня оно оказалось очень технологичным и преимущественно претендующим не на антологию, а на методологию, то есть это описание того, как нужно действовать, описание совокупности деятельностей, несколько не претендующее на описание того, как "оно на самом деле есть".

Вот здесь очень важный момент. Я хочу, чтобы вы сконцентрировались, так как весьма важно понять, что школьное описание, которое мы сейчас слушаем и записываем, не является описанием объекта, то есть оно не описывает ничего из того "как оно на самом деле". Это, естественно, не научное описание. И в то же время и не художественное,

потому что художественное описание - тоже описание объекта, образа. Это - методологическое описание, отвечающее на вопросы: что нужно делать? В какой последовательности? Что для этого нужно знать? И в какой последовательности реализовать, чтобы в конечном продукте иметь такое-то качество?

Момент, повторяю, принципиально важный, потому что большинство так называемых духовных текстов есть тексты методологические, а не описывающие какой-либо объект "как он есть на самом деле". Вы должны перетряхнуть у себя в голове всю информацию, связанную с этими вопросами, чтобы выловить там все претензии на описание того, как на самом деле... Только при правильном отношении к описаниям можно их использовать. Методологические описания, которые здесь даются, - это знания, необходимые для того, чтобы совершить определенные действия в определенной последовательности для получения определенного продукта.

Они не описывают, каков Мир на самом деле, - они описывают только: что нужно сделать с Миром, с человеком, с социумом, со знанием, с самой деятельностью для того, чтобы в итоге получить такой-то продукт...

Только рассматриваемые с методологической точки зрения такие описания, тексты имеют содержание. В противном случае они превращаются в орудие устрашения инакомыслящих. "Ты кто?" - "Я - раджа-йог. А ты что, против раджа-йоги?"... Бах, Вивеканандой по голове...

Непонимание этого становится источником огромного количества всевозможных неприятностей, заблуждений. Люди, идущие по такой дороге, почему-то попадают в совершенно иное место. И, попав туда, начинают предъявлять претензии к этим текстам, к источникам, из которых они вышли. В чем дело? Почему? Да потому, что это сугубо методологические тексты, сугубо. В противном случае не было бы такой особой деятельности, как духовная. И не было бы духовной реальности, потому что она была бы ничем не заполненная, была бы пустой. Чтобы эта реальность появилась, чтобы произвести эту продукцию, необходимо внешнее поражение, поломку механизмов своих и жизни превратить во внутреннюю победу, то есть выйти за пределы этих механизмов. А для этого нужен "напильник". Не знания нужны о том, как на самом деле выглядит моя тюрьма, из какого материала она построена - гранита или кварца, из какой стали сделаны решетки. Это никого не интересует. Интересует лишь одно: как из нее у-бе-жать... Все.

А когда план побега, его технология, метод используется в качестве описания того, как на самом деле выглядит тюрьма, - можете себе представить, что из этого получится.

Если мы берем инструкции по эксплуатации бытового холодильника или по сборке мебели - это не их описания каковы они на самом деле.

Вопрос принципиально важный. Здесь нужно напрячь все свои интеллектуальные возможности для того, чтобы просто отказаться в данном вопросе от выяснений: как же оно на самом деле? Отказаться от этого - значит отказаться от механичности, потому что любое описание чему-нибудь в реальности соответствует. Чему-нибудь. Но все вместе реальность не исчерпывает. То есть на самом деле мы хотим только одного: получить в руки методологию, чтобы выйти на реальность как таковую - без ее описания...

Все эти духовные, так называемые эзотерические "штуковины" есть методологические тексты. Они ни в каком смысле, даже в оккультном, не описывают, как оно на самом деле... Потому что никакого "на самом деле" для человека, который чуть-чуть напрягся в эту сторону, не существует.

Речь идет об одном из вариантов описания, из множества описаний объекта.

Согласование между собой этих описаний - предмет системного подхода, структурного анализа... Но суть состоит в том, что перед нами методология - то, что называется (по А.Чистякову) конструктивной психологией. Психология, которая не рассказывает, не пытается ответить на вопрос: "Как на самом деле?", а раскрывает, что нужно сделать, чтобы получить то-то и то-то. И тогда описание психики превращается в методологическое описание, такое, которое дает возможность делать. Если вы беретесь описать реальность ме-

тодологически, сразу необходима ясность: что вы намерены с ней делать? Если ничего, то, естественно, никакой методологии не нужно.

Вы видите, как все механизмы нас приводят к тому, что жизнь становится все более и более абсурдной. Почему? Потому что нет никакой реальности "вообще". Делая что-то, мы все время говорим, что делаем для человека, во имя прогресса. Мы кричали про прогресс и регресс во все времена, но ничего не говорили о реальности, о том, что мы что-то делали реально. Мы описывали этот объект, "как он есть на самом деле", а делали с ним все совершенно не правильно. В результате большие наши победы превращались в наши же большие поражения. Мы построили огромные заводы, гидростанции, атомные электростанции, большую химию - в результате медленно от этого погибаем. Парадокс... Что-бы у нас с вами так не получилось в нашей духовной устремленности, в устремленности к открытию самого себя, практически, без "Мы", нужно помнить: все наши описания есть описания методологические.

Беседа пятая

Как известно, существует школа психотерапии В.Франкла, которую он называет логотерапия, терапия смыслом. Ключевой опорой логотерапии является опора на потребность в смысле жизни. Франкл полагает, что она может найти свою реализацию в любой жизненной ситуации, даже самой экстремальной, на пороге смерти. Он очень четко подчеркивает разницу между целью и смыслом: смысл не сводится к цели, к нахождению какой-то цели, которая требует достижения. Смысл, по словам Франкла, есть трансценденция человеком самого себя. Он поднимается как бы над самим собой, над своей природой, как биологической, так и социальной, то есть смысл - функция духовная. И тут, наверное, естественно, у вас возник вопрос (после того, как мы долго и достаточно подробно разбирали механизмы человека и механизмы жизни): каким же образом при нашем знании и видении может реализоваться смыслообразующая функция?

Попробуем выстроить этот ход мыслей. Возьмем исходную ситуацию в случаях школьного человека и человека, полностью погруженного только в социальную жизнь. Человек, погруженный в жизнь, находит смыслы, помещая их в некое будущее, и в этом будущем он может найти и смысл прошлого.

Перенеся перспективу в будущее для получения смысла, он вынужден выходить за пределы своей единственности и включать то или иное "Мы". Об этом механизме "Мы", о его важнейшей роли в построении жизни уже говорилось, и, если внимательно ознакомимся с той же логотерапией, мы увидим: то, что предлагает Франкл, есть использование механизма "Мы" для построения смысла даже в экстремальной ситуации.

Возьмем один из любимых примеров Франкла - ситуацию, когда к нему пришел коллега-врач, у которого два года назад умерла горячо любимая жена. Он прожил эти два года в страдании, ощущая бессмысленность жизни.

И Франкл помог ему, спросив: "А что было бы, если бы умерли вы, а жена осталась жива?" Человек ответил, что тогда ужасно страдала бы она. "Вот видите, ваше страдание приобретает смысл, потому что вы груз страдания от одиночества, от потери любимого человека как бы взяли на себя, ей это страдание уже не достанется".

Здесь пример минимального "Мы" - "Мы" на двоих, которое используется для построения смысла в экстремальной ситуации.

Рассматривая любые примеры, приводимые Франклом, увидим, что все зависит только от масштабов этого "Мы", от масштаба преодоления своей единственности и в каком-то смысле привязанности к себе самому, то есть использования механизма "Мы" уже как смыслопорождающего фактора.

Когда мы говорили о возможности человека познакомиться с другими способами жизни, то пришли к выводу, что он не способен напрямую перейти из одной жизни в другую. Ему тоже необходимо некое новое "Мы", которое будет воплощать этот переход.

Иными словами, начальный новый смысл тоже строится за счет "Мы". Человек вырывается из своей обусловленности за счет того, что приобщается к какой-то микросоциальной группе или к представителю учения и через "Мы" начинает выстраивать такой момент (тем, кто занимается давно, он знаком): освобождаясь от "Мы", человек оказывается один на один с учением, и тут начинается, как Франкл говорит, экзистенциальная фрустрация, то есть потеря смыслопорождающего механизма. Все как-то одинаково, и непонятно, есть ли перспектива.

Фрустрация начинается по поводу потери и иерархии ценностей, и иерархии смысловой. Все становится равнозначным и равносмысленным, то есть можно сказать: все тождественно, равно ничего не значащее и равно бессмысленное. И здесь никакая логотерапия уже не срабатывает, потому что вот с этого момента, с этого переживания, очень тяжелого переживания, мы выходим за пределы...

Мы говорим с вами, что есть этапные переживания. Первое такое переживание - реальное переживание своей единственности, уникальности.

Второе - потеря привычных ценностных и смыслопорождающих структур. Оно более болезненное, потому что экзистенциальная фрустрация наиболее тяжелая в жизни человека. И тогда в этом месте возникают всевозможные попытки формировать ход назад, ход к какому-то "Мы", к какой-то иерархии ценностей.

Если вы вспомните недавние трагические события, связанные с сектой Абая, убийством Талгата, то увидите, что, несмотря на наши усилия, мои усилия, усилия Мирзабая вырвать людей из этой ситуации, некоторые из них, наоборот, в эту ситуацию втягивались, потому что Абай предложил завлекающее "Мы". Исчез момент экзистенциальной пустоты, исчезла ситуация безопорности, появилась и иерархия ценностей, и "Мы", и "папа".

Даже достаточно умные люди не смогли удержаться от этого соблазна, потому что он позволил преодолеть возникший вакуум ходом назад. А поскольку внутренней устремленности, осознанной преданности самой идее Школы, то есть идее жизни без "Мы", не было или не хватало, естественно, зацепиться за что-то было трудно. Тем более, что мы были принципиально лишены возможности выставлять себя в качестве "папы", то есть действовать через авторитет, через вынос на себя каких-то проекций, чтобы вырвать откуда еще большее количество людей. В этом плане последний этап обучения практически связан с очень глубоким переживанием экзистенциального вакуума, выхода из механизмов жизни и из механизмов самого себя в некое пустое пространство и зарождение новой жизни. То есть "штуковина" или происходит или не происходит - не зря она называется нуль-переходом.

Как видите, пустая бессодержательная абстракция под названием "движение в точке координатора посредством нуль-перехода" постепенно заполняется совершенно конкретным содержанием. Первый раз мы выходим в эту пустоту, когда свое осознающее "Я" помещаем в пустое психологическое пространство, и таким образом все, что мы называли "Я" и "Мое", оказывается перед нами. То есть мы растождествляемся, это уже не совсем "Я", это мои субъективная реальность и объективная реальность, рядом помещенные. А "Я" как осознающее начало, как самосознающий элемент находится в пустом незаполненном месте. Следующий шаг, когда мы, осознавая механизм жизни как таковой (то есть уже не только статической реальности, а процесс движения в этой реальности, в этих реальностях, называемых жизнью), "выходим", выносим свой процесс существования за пределы жизни тоже в пустое пространство, то есть мы сознательно создаем себе двойной экзистенциальный вакуум.

Почему эта вещь столь сложна, труднодоступна, требует колоссальных усилий, высокой профессиональной грамотности и серьезной разнообразной подготовки? Потому что мы погружаем сами себя в двойной экзистенциальный кризис, хотя всем известно, что сам факт экзистенциального кризиса является испытанием для человека.

Франкл на примере лагерей смерти показал, что большинство людей погибали там не потому, что не выдерживал тяжелых условий их организм, а потому, что не выдерживала смыслопорождающая способность. Заключенные теряли смысл и становились совершенно беспомощными перед лицом любой критической реальности. Тогда единственным смыслом для них становилась смерть.

Самоубийства по этой причине происходят довольно часто. Оказавшись в силу каких-то экстремальных обстоятельств в обстановке экзистенциального вакуума, человек кончает с собой, потому что единственный смысл, который в данной ситуации он может найти, - это смысл умереть. Мы с вами достаточно часто произносили (что уже стало общим явлением): "Чтобы родиться, надо умереть" - и другие всевозможные высказывания на тему о новом рождении. Но для нас это было отвлеченным высказыванием, пустой абстракцией. Теперь пустую абстракцию можем наполнить конкретным, реальным психологическим содержанием. "Смерть" в данном случае и есть переживание двойного экзистенциального вакуума, когда теряет смысл само понятие "Я", самоидентичность и когда теряет смысл жизнь, поскольку и то и другое "Я" покидаю, и покидаю добровольно, в силу выстраивающейся во мне концепции другого способа жить.

Каким же образом в этом пустом психологически состоянии, в этом состоянии экзистенциального вакуума сделать шаг вперед, а не назад?

Каким образом совершить это нуль-переход, не отодвигаясь опять к "Мы"?

Или еще к какому-нибудь "Я"? Или еще к какому-нибудь достижению, к соревнованию или к какому-нибудь другому механизму жизни? Сложнейшая задача. Принципиально отсутствует "Мы", за это зацепиться нельзя...

Во многих писаниях и духовных учениях обязательно присутствует идея помощи: "по ту сторону" меня встречают то ли ангелы, то ли иные сверхсущества, то есть меня там ждут, там тоже есть "Мы". Еще одно послабление. Школа отличается тем, что она для сильных людей, в ней максимально сведены на нет возможности создать какую-либо иллюзию такого порядка. Она ставит нас действительно наедине с Миром, наедине с собой, то есть и я сам, и Мир оказываются передо мной. Здесь сложнейший момент.

И вы пробовали уже, подходили, входили, выходили, вы уже этого касались так или иначе. И каждый раз возвращались назад, потому что не находилось, не порождалось нечто, что дает возможность завершить этот переход. Что же не порождалось? В чем там дело? Вообще, если говорить традиционным языком, то дерзка сама по себе постановка темы, потому что ее можно сформулировать так: в чем же состоит просветление? В чем его качественная определенность? Содержательный момент? Каким образом из этой пустоты человек вдруг попадает туда, где он находит эту новую жизнь? Что это? Кто это?

Дерзкая попытка описать неопишемое... Но любая духовная деятельность есть дерзость. Об этом мы уже неоднократно говорили.

Дерзость требует большой уверенности в себе, в своих способностях. В чем зацепка? Она, как ни странно, в самой пустоте. Есть много формулировок на эту тему: "То, что в вас ищет, и есть то, что вы ищете", или "В темной, как темнота, темноте, в пустой, как пустота, пустоте жил да был Бог...", или "Бог живет внутри тебя", или "Храм ты должен построить внутри себя" и т.д. и т.п.

Когда мы читаем это как художественную литературу, все замечательно. Пока с этим не были знакомы, не пытались пробиться... Но как только человек попытается пробиться, он наталкивается на то, что не может отыскать свой дом в пустоте. Он уговаривает, подбадривает себя, строит логические конструкции и все равно не может найти свой дом в пустоте. Почему? Потому что пустота есть дом Мира. Без принятия тотального резонанса между объективной и субъективной реальностями, то есть выхода в "не Мы", невозможен выход в реальность как таковую, в Мир... Если этот совокупный объем не достигает взаимного включения Мира и субъекта, если этого не произошло, если человек не пришел к этому всеми доступными способами, он не в состоянии обнаружить свой дом в

пустоте. Он попытается туда затащить какие-то кусочки прежних реальностей, субъективной и объективной, и в результате оттуда выпадает.

И опять начинает все сначала (если хватает сил и устремленности).

Почему так? И почему, когда всерьез начинаем думать о смерти, мы не можем этого сделать? Потому что, если будем это делать всерьез, мы умрем. Стоит такой защитный механизм... По той же причине нам очень трудно принять бытие, которое открывается в этой тотальности. Хотя мы не умираем здесь физически, как самоотжественность, но оказываемся в таком качестве бытия, при котором теряется последняя возможность - "Мы". Это качество бытия якобы не может принадлежать тому, кого мы привыкли называть человеком, хотя так думать в корне неверно, ибо только человеку это и доступно, следовательно, в этом есть выражение какого-то сущного свойства человека. Смысл жизни с точки зрения Школы состоит только в одном - прийти, образно выражаясь, домой к самому себе, то есть реализовать эту свою ситуацию. В этом и есть смысл жизни. Больше никакого другого смысла Школа и вообще серьезные духовные учения не предполагают, убежден в этом. Таков же смысл и индивидуального существования, экзистенции, телесности нашей, чувств и т.д. Это единственный смысл, который оправдывает те безумства, которые совершает человечество. Только в этом смысле все, что происходит с человечеством, имеет смысл - все. Только с точки зрения этого смысла можно действительно перейти к целокупному, а затем к тотальному бытию. Иначе ничего у вас не получится. И никакой эзотерии не надо. Тайны некоторых технологий - другой вопрос, но эзотерии никакой не надо. Если человек не пришел к этому смыслу как к единственному, у него ничего не получится.

Можно не опасаться, что с ним случится - ах! - просветление ни с того ни с сего.

Теперь вопрос о том, как он к этому пришел, технология самого хода.

Дело это индивидуальное, и в разных традициях по-разному стимулируется.

Но это действительно событие в любом случае. Сколько к этому ни готовься, все равно - событие, потому что это необратимый ход. Первый ход необратим потому, что вы оказываетесь в раю. Там есть все, чего человек желает: настоящая любовь, настоящие эмоции, знания - словом, все, что доступно данному человеку. Ограничения связаны только с возможностью его инструмента, больше ни с чем. Это царство сидх. Когда же вы это покидаете, опять же - возврата нет. Вы прибываете туда, куда шел ваш поезд. Куда идут все поезда.

...Я хочу напомнить высказывание, заповедь моего учителя, о которой я говорил в течение многих лет. Учитель мне сказал: "Ты можешь забыть все в какой-либо ситуации, но даже в самой смертельной ситуации ты не имеешь права забывать "зачем?" С годами мне все более открывался глубокий смысл этого высказывания. Потому что если ты теряешь смысл, тебе не помогут никакие "как?", никакие методики, технологии - ничего.

Это "зачем?" как бы прорастает в человеке. Так мне кажется. "Зачем?" прорастает. Вначале для самого себя оно выглядит так, потом иначе... В результате остается один гвоздь: что я должен знать всегда, в любой момент, каждую секунду своего бодрствования, сна, болезни, смертельной опасности и т.п. В голове может ничего не быть, но должно быть "зачем?".

Трансформация этого "зачем?", его реального содержания и есть описание пути. Варианты описаний пути становились мне тем понятнее, чем больше я сам проходил по ступеням раскрытия этого "зачем?". Описание трансформации "зачем?", сама эта трансформация везде заканчивается одним: "зачем?" "А затем, что это и есть твой дом". Это и есть суть, сущность, предельный смысл. Это есть окончание моих дел.

Когда я закончил свои дела, то, действительно, могу подумать и решить: заняться мне не своими делами или не заниматься. Но это уже другая жизнь. О ней можно говорить сколько угодно - это бессмысленно, потому что вы будете фантазировать по совершенно другой логике, на основе совсем другого материала, и ваша фантазия будет вас только уводить в сторону.

Вы уже прикасались к этой пустоте, к этому дому. И если сумеете это прикосновение сделать своим "зачем?", тем, которое никогда не исчезает, то рано или поздно дойдете до дома. Если потеряете, то перестанете двигаться до тех пор, пока вновь не найдете. Ваше положение несколько лучше. Почему? Вы с самого начала имеете возможность это видеть, ведь все происходило в непосредственной близости, рядом. Вы со мной все знакомы и видите, что ничего такого сверхъестественного при этом не происходит. Как до просветления я читал лекции, проводил занятия, так и после него. Ничего не изменилось для вас, а для меня изменилось все.

Проблема колоссальная - как перекинуть мостик не с помощью методических ходов, как попытаться показать вам этот дом? Я с самого начала говорил о своей заинтересованности попытаться в таких, совершенно неподходящих условиях, эту "штуковину" реализовать. А почему мне хочется заниматься вашими делами? Мне кажется, то есть я так воспринимаю, что моя любовь к Школе и моя благодарность за то, что я в жизни получил все, о чем мечтал, поможет пробиться сквозь инструментальность тому, чья сущность томится по этому дому. Я попытался себе построить композицию, чтобы не заниматься Школой, но не смог... Наверное, потому, что моим исходным импульсом, самым первым импульсом, который меня двинул на поиск, было очень сильное переживание несоответствия человека, его возможностей и той жизни, в которой он вынужден жить. Это очень давнее, детское и очень глубокое переживание, которое меня не раз выводило из трудной ситуации на путь.

Я начал с поиска царства Любви, Радости, Праздника, с царства сидх, если говорить древним языком, а когда нашел его, было уже поздно в нем оставаться, тогда я уже знал, где дом. Тут мне тоже повезло - я в этом царстве не застрял. Там многие застревают, потому что это прекрасно, действительно прекрасно... но это еще не дом, это просто доведенная до предельного совершенства жизнь, но со всеми теми механизмами, о которых мы говорили. Прекрасная жизнь, но не тотальная, не дома, не конец своих дел. Ведь если человек приходит домой, это не значит, что он все бросает. Есть и другие обязанности, и долг - все, из чего состоит человек. Просто он сам уже не тот.

Не правда ли - сложно, а может, наоборот, очень просто. Это не значит, что я не люблю Игоря Николаевича, я его очень люблю... Мы с ним совсем неплохо прожили и еще проживем... Это просто другое. Я в себе и во всех. Можно придумывать массу замечательных образов, но я не хочу этого делать. Хочу, чтобы вы, по возможности, в этих наших контактах оказались лицом к лицу с предельной для меня обнаженностью всего этого материала.

У меня нет цели вас увлекать. Я не занимаюсь больше этим. Это не входит в мои профессиональные и другие обязанности, есть уже другие люди, которым пришло время этим заниматься. Я хочу, чтобы вы все время могли смотреть в зеркало минимального искажения того, куда вы стремитесь, чего вы пожелали. Тут надо разобраться, добрались ли вы до царства сидх, до этой прекрасной жизни. Не очень заметно... Значит, вам еще до этого надо добраться, а оттуда перебраться в пустоту, в полную пустоту. Но ведь совсем не обязательно дойти до конца, тут нет такого: дошел - победил, не дошел - проиграл. Если есть желание, то дойдете обязательно, не в этот раз, так в следующий... Но, напрягая усилия, мобилизуя все, что мы имеем, следует помнить: смысл Школы, единственный смысл - оказаться в пустоте. Потому что пустота - это и есть дом Мира и человека, общий дом.

Беседа шестая

Любопытная вещь: именно вчера случайно нашлась книжечка, которую давно, еще в 1976 году, мне подарили. А в ней вырезка из старинной книги, дореволюционной, цитата известного писателя, русского философа Мережковского. Вот я этой цитатой и хочу начать: "До сих пор одни много знали, но слишком мало любили, другие много любили и

слишком мало знали; но только тот, кто будет много знать и любить, может сделать для человечества что-нибудь истинно прекрасное и великое".

Как видите, случай материального подтверждения правильного направления. Это действительно, формально говоря, случай. Случайно нашлась книжечка, а в ней случайно оказалась бумажка.

Тема, которую мы хотим попробовать обдумать в этот раз, много сложнее предыдущей. Мы выросли в такой культуре и в такой цивилизации, которая дает какие-то актуальные, потенциальные, психологические механизмы для усилий, направленных в сторону знания, в сторону беспощадного знания, в сторону истины. Но мы практически вообще не имеем механизмов, с помощью которых смогли бы делать усилия для постижения Любви. Этот дефект нашей культуры и нашей цивилизации. Хотя, казалось бы, христианская традиция содержит в себе элементы того необходимого, из чего у человека формируется способность любить. Но между христианством как духовным импульсом и церковью как религиозным государством, религиозной организацией, существует колоссальная разница. И поэтому даже люди искренне верующие, в духе веры воспитывающие своих детей, не имеют возможности в большинстве случаев сформировать необходимые свойства психики, ибо психика, как мы не раз уже говорили, система принципиально открытая. Она формируется на взаимодействии генетических предпосылок организма и всех взаимодействий среды, в которой данный организм развивается. Достаточно взять известные в мировой классике произведения поэзии, живописи, музыки, посвященные теме любви, чтобы мы оказались в совершенно глупом положении. Не понятно - что это? О чем там написано?

Что там изображено? Что там звучит? Какое отношение имеет к обычной жизни обычного человека? И в силу развитых психологических механизмов защиты мы делаем вывод, что это просто фантазии, некие идеально-художественно-эстетические условности. Но даже для того, чтобы фантазировать об этом, идеализировать это, тоже необходимо иметь, чем это делать.

Попробуем поразмыслить, как это произошло. Откуда началось? Мы прекрасно знаем, что для развития тонкой, дифференцированной психики, в том числе и ее эмоционально-чувственной сферы, необходимо иметь достаточное количество времени, свободного от удовлетворения насущных потребностей. Кто располагал таким временем на протяжении всей истории нашей цивилизации? Люди так называемых свободных профессий или достаточно богатые представители различных сословий (в основном, аристократы). Они могли заниматься развитием таких способностей. Мы прекрасно знаем, что все искусство, накопленное человечеством, - или аристократическое, или выполненное по заказу тех же аристократов, церкви, государства. В любом случае оно создавалось на деньги богатых людей.

Мы с вами смутно представляем, но все-таки представляем, что, скажем, Микель-анджело для того, чтобы стать тем, кем он стал, при всей его природной одаренности нужно было жить на содержании у того, кто мог себе это позволить (получать за его счет образование, есть, пить, читать книги и т.д.). Если политические вожди становились вождями, родившись не в среде власть имущих (вожди крестьянских восстаний тому пример), то художник таким путем стать художником не мог. И только в конце XVIII и в XIX веке, с появлением общедоступных музеев, возникла категория художников-разночинцев. И образование они получили уже государственное.

Но и где-то в это время произведения о любви как таковой исчезли, уступив место произведениям о социальных процессах. Великая русская дворянская, подчеркиваю, дворянская литература ничего подобного уже нам не оставила. Это можно сказать даже о Тургеневе, хотя он был великим знатоком чувств. Я уже не говорю о философии. Почему? Да потому, что зародившиеся в начале XVIII века европейское рациональное мышление в силу рационализированной картины Мира игнорировало это позитивистским, эмпирическим подходом. Выигрывая в развитии сознания и его механизмов, мы вынуждены были пожертвовать механизмами, связанными с эмоциональной сферой человека. А посему мы

просто не в состоянии представить, ощутить, пережить тот эмоциональный мир, который был, скажем, у Лейлы и Меджнуна.

Или тот эмоциональный мир, на котором построены некоторые тантрические школы. То, что мы называем сильным чувством по меркам развитой души, развитого эмоционального человека, в большинстве случаев - нечто болезненное, чаще всего разрушающее человека, дисгармоничное. Ну, а то, что мы называем "чувствами на каждый день", вообще к чувствам никакого отношения не имеет.

Исследования возможностей эмоционального мира человека всегда убеждали: чувства, эмоции, переживания - это огонь, который может расплавить "металлы души" и создать из них единый сплав. Тот огонь, который из осколков знания создает единое целостное сознание и из раздробленного, разделенного человека - человека целостного, тотального.

Таковы традиции бхакти-йоги (пути любви) или суфийских орденов, называвших себя влюбленными в истину, в Бога, традиции управляемых экстатических состояний, традиции предельного напряжения и предельной реализации эмоционально-чувственного восприятия, требующие колоссальной трансформации тела (потому что наше с вами тело просто этого не выдержит).

В этом смысле характерны результаты одного опроса, проведенного в Америке. Согласно ему каждый пятый американец хотя бы один раз испытывал в своей жизни экстатическое, мистическое или духовное переживание. Но четверо из пяти переживших не хотят, чтобы это когда-нибудь повторилось, хотя все они признают, что это прекрасное, великолепное переживание.

В моей практике был такой случай, когда довольно прилично подготовленная пара, муж и жена, любящие друг друга, обратились ко мне с просьбой обучить их глубокому резонансному взаимодействию. Я их обучил, они это сделали, но оба единодушно заявили, что больше никогда не хотят подобного переживать.

Мои наблюдения в результате работы на протяжении многих лет с различными людьми, в том числе актерами, художниками, обсуждения и исследования этой темы с учеными, моя личная уверенность таковы: МЫ НЕ ЗНАЕМ, что такое эмоциональный мир. Мы не знаем, что такое чувствовать, переживать, что такое экстаз (не как психологическое отклонение, а тот, о котором написаны поэмы и симфонии). Мы не знаем, что такое любовь к Другому. Мы не знаем даже, что такое любовь к самому себе. Мы не знаем, что такое любовь к Миру. То, что мы называем этими словами, - это тень теней.

Возникает вопрос: а не является ли это оскудение эмоциональной сферы закономерным, необходимым этапом эволюции, неизбежностью? А может, эти напоминания из прошлого только мешают, дразнят, обманывают наше воображение? Сегодняшние исследования, как ни парадоксально, в большой степени подтверждают, что высшее состояние человеческого сознания как бы безэмоционально. То есть то, что называется просветлением, ясным видением, состоянием высшей степени актуализации всех возможностей, вообще не содержит в себе какого-либо эмоционального компонента, оно как бы "нуль". Но ведь это с точки зрения нашего сегодняшнего понимания эмоций. Кроме того, предшествующее этому состояние как раз является состоянием очень высоких положительных эмоций, связанных с деятельностью субдоминантного полушария. Суть в том, чтобы выйти в тотальное состояние, в котором как бы уже нет эмоций, но нет и мыслей. Для этого необходима та переплавка, та внутренняя интеграция, слитность тотального нашего существа, которая недостижима с помощью логического, дискурсивного, описательного сознания.

Известно, что вдохновение, что бы мы ни подразумевали под этим словом, выражается в некоем подъеме, в возвышенном, выходящем за рамки привычного эмоционального состояния. Мы "даже" знаем, что период "острой влюбленности" тоже несколько отличается от всего того, что происходит потом. Мы также время от времени чувствуем некоторую тоску, переживаем смутное ощущение, что что-то у нас в этой области не так.

Одни бросаются в погоню за наслаждениями, пытаюсь таким образом заполнить пустоту, другие, наоборот, погружаются в состояние некоторого аскетизма, третьи пытаются пробудить в себе "это" с помощью наркотиков.

Но все мы где-то в глубине себя ощущаем нечто "такое", потенциально в нас присутствующие. Мы только не знаем, как это обнаружить и реализовать в своей жизни, потому что не то, чтобы много любить, а просто любить - и то утомительно для большинства людей. Это забирает столько сил. А разочарования? А обман? А измены? А вдруг она меня по лицу ударит? Но когда касаются любви с точки зрения духовной традиции, то имеют в виду не какой-нибудь единичный случай (любой из них только частное выражение этой ситуации), а способность любить как таковую. Если в человеке она есть, остальное уже вопрос его биографии. А если нет, то какой бы "богатой" ни была его биография, мы не обнаружим в ней следов любви.

Что и говорить: нарисованная мною картина, безусловно, мрачная.

Такова она и есть. Я больше двадцати лет с разных сторон всматриваюсь в нее и понимаю: ситуация действительно безнадежна. Ведь если взять современного человека в современных условиях (даже при наличии у него сильного сознательного или полусознательного желания) и поработать с ним года три, то можно добиться лишь одного: чтобы он однажды, на какой-то момент, в специально созданной для этого ситуации ощутил, что же это такое. В большинстве случаев он отказывается от своего желания. Потому что, как выясняется, не готов платить за этот "товар".

Весь мой опыт подтверждает - что-нибудь реально изменить в этой области даже в одном человеке практически невозможно, хотя вся моя устремленность, творческий и профессиональный азарт не позволяют отказаться от поисков каких-либо неизвестных мне сегодня возможностей.

Поэтому я решил все-таки использовать эту ситуацию и попытаться у вас на глазах и при вашем, пусть пока молчаливом, участии проникнуть в проблему и посмотреть, что же там.

Попробуем пойти наиболее понятным и ясным для нас с вами ходом. И, прежде всего, обрисовать в общем виде основные препятствия.

Первое из них - состояние нашего организма, его взаимоотношение с эмоциональной сферой. Я приводил уже пример с высококвалифицированными спортсменами, которые не выдерживали интенсивную пятнадцатиминутную эмоциональную нагрузку. При этом они ощущали, что их прекрасно тренированные тела не справляются. Безумную усталость они трактовали как усталость физическую. Это было для них крайне неожиданно. Биохимические исследования показывают, что при ситуации управляемого стресса (то есть управляемого эмоционального напряжения) происходит выброс в кровь гормонов, в предельном режиме работают надпочечники, гипофиз, и реабилитация после такой нагрузки занимает две недели. Организм приходит в норму (подчеркиваю - речь идет о тренированном спортсмене) через две недели.

Из психотерапевтической практики известно, что эмоциональный срыв в результате стресса достаточной силы и продолжительности приводит к повреждениям, которые при всех благоприятных условиях восстанавливаются в течении трех лет, если вообще это удастся. Не зря в таблице стрессогенных факторов свадьбы и разводы выражаются одинаковым количеством баллов. Сильные как положительные, так и отрицательные эмоции одинаково ставят нас в экстремальную ситуацию по отношению к своему организму. Первый, самый простой вывод состоит в том, что нужно коренным путем изменить взаимоотношения между эмоциональной сферой и сомой (то есть телом).

Я уже говорил как-то, что традиция тантрической йоги, которая строилась на подготовке к интимному контакту и рождению в этом контакте определенных переживаний, трансформаций, к постижению определенных высоких состояний, вырождается по той простой причине, что не находится достаточно здоровых людей - даже там, в Гималаях.

Люди просто не в состоянии выдержать трехлетнюю программу подготовки, которая необходима.

По этой же причине закрываются пути, связанные с традициями бхакти-йоги, суфийских влюбленных и т.д. - люди, которые могли бы это выдержать физически, телесно просто отсутствуют. Как ни банально, как ни оскорбительно для высоких намерений - практика доказывает эту простую истину. Убедиться в ней несложно.

Второе препятствие: неразвитость и недифференцированность нашего эмоционального-чувственного мира. Здесь, конечно, положение лучше в том плане, что все-таки сохраняется когорта людей, обладающих развитой сферой эмоционально-чувственного восприятия. Но большинство из них - сильно интровертированные, а потому темперамент является достоянием их сугубо внутреннего мира, причем настолько, что даже тем, с кем хотели бы вступить в контакт, эти люди кажутся, особенно вначале, холодными, бесчувственными, не обладающими эмпатией и т.д. Они настолько тонко чувствуют внутри, что внешне по отношению к другим не выражают ни малейших эмоций. Они как бы хранители, носящие в себе дифференцированное, тонкое чувство, которое для чего-то предназначено, но для чего - они сами чаще всего не знают. Прекрасно уже то, что это есть, что это сохранилось. Существуют техники и методики вывода этого качества, способные, при желании, конечно, превратить его из потенциального, сугубо субъективного, в актуальное, входящее во взаимодействие, в чувство других людей и т.д.

Сохраняются, чаще в мире художественно-профессиональной деятельности, относительно здоровые люди с развитой эмоционально-чувственной сферой, с дифференцированным восприятием, с богатым арсеналом чувствования. Должен сказать, что только классическая музыка (сама по себе, будучи выражением эмоционально-чувственного мира) позволяет человеку, получившему музыкальное образование и живущему в мире музыки, создать достаточно развитую эмоциональную структуру психики. Но поскольку мир повседневной жизни никакого отношения к классической музыке не имеет, а даже наоборот, то это чаще всего превращается во "внутреннее богатство" или - в идеальном случае - в богатство некоего сообщества, подобного описанному Гессе в "Игре в биссер". Как видим, проблема разрешима в принципе. Во всяком случае, видны пути ее решения, хотя и далеко не простые. Чувствительность без силы - невращения. Сила без чувствительности - "дуб могучий, дуб зеленый" - символ тупости.

Третье препятствие для человека, который хочет приблизиться к миру любви, - это Другой. И если с точки зрения знания проблема состоит в понимании Другого, умении говорить с ним на его языке, увидеть его картину Мира и его систему потребностей и т.п., то с точки зрения любви - в умении чувствовать так же, как он, до тончайших оттенков. Полностью разделять с Другим его чувство, его способы переживания, его мироощущение, что предполагает очень развитую эмпатию, или, как мы говорим, владение психознергетическим резонансом. Это для начала.

Если трезво посмотреть на объем работы, необходимый для решения обозначенных трех задач, то увидим, что попадаем в ситуацию безнадежную.

Откуда взять такую силу потребности, чтобы выполнить всю работу, если эта сила тоже определенным образом зависит от умения чувствовать? А если прибавить работу, о которой мы говорили в предыдущем цикле (первая - пятая беседы), то откуда взять столько желания и сил на все? Ведь мы большие хитрецы по отношению к себе, мы тщательно скрываем от себя, что духовность нам чудится как некий способ быстрого самооправдания, способ реализации желания быстро вырасти в собственных глазах, реализовать главную потребность - повысить самооценку. мы видим в ней некое уникальное психотерапевтическое средство, а не работу. И при слове "работа" всегда как-то немножко неуютно. Другое дело - праздник, игра, музыка, что-нибудь романтическое, когда попереживаешь часок, на душе полегчало - и домой.

Взять то, что заложено создателями храма, где происходит катарсис, освобождение. И все сначала. Но если в сфере знаний у нас еще есть место, которое дает понять, что мы

знаем мало, то в сфере чувствования - как убедиться хотя бы в относительной истинности мрачного текста, который я сегодня произнес? Рекомендую простой способ: включите запись Шестой симфонии Чайковского, или Пятой - Бетховена, или органных произведений Баха и попробуйте искренне, с отдачей продирижировать не в уме, а руками перед воображаемым оркестром. И посмотрите, что с вами будет, если вы это выдержите до конца. Сорок пять минут "помахать" руками в резонансе, проникаясь чувством, переживая.

Меня однажды попросили в одной московской театральной студии (она сейчас называется "Человек") провести двухчасовое занятие - тренировочную репетицию, связанную с развитием эмоционально-чувственной сферы. Я провел. И ребята, безумно влюбленные в свое дело (действительно, по-настоящему, искренне), молодые, здоровые, сказали:

"Если так каждый день, то не сможем". Единственный человек, которому это удалось, - Гротовский. Однако вполне возможно, что именно в результате этого достижения он покинул театр. Ему удалось сделать спектакль "Апокалипсис", который шел шестьдесят минут, а впечатление было, что энное количество часов. Такое впечатление создавалось за счет колоссального объема того поля эмоционального напряжения, в которое втягивались зрители в маленьком зале, вынужденные в нем существовать. Были разные впечатления и мнения о спектакле, но у всех осталось одно общее: ощущение протяженности. Достаточно сильная эмоциональная концентрация дает тот же эффект - когда мы повышаем скорость своего проживания, развиваем свою эмоциональную сферу, у нас постепенно возникает "несовпадение во времени". То есть у нас день - это что-то огромное, а у человека, живущего рядом с нами, что-то быстро пролетающее. Отсюда несоответствия: одному человеку кажется, что это было безумно давно, другому - совсем недавно, но первый при этом все помнит, второй - ничего.

А бездны трагических переживаний... В современном театральном мире трагических актеров, в полном смысле этого слова, - боюсь ошибиться, но не более трех, если они вообще есть. За свою жизнь я встретил всего двух людей с сохраненной витальной энергией - даже странно на них смотреть, они кажутся нездоровыми, потому что фантастически здоровы. Это не значит, что они были тупыми во всех других отношениях - отнюдь, просто тут уникальное совпадение генетического материала с обстоятельствами жизни.

Вы прекрасно понимаете, что "четверка" - это хорошо, так почему не держите это постоянно? Почему это не стало вашим нормальным состоянием?

По той же причине - другое качество эмоционального мира. Женщины сразу задают вопрос: "А меня в этом качестве мужчины будут любить, или я так и останусь соломенной вдовой?" Мужчины сразу спрашивают: "А что с этим делать? А как думать буду? А мысли? А рационализм?" Утрирую, конечно.

Вопросов много разных, и более тонких по форме, но по существу все они сводятся к двум тенденциям: одна тенденция - не напугаю ли я окружающих, потому что уже буду другим; другая - а не буду ли я в слишком хорошем самочувствии, чтобы у меня было желание что-либо делать, не впаду ли я "в кайф". Вот такие две крайности.

Первый вопрос (о его причине мы много говорили) - от отсутствия желания "вылупляться". Второй вопрос рожден страхом перед своей, якобы существующей, скрытой, ужасно демонической силой. Если, не дай Бог, расслабиться какой-то там контроль, она, эта сила, разнесет все в клочья. Легенда об этом передается из поколения в поколение. Откройте эту дверку, а оттуда - пи-пи-пи - мышка же осталась! И все. Мы же думаем, что там могучий дракон дремлет, кундалини в копчике свернулась и ждет. Нет, там пи-пи-пи... Но легенда дает себя чувствовать потенциально могучим.

Что с этим делать? Совет простой: любить, и как можно больше, как можно смелее. Любить людей, любить партнеров противоположного пола, любить природу, музыку, Космос, Землю, страдать как можно больше и радоваться как можно больше, глубже... Ничего нового здесь нет - все об этом знают, но никто не делает.

Существует научная версия, которая рассматривает механизм эмоции как существенно обеспечивающий ценностную структуру личности. Иначе говоря, система ценностей не могла бы быть стабильной, если бы не была обеспечена механизмами эмоционального подкрепления. Советую всем поразмышлять над этим, над вытекающими из версии практическими выводами.

Вторая версия, разрабатываемая П.В.Симоновым и его сотрудниками, состоит в том, что одна из функций эмоции - перекрытие ситуации информационного дефицита. То есть когда я не имею полной гарантии впереди, то единственный способ совершить действие - опереться на эмоцию.

Но поскольку мы с вами знаем, что ситуация духовная - это ситуация принципиально постоянного пребывания перед лицом неизвестного, негарантированного, постоянно творческая, здесь опять есть о чем поразмыслить.

Не зря у многих народов мира существует сравнение - между любовью и смертью. О любви можно сказать: "крепка как смерть". И о смерти можно сказать: "крепка как любовь". Народная интуиция ощущает и сохраняет в своем предании то переживание, которое испытывали люди, входившие в царство Любви, - переживание личной смерти. Или, как модно сейчас говорить, - смерти Эго. Я бы сказал точнее: смерти эгоцентрического мироощущения. Человек, вошедший в Любовь, принципиально не может сохранить эгоцентрическую картину мировосприятия и мироощущения. Происходит переход в качественно иное бытие. Вот вы часто спрашиваете: от чего прежде всего зависит преодоление разрыва между уровнем знания и уровнем бытия? Одной из главнейших необходимостей такого преодоления является Любовь. Вы помните, я говорил, что современный человек не может верить, так как в нем нет ничего, что могло бы верить. Потому что он не может любить. Только в мире Любви существует Вера. В мире разума существует лишь доверие - то, что до веры, перед ней - предверие. Можем ли мы в нашем взаимодействии получить хотя бы предощущение того, о чем взялись здесь размышлять? Мне кажется, у некоторых такой шанс есть. Не у всех, конечно же, не потому, что кто-то хуже или лучше, а просто потому, что все разные. Но это потребует другого отношения к данной ситуации. Мы перестали ее ценить, она стала обыденностью.

Сможете ли использовать этот шанс? Это связано с ответом на вопрос: какими вы приходите и какими уходите? Что отсюда уносите и насколько долго оно будет жить? Человек очень смешно устроен: вы, например, все знаете об избирательности человеческого внимания, о том, что внимание фиксируется прежде всего по доминирующей потребности. Голодный видит пищу, влюбленный - свою возлюбленную, сексуально озабоченный - возможных сексуальных партнеров. Что же вы все это забываете, когда приходите сюда? Вам кажется - само собой разумеется то, что вы настроены так, чтобы услышать максимум? Нет, не разумеется. Те из вас, кто слушал запись, в этом уже убедились. А тем, кто действительно хочет узнать в полном объеме, что же здесь говорилось, придется прослушать запись не раз - иначе вы никогда этого не узнаете. Если это для вас вообще важно.

Я вполне допускаю, что для некоторых это может быть вообще не важно, важна сама ситуация, безотносительно к ее тексту.

Так вот, если вы хотите попробовать вместе со мной пройти этот путь к предощущению, что является более-менее реальной задачей, - будьте внимательны. Иначе ничего не получится. Ситуация, еще раз повторяю, практически безнадежная, не абсолютно безнадежная (она не может быть таковой, поскольку есть потенциальность и она здесь присутствует), а практически потому, что это требует колоссального труда. Колоссального.

У вас нет сил. Как говорили древние - у вас нет денег, чтобы заплатить за это. Надеюсь, пока нет. И в то же время у многих из вас есть дерзость, и это хорошо, ведь дерзость - тоже признак любви. Ибо сказано:

"Боящийся не совершенен в любви". Первый враг человека знания - страх и первый враг человека Любви - страх. Здесь эти препятствия сходятся.

Еще раз повторяю: я не мрачно отношусь к ситуации. Просто говорю с вами на своем языке. Я так вижу, я так понимаю, я так думаю, я так работаю... При этом, видите, не бросаю этого занятия, значит, у меня есть оптимизм, вера. И я счастлив. Это нетрудно, по моему, заметить. Я лично уверен, что двадцать лет жизни - цена небольшая. Но вы - это вы, и сами определяйте. Я хочу, чтобы здесь была ясность, потому что человеческое сознание начнет разворачивать все в мрачную сторону, мол, "вообще тогда зачем"... Нет, я настроен достаточно оптимистически, если говорить обо всем. Но вот эту ситуацию трезво оцениваю как очень сложную. И в то же время знаю, что никакое знание не исчерпывает никакой ситуации. И значит, я в любую секунду, в любой момент готов отреагировать на внезапное событие, исходящее от любого из вас. Не намерение, а событие. Потому что мы предполагаем, а располагает реальность. И это прекрасно.

Как и все настоящее, Любовь - большая и трудная работа. В человеческом языке нет более адекватного слова. Работа в смысле творческого труда, такого труда, в котором человек не смотрит на часы - закончился рабочий день или нет. Такого труда, когда человек забывает об отдыхе и не нуждается в нем. В этом смысле работа. Работа есть творчество. Работа - это когда Микельанджело не может оторваться от статуи, падая около нее от усталости, забывая есть, пить, спать, потому что перед ним - Работа. Ее он не может не сделать. Работа - это когда какой-нибудь рабочий прокрадывается ночью в цех и тайком подключает свой станок к энергосети, потому что его осенило, как сделать задуманное. И не может не сделать. Мы, наверное, все любим Высоцкого, каждый по-своему, и, наверное, все любим Микельанджело, Бетховена - так давайте жить, как они. И тогда, может быть, нам тоже откроется дверь, за которой Любовь. Другого способа, принципиально другого, нет. Надо жить.

На этом я сегодня свои размышления закончу. Всего доброго в ваших устремлениях.

Беседа седьмая

Надо сказать, что мне этот цикл дается с гораздо большим трудом, чем предыдущий. Наверно, это естественно, потому что когда касаешься мира Любви, сложно подобрать слова. Тем труднее, что та групповая поддержка, относительно легко возникающая в предыдущем цикле, в этом цикле рождается очень трудно. Думаю, основная причина в том, что подсознательный страх, подсознательное вытеснение по отношению к этой теме намного превосходят те, что связаны с сознанием. Почему? Очевидно, потому, что мир чувств - более темная, более неосвещенная область нашего существа, охраняющая себя от попыток видения и осознания. Мы привыкли мир чувств воспринимать как нечто непостижимое, в основном недоступное видению. Я уже говорил о классической музыке - для многих и многих она в наше время область недоступного - наверное, вследствие (это одна из возможных причин) возникающего при слушании большого напряжения. На уровне сознания чаще всего эта сфера объявляется интимной, субъективной, и этим оправдывается полное невежество по отношению к самому себе в мире чувств. Прошлый раз мы размышляли больше о предпосылках, я бы сказал, об инструментальных предпосылках, возможностях, предощущениях Любви.

Сегодня хочу направить наше размышление немного и иную сторону. Пожалуй, начну с притчи.

Случилось так, что Хасидский Мастер странствовал со своими учениками. Они зашли в караван-сарай и остановились там на ночь. Поутру хозяин караван-сарая подал завтрак и чай. Когда они пили чай, хозяин упал к ногам Мастера, плача и смеясь одновременно.

Ученики были ошеломлены. Откуда хозяин узнал, что этот человек Мастер? Это было секретом, и ученикам велено было никому его не открывать. Мастер странствовал тайно. Узнали: никто не рассказывал, никто даже не разговаривал с этим человеком.

Мастер сказал: "Не удивляйтесь. Спросите у него сами, как он узнал меня. Никто не говорил ему, а он узнал".

Вот ученики обратились к нему: "Мы распознать не можем. Мы даже сомневаемся, просветленный он или нет, а прожили с ним много лет. Все же иногда возникает подозрение. Как ты узнал?"

Тот ответил: "Я накрывал на стол и подавал чай тысячам людей, но никогда не встречал человека, который смотрел бы на чайную чашку с такой любовью, как смотрят на возлюбленную. Я не мог не узнать. Это, должно быть, совершенно особенный человек, существо, полное любви. Иначе - кто смотрит на чайную чашку с такой любовью?"

Вот такая интересная притча. Любовь, в любом ее проявлении, - это всегда снятие дистанции между собой и тем, куда направлена Любовь. Что такое снять дистанцию? Это значит полностью изъять любое, даже самое тонкое проявление страха. Дать прикоснуться к себе в самой сокровенной глубине своего существа. Привыкнув к существованию психологической дистанции, мы очень редко задумываемся о том, что каждый из нас вокруг себя создает такую дистанцию. Она - как охранительный рубеж, ближе которого никто не может ко мне подойти. Даже очень близкие люди чаще всего сохраняют по отношению друг к другу хотя бы какой-то элемент дистанции, заповедный уголок внутри себя, в который нет входа никому.

Для того чтобы пережить Любовь как таковую, необходимо избавиться от дистанции как таковой - к чему бы то ни было. Не только к людям, но и к Миру во всех его проявлениях. Люди в их бесконечном разнообразии и в их огромной психологической значимости для человека (мы с вами знаем, что человек для человека является сверхраздражителем) - просто наиболее точная регистрация наличия или отсутствия Любви.

Страх перед человеком, другим, непохожим на меня, неизвестным или заранее определенным негативно, заранее определенным опасным, - всегда конкретен, в отличие от различных тонких форм страха перед другими частями Мира. Поэтому способность или неспособность к Любви лучше всего определяется на базаре, в толпе, в толкучке. Так мы невольно сталкиваемся с очень разнообразными людьми. Вот почему хозяин каравансарая опознал Мастера, духовного человека через Любовь, с которой он посмотрел на чайную чашку.

А теперь представьте, что прямо на вас движется человек, совершенно, с вашей точки зрения, ужасный. Можно ли в этот момент вспомнить о Любви? Можно, потому что Любовь не умиление или умаление.

Нужны не сюсюканье, не жалость, не другие формы умаления - то есть деланья объекта маленьким и таким образом безопасным. Любовь требует безграничного мужества и смелости. Я бы даже сказал - дерзости. Встать один на один с Миром, сняв полностью дистанцию, - это очень серьезный поступок. И как только мы начинаем внутренне к этому примериваться, наше сознание тут же задает массу всяких вопросов типа: "А как быть в таком-то случае? А что делать, если...?" и т.д. - это только для того, чтобы убежать от "примерки" такой ситуации. Мы всегда прячемся за эти наши "как?", когда точно знаем, что и зачем.

Вот и сегодня передо мной очень сложная задача, я весь день к ней готовился и не знаю, удастся ли ее хоть как-то решить. Потому что нам нужно так сосредоточиться, так настроиться, чтобы прикоснуться к состоянию, в котором отсутствует психологическая дистанция. Мы с вами много рассуждаем о страхе перед объективной реальностью и в общем научились чувствовать этот страх, даже в некоторых ситуациях работать с ним. Это страх перед тем, что существует вне меня, что есть не "я". Но мы очень редко касались вопроса страха перед субъективной реальностью, страха перед бесконечностью не менее сложной и противоречивой - бесконечностью субъективной реальности, то есть перед тем, что находится внутри меня. Мы просто говорили, что человек больше всего на свете боится самого себя. Фиксировали, не пытаясь как-то касаться этого подробно. Но когда пытаемся рассуждать, думать о Любви, мы с неизбежностью приходим к необходи-

мости обратить внимание на отсутствие любви к себе. Ведь чтобы любить самого себя, нужно тоже снять дистанцию по отношению к своей субъективной реальности. А она не менее познана, не менее богата неожиданностями, непредсказуемостями, чем объективная реальность. Поэтому я так часто повторяю: "Чтобы любить других - нужно любить себя".

Люди часто удивляются: "Кто ж себя-то не любит?" - вкладывая в слово "себя" только ту часть субъективной реальности, которая его устраивает, и совершенно автоматически исключая всю ту часть, которая его не устраивает или ему неизвестна. Наше с вами шестилетнее общение дало много примеров совершенно неожиданных открытий в области своей субъективной реальности. И многие из вас в течение последних трех лет потратили огромное количество энергии на вытеснение полученных о себе знаний. Появились формулировки типа: "Не хочу помнить о некоторых фактах своей биографии, это было не со мной, это наваждение, это было под влиянием и т.д." Вы прекрасно знаете, как работают такие механизмы. Но, вытесняя с таким большим трудом полученные знания о себе, вы автоматически вытесняете все, что соответствует этим знаниям вне вас.

Нельзя убрать, вытеснить часть субъективной реальности, не вытеснив соответствующую часть объективной реальности. В этом есть принципиальное знание Школы - субъективная и объективная реальности интимно связаны.

Наше сознательное "Я" находится на границе этих реальностей. Подрезая себе крыло с одной стороны, вы тем самым подрезаете его и с другой стороны, лишая себя возможности летать (размах крыльев уменьшается).

Принять Мир и принять себя - задачи соразмерные. Не сделав этого, не войдешь в мир Любви. Можно только любоваться отдельными лучиками, пробивающимися оттуда в нашу жизнь. Так в стиле "сюсю-реализма" создаем такой милый образ, образок-лучик, умиление, оно же умаление. Быть влюбленным - значит быть безумным. Безумным в том плане, что нужно отказаться от основы умозрения. А основа умозрения - это, грубо называя, торговля, счет. В явной и скрытой форме умозрение всегда счет. Но, как известно, бесконечность исчислению не подвластна. А поскольку Любовь имеет прямое отношение к бесконечности, то всякое исчисление ее уничтожает. Это очень страшно - отказаться от умозрения или, говоря иначе, сойти с ума. Не в смысле психически заболеть, а в смысле "сошествия с ума", то есть сознательного отказа от него как единственной опоры (умозрение всегда дистанция). Для того чтобы помочь вам в этом сошествии, и существует инструментальная Я-концепция и растождествление с инструментальной своей составляющей. Человек в процессе растождествления с инструментом познает, осознает, что инструмент обладает собственной инерцией, собственной устойчивостью, своим собственным (в некотором смысле) разумом, но автоматизированным. Когда он осознает величие механизмов, их великолепие, у него появляется шанс осуществить "сошествие с ума" без страха...

Страх сойти с ума мне кажется даже более сильным, чем страх смерти.

Как у поэта: "Не дай мне Бог сойти с ума, уж лучше посох и сума".

Для некоторых натур путь Любви очень привлекателен, и, если вы помните начало наших взаимодействий, многие тогда хотели именно такого пути. А я делал все, чтобы этого не получилось, потому что знал: вы не готовы инструментально (о чем достаточно много говорили в нашей предыдущей беседе). Вы просто стали бы сумасшедшими в медицинском смысле слова - и все. Поэтому мы выстраивали очень сложный, постепенный ход к этой возможности. Убрали ли мы риск на все сто процентов? Нет, конечно, нет.

Я подвожу вас к такому странному для данной темы осознанию, что Любовь - это преддверие свободы. Что только войдя в мир Любви, можно получить шанс войти в мир свободы, то есть в мир полной реализации пути, мир, в котором путь заканчивается. Только через Любовь мы можем прикоснуться к третьему уровню реальности (к тому, что называли этим словом) как к реальному, осязаемому, наполненному жизнью. Только Любовь может сделать очень-очень абстрактные понятия живой плотью.

В прошлом цикле мы с разных сторон касались своим сознанием, осознанием понятия психологически пустого пространства и помещения туда своего "Я". При этом вся-

кие возникли напряжения. Но по сравнению с тем пространством, если уже пользоваться образом, который для нас с вами очень привлекателен (имею в виду пространство любви), психологически пустое пространство - это тихие радости. Потому что мир Любви есть психологически предельно заполненное пространство. Представьте себе, что в вашу личную квартиру, которую вы с огромным трудом добыли, набилась битком толпа совершенно чужих вам людей и просит хором: "Люби меня! Живи со мной!" Таков в первом приближении мир Любви. Там нет ни одного, самого маленького, пустого места, куда можно спрятаться. Он заполнен бесконечно. Поэтому еще раз настоятельно даю это определение: мир Любви - не келья, не храм уединения, не гнездышко, где воркуют. Мир Любви - базар, базар ума, Мира. Где нет ничего невызревшего. Где есть все и все созрело.

Вот такой образ. Адекватный найти и передать очень трудно. Я стараюсь передать хотя бы частичку ощущения этого восприятия, переживания, чтобы вы не удивились, а прикоснувшись, не отшатнулись в страхе. Потому что это абсолютно не соответствует вашему "мечтанию" о любви как одиночестве вдвоем, как мере удовлетворения потребности в эмоциональном контакте - когда к мамке прижмешься, поворкуешь... Мир Любви - это взрыв, в котором рождается Вселенная. Это такое количество энергии чувств, которое превосходит самый смелый ваш запрос. Это не струйка, текущая из крана по моему желанию: сколько открутил - столько и течет. Это цунами, извержение вулкана.

Чувствую, что в желании передать масштаб создаю вам возможность уйти в красивые абстракции. Прямо слышу огромное количество вопросов от разных людей - хор всяких вопросов. Любовь как истина: когда она есть - вопросов нет. Когда есть вопросы, значит, нет Любви. У истины нет вопросов. Я не зря вам так часто повторяю, что духовный путь, большая его часть, - это путь к себе. Путь к бесконечности себя, к принятию себя таковым.

Сейчас в книжках обсуждается проблема - зачем человеку так много мозговых клеток. Ведь он их использует на десять-пятнадцать процентов, зачем все остальные? Загадка. Никак наука не может ответить однозначно - то ли это резерв, то ли перспектива развития. Давайте зададим более "простой" вопрос: зачем человеку такая субъективная реальность? Возьмем даже самого, условно говоря, "примитивного человека", который существует специально для того, чтобы нам было приятно ощущать нашу примитивность.

И возьмем его субъективную реальность - он же мается с ней. Зачем она ему - такая безразмерная? Почему человек все время мучается от того, что образ самого себя бесконечно подвергается разрушению, и не извне, потому что извне-то он подвергается разрушению очень редко (мы в конце концов находим свою социальную нишу, которая нас устраивает и которая закрепляет этот образ), а изнутри, когда вдруг появляется мысль, противоречащая всем моим представлениям о самом себе? Как это: я - и вдруг такая мысль? Такое чувство, которого у меня не может быть? Когда вдруг я вижу, чего не должен видеть... внутри себя. Зачем такая огромная Вселенная внутри?

Бессмысленность этого вопроса обнажается очень просто, когда мы рядом с ними поставим другой вопрос - зачем такая огромная Вселенная снаружи? Незачем. Она такая. И мы такие... У нас большая часть сил уходит на то, чтобы убеждать постоянно себя и окружающих в том, что мы соответствуем ограниченному описанию и ожиданию, что мы совсем-совсем никакие не бесконечные, что мы совсем-совсем предсказуемые, "хорошие" и т.д.

Если бы мы были внимательны и потратили бы на это немного времени и усилий, то обнаружили бы, что колоссально большая часть нашей жизненной энергии уходит на это. Мы все время находимся в ситуации "выкраивания" себя из Мира, не только из внешнего, но и из внутреннего. Потому что нет точки опоры, нет уверенности в собственном существовании. Эту уверенность в собственном существовании мы с вами и называем стабильным самосознанием. А если нет этой уверенности, то невозможно принять себя таким, каков есть. И Мир принять невозможно. О какой Любви в судорогах страха можно говорить? Только об одной, суть которой - умиление, умаление. "Самому стать маленьким, и

чтобы около меня был маленький. И мы оба такие маленькие, и нам так хорошо, и ничего такого плохого и страшного нет. Правда, от этого иногда рождаются дети, и это несколько огорчает, но ничего, зато социально это одобряется".

Я говорю ужасные вещи, но говорю с людьми, которые претендует на то, чтобы стать школьными работниками, на то, чтобы пройти путь до конца, чтобы прийти к реальности, к истине в ее наготе. Эти слова не предназначены для людей, у которых нет такой претензии, они к ним не относятся. Это слова для "сумасшедших". Когда мы с вами путешествовали в предыдущем цикле в пространстве сознания, в пространстве, соединенном со знанием, - все было более-менее приемлемо. Страшно иногда, иногда неприятно, но приемлемо, потому что от сознания мы всегда можем абстрагироваться. Но абстрагироваться от Любви мы не можем. Ведь не что иное, как Любовь, вас не выпускает, ничто иное, как Любовь, порождает это томление духа. Сквозь страхи, заборчики, загородки, охранительные механизмы, сквозь счастливую и несчастную жизнь, наличие или отсутствие понимания, взаимопонимания и умиления - в каждом из нас время от времени прорывается этот голос Любви. Потому что мы такие, мы "такое дерево" с бесконечной субъективной реальностью. Если мы можем прятаться от объективной реальности (иногда это удается), организовав более-менее уютную жизнь, закрытую, защищенную, то спрятаться от своей субъективной реальности просто некуда.

И вот тут-то и оказывается, что бегущий из субъективной реальности в объективную экстраверт и бегущий в обратную сторону - из объективной реальности в субъективную интроверт - сталкиваются лбами, так как оказываются бегущими навстречу друг другу. И там, где они сталкиваются, из глаз сыпятся искры, и освещается совсем другое место. Если вы таковы и если ваше желание, ваша претензия порождены вашим существом, то их надо реализовать - как бы ни было страшно начать. Никакая, самая изощренная техника не сработает, если нет движения по пути к себе. Но если это движение есть, то по пути все эти знания, все эти техники нужны - и потому что с каждым нужно говорить на его языке, и потому что нужно выполнять закон содействия пробуждению сущности. Но если этого движения нет - тоска вас не покинет, сколько бы вы себя ни обманывали. А я склоняюсь к мысли, что ваше присутствие здесь все-таки не просто прихоть. Что вы не можете разбежаться, хотя иногда очень хочется. Вы все время между пониманием, что это огонь, который сжигает, и нежеланием уйти от него. А значит, надо действовать, надо признаться, что я такой... (как мы в шутку говорим - "марсианин я, не человек") и в соответствии с этим жить и действовать.

Вот к чему это может привести. И именно не столько знания, их еще как-то можно носить про запас, а Любовь. Любовь нельзя носить про запас.

И чем больше вы пробуждаете Любовь в себе, тем дальше, прекраснее, совершеннее загоняете себя в безвыходное положение, то есть в положение, из которого есть только один выход - стать Школой. Хотя сознание вам подшептывает: "Ничего, ничего, мы отсюда возьмем только то, что нужно взять, а остального ничего не возьмем". Любовь не делится на части, нельзя отрезать от нее кусочек для какого-то отдельного употребления.

Еще раз повторяю - Любовь и Истина не делятся, по сути своей они тотальны.

Поэтому, если сегодня сделать еще одно усилие, еще один шаг по пути этого размышления, - боюсь, что я не выдержу. Вы всегда обижаетесь, когда я говорю, что вы не выдержите. В данном случае, не выдержу я. Не выдержу этой формы - эта форма не выдержит меня. Как угодно. Форма размышления. А менять форму, конечно, придется, что меня больше всего мобилизует. Я просто чувствую, что в этом цикле у нас с вами, если будем честными (а иначе мы не можем - так договорились), может быть, уже при следующей встрече начнет происходить что-то несколько другое. Поэтому у меня подсознательное желание каждую следующую встречу немного оттягивать. Это не просто, не просто и для меня, и требует большой мобилизации, практически предельной. Если в предыдущем цикле я мог контролировать границы размышлений и удерживать эту форму (и там была возможность перейти границы), то логика развития нашей нынешней ситуации и на-

растание объема реальности, который мы привлекаем в свою ситуацию, требует от меня предельной мобилизации. Предельной! Я еще никогда так не уставал, как сегодня. (А впереди еще три встречи.) Знание, оно все-таки не столь беспощадно, как Любовь. Но поскольку для вас все-таки важны эмоциональные оценки, я ощущаю необходимость окрашенного эмоционального финала, с положительной, естественно, окраской. И то, что я делал, - делал очень страстно, с предельно возможной в данной ситуации эмоцией.

Но эта эмоция пока еще не воспринимается; если воспринимается, то чуть-чуть, где-то там, подсознательно. Приходится добавлять на вашем языке, что называется эмоцией - у вас.

Я уже говорил о статье философа Ильенкова, в которой он пишет, что человек может помыслить, как защититься от холода Космоса, а вот как защититься от огня Космоса, он даже представить себе не может. В этом огне исчезает всякое понятие о веществе, о какой-то оформленности. Самая страшная катастрофа - взрыв звезды, рядом с которой находится планетная система. Я читал такую дерзкую фантастику, где две планеты - Землю вместе с Луной и Венеру - успели с помощью супер двигателей просто увести к другой звезде. Это все, что можно сделать, так как при взрыве звезда все сжигает.

Так вот, вхождение в мир Любви - это восхождение внутрь все сжигающего огня. Дело для инструментов очень сложное. И все-таки я вам не скажу - не надо. Можете? Хотите? Действуйте! Перед этим все мелочь. В знаниях нет такой убедительности, даже в самых изысканных, а здесь есть, если с ума не сойдешь, конечно, в медицинском смысле слова. Все, спасибо...

Беседа восьмая

В современной гуманистической психологии существует очень хороший образ выражения сущности содержания человека: человек есть образ человечества. С этой точки зрения, знакомясь с жизнью замечательных людей, мы получаем действительную, практическую информацию, потому что это не просто история о каком-то выдающемся человеке, это один из образов человечества. Начиная наше сегодняшнее размышление с уже вошедшего в научный обиход понимания, что сущностное начало человека есть его причастность к человечеству, мы можем попытаться понять, почему люди, посвящающие свою жизнь духовным исканиям, духовной работе, тоже являются образом человечества. Несмотря на то, что они существуют как бы в трансцендентальном для "великого среднего" мире. В качестве примера остановлюсь на образе Джалаледдина Руми. Если он вас заинтересует и вы захотите другими глазами посмотреть на его жизнь, адресую вас к книге Радия Фиша.

Давайте кратко остановимся на основных моментах его жизни. Родился он в семье очень известного человека. Его отец носил титул "Улем Улемов", что есть Учитель Учителей, был одним из самых образованных и просвещенных учителей своего времени (на современном языке - как бы академиком). Это отправная точка. Что для нас здесь интересного? То, что человек был погружен с очень раннего возраста в мир знания, причем знания для своего времени самого развитого. И это было знание гуманитарное. Второй момент: в той культуре, в которой жил Руми, он с детства имел возможность соприкоснуться с такими явлениями, как отшельники, дервиши, с людьми, которых называли святыми, безумцами и т.д. (представьте себе - умственный такой эксперимент, - что в вашем детстве было бы такое окружение. Что бы в вас изменилось?). В детстве он столкнулся с серьезными катаклизмами - войной, нашествием завоевателей, со смертью, с тем, что нужно было бросить отчий дом и всей семьей отправиться куда-то искать пристанище. Далее этот человек, с детства имеющий такой объем переживаний, впечатлений, начинает учиться. Вначале он постигает знания, которые считал необходимыми, и постепенно достигает в них уровня, на современном языке обозначаемого как уровень профессора.

Став "профессором" (вспомните хотя бы одного знакомого вам профессора), молодым, талантливым, знаменитым, со всеми почестями и привилегиями его положения, он вдруг, то есть не вдруг, а по указанию своего наставника, в один прекрасный день уходит в ассенизаторы. Чистит канализационные ямы, вывозит нечистоты - резко меняет социальный статус. Внутреннее содержание его жизни тоже меняется; он начинает заниматься не книжным знанием, а интенсивнейшей эзотерической практикой, то есть "психотренингом". Причем занимается этим интенсивно в течение нескольких лет. Не так, как мы с вами, - два раза в неделю, а интенсивно. А затем следующий ход: бывший "профессор", бывший ассенизатор становится пьяницей, связывается с низами общества - ремесленниками, кузнецами.

Представьте себе какого-нибудь нашего профессора. Вдруг стало известно, что он ушел из университета, работает ассенизатором и одновременно чем-то там мистическим занимается. С точки зрения того времени и общества, в котором находился Руми, его интенсивный тренинг тоже выглядел сектанством, мистикой, он не укладывался в рамки мусульманской религии - то есть человек пошел на риск. И вот этот профессор появляется на центральной площади города, в компании собутыльников, вечно хмельных, играющих на гитарах и что-то поющих. Знаете... Когда читаешь об этом в книге, воспринимаешь как некую нереальность. Я очень благодарен судьбе за то, что многие годы работал режиссером и привык восстанавливать реальность текста - как жизнь, как жизненную реальность. Это качество очень помогло мне: читая различные тексты, даже самые изощренные - типа "Книги мертвых", я сразу стараюсь представить себе, как это реально в жизни выглядело. Вы представляете себе, современный ученый вдруг бросает профессорскую должность и чем-то начинает заниматься под руководством какого-то учителя. Потом в компании токарей-слесарей вдруг появляется на улице, играет на гитаре и что-то там поет, и кто-то там записывает, что он поет, но не ручкой, а уже магнитофоном. Ведь такое не скроешь.

Руми остался в том же городе, где был профессором. А ведь Руми, как известно, одно из величайших имен в мировой поэзии, один из величайших духовных учителей в истории человечества.

Такова внешняя часть истории, лишенная романтизма, изображающего факты "где-то там в тумане на киноэкране". Да, есть эта житейская внешняя форма, но есть и ее внутренний результат. Спросите у людей, хотели бы они быть такими, как Руми - талантливым поэтом, духовным учителем? Очень многие ответили бы: "Да, конечно". - "Станьте профессором, потом ассенизатором..." И тут удивление: "Да что я, сумасшедший что ли..." Вот вся загвоздка. И подсказка ответа на вопрос: как интегрируется абсолютно пустое психологически пространство и абсолютно заполненное? Иными словами, как интегрируется мир Любви и мир Знаний, полная погруженность с полной растождествленностью? Каким образом это происходит? Прекрасный вопрос. На него нет готового ответа.

Реальной задачей становится для человека тогда, когда он имеет и то и другое - и пустой, и заполненный Мир. Вот тогда перед ним возникает последняя задача пути. Думаю, сегодня мы еще не будем делать попытку прорваться к решению этой задачи, к какому-то осмыслению, переживанию.

Сегодня попробуем поразмышлять, остановившись на этом месте.

Как размышлять, если ты уже ощутил то и другое пространство? Здесь очень сложно найти слова, потому что к тому моменту, когда перед человеком реально, как практическая, встает такая задача, он уже настолько трансформирован, что слышит, чем отзывается слово в тех, к кому он обращается (то есть в данном месте, в данное время, с данными людьми). Он не может до конца предугадать, как "это слово отзовется", распространяясь, трансформированное, в устной передаче, в Мире, через учеников, через тексты, которые будут жить во времени. Но он имеет возможность слышать, как оно отзывается в данной ситуации, и поэтому произнести слово становится очень трудной задачей. Ибо слово - многозначно. Оно имеет смысл в традиционном, общепринятом понимании - выраженное звуком, или переданное поведением, или слово в широком аспекте восприятия - текстом

становится по сути сам человек. Человек, который сам на первом уровне реальности воспринимает себя как текст, который читают. Его внешняя форма жизни - это текст, это самый главный текст.

Начав размышления с внешней канвы жизни Джалаледдина Руми, мы должны помнить, что это и есть единственный текст, оставленный Руми. С определенного момента вся внешняя линия жизни есть текст, всякое сказанное слово, совершенный поступок или несовершенный поступок, деяния, отношения (все, что называется жизнью людей), - это все становится выражением внутренней (условно говоря, внутренней, поскольку он одновременно пребывает в обоих пространствах) линии духа, линии духовного бытия, пребывания в Мире. Для такого человека выразить Слово словом - самая сложная задача. Причем если он вообще не отказывается от самой идеи как-то выразить свой духовный путь, потому что есть случаи, когда человек уходит, "исчезает" из жизни, и мы ничего не знаем о нем, как и о подобных ему, - о тех, кто достиг вершин, но принял решение быть на первом уровне реальности неизвестным. Формы стать неизвестным разные, смысл один - уйти от выражения себя (этой доступной части себя) с помощью жизни. Здесь можно провести параллель с такой тибетской традицией, как "архат", - он достиг, и он в себе, он весь погружен в это пребывание, а внешне - он как бы отказался.

Для человека, у которого жизнь и судьба складываются так, чтобы осталось выражение и пребывание не только в духе, но и среди людей как говорящего (с того момента, когда он познал оба мира - мир абсолютно пустой психологически и мир абсолютно полный психологически, то есть мир Знания и мир Любви), жизнь становится текстом, словом. И это самое трудное. Понять "Месневи", которое создал Руми, вне контекста его собственной жизни невозможно. Многие из мудрых текстов мы не в состоянии адекватным объемом воспринять по той простой причине, что нам неизвестно, во что это было вписано. Если мы берем это как факт библиотеки, мы не найдем там Любви. Если соединяем с жизнью автора и берем как его выражение, полный текст, тогда можем попытаться обнаружить полную реальность содержания.

Представьте себе, что вам попался текст тибетской йоги. Вы его читаете, заглядываете в справочники, узнав, что означает тот или иной термин, то или иное божество, достаете изображения этих божеств, то есть начинаете восстанавливать реальный текст. Но тогда вам нужно восстановить жизнь, внешнюю ее часть (как, допустим, жил в монастыре, что там за обстановка, как он питался, кем был до того, как туда попал, у кого учился), и только тогда вы сможете прикоснуться к содержанию текста.

Я уже приводил пример, что, если рассказывать какую-нибудь евангельскую историю с точки зрения внешнего выражения, биографии человека, люди, хорошо, как им кажется, знающие текст, - не узнают его.

...Два рыбака поплыли, наловили рыбы, возвращаются, вот, думают, продадим. Они - это Петр, Павел. Подплывают к берегу, а там мужик стоит и говорит: "Бросайте все, ребята, идите за мной, я вас сделаю ловцами душ человеческих".. Чтобы поймать, ощутить событие, прикоснуться к явлениям духа, нужно обязательно ощутить реальность текста. В этом тайна притчи, тайна любого так называемого эзотерического текста. Тайна состоит в том, что тайны как бы нет, - есть вырванный, как приведенный выше, кусок текста, его часть. Вы сможете его прочитать адекватно, только если вставите в его реальность и из абстрактных чудес перейдете в область реального проявления жизни духа в конкретном варианте. Тогда вы сможете сделать две вещи: перешагнуть, во-первых, через манию величия, заставившую вас читать этот малопонятный, но "престижный" текст, а во-вторых, - через комплекс маленького человека: "О! Иисус Христос - и такое ничтожество, как я..." Возникает возможность действительно вступить в отношения Любви с любым человеком - жившим, живущим и будущим жить. Когда эти веса, качающие нас в нашей устремленности между манией величия и манией маленького человека, остановятся ... можно сесть и поговорить с Христом, Джалаледдином Руми, Моцартом, Рамакришной, Буддой.

И мы поймем: если Бхагван говорит, что "тут на днях ко мне зашел Ходжа Насреддин и сказал..." - это момент неоднозначный, момент не только литературного или ораторского воздействия на аудиторию. Это еще и момент, открывающий тайну Любви. Потому что тайна Любви сокрыта в этом месте...

Помню, первую подсказку на эту тему получил на занятиях в студии в Калуге. Мы выполняли резонансно-двигательные упражнения и решили (после соответствующей подготовки) попробовать поработать под музыку Баха.

Среди нас была девушка-музыкант - она училась в музучилище, но не очень активно участвовала в наших тренинговых упражнениях и не собиралась играть в спектаклях - человек "около театра". Так вот, у нее началась истерика, слезы, вопли: "Какое кошунство, что мы выполняем упражнения под музыку Баха, да вы..."

Это была жизненная подсказка, и я впервые задумался: если претендую на то, что я художник, человек искусства, и не чувствую себя на равных с Бахом, то зачем тогда вообще занимаюсь искусством? Если это не моя референтная группа, если Бах - не мой товарищ, коллега. Вспомните замечательные времена, когда в нашем обществе еще существовала культура.

Тогда профессор, обращаясь к студенту, говорил "коллега"... И это не было педагогическим приемом, потому что сам факт - молодой человек претендует на знания в определенной области - делает его коллегой, таким же ответственным перед профессией в ситуации культуры обращения, когда мы с тобой коллеги независимо от того, лауреат ли я Нобелевской премии или студент второго курса. Только в подобных отношениях могли рождаться наука, искусство, духовность. Когда между мною, субъектом, и тем, куда я стремлюсь, нет посредников, когда возникает Любовь, и Знание и Любовь перестают быть антагонистами, они соединяются.

Возвращаясь к замечательному определению: суть человека есть образ человечества... Почему же мы никак не можем в это поверить? Вопрос сложный, в каждом конкретном случае надо разбираться - что мешает?

Почему мы не хотим жить, как Моцарт, Микеланджело, Будда, Карл Маркс?

Мы не хотим так жить, но мы хотим такими быть. Может быть, и быть такими не хотим? Как создалась эта иллюзия: мол, можно достичь того же, чего достигли они, каким-то общепринятым, привычным для себя способом жития?

Возникла она именно потому, что Любовь и Знания разошлись. Когда для меня Бах - это только его музыкальные произведения, существующие уже многие годы без него, тогда да, конечно, можно его жизнь подправить, упростить - сделать "под меня"... Когда у меня Мона Лиза без Леонардо да Винчи, когда теория относительности без Эйнштейна, тогда это и есть потребительская психология: мне не важно, кем он был, как жил, ничего не важно, кроме единственного, - он изобрел, а я пользуюсь, читаю...

Поэтому есть масса влюбленных в искусство, масса любителей чтения, знатоков художественной литературы, образованнейших ученых, но Эйнштейны появляются очень редко, и Моцарты, и Леонардо да Винчи... Ведь просто прочесть, выучить, просто научиться пользоваться, просто прослушать - это ничего не меняет в жизни человека и в нем самом, потому что это только полмира, а человека нет. А раз его нет, то со мной ничего не происходит, ведь все мы сделаны из людей и можем меняться и реально трансформироваться, только общаясь с людьми, а не с картинами, которые эти люди нарисовали, а не с музыкой, которую эти люди написали, а не со знанием, которое они добыли. В этом смысл изречения: "Книга - не инструкция, а повод для размышлений". И вот сегодня я вам рассказал, для каких. И если вы хотите, действительно хотите...

Помните, в начале наших встреч я сказал: "Вот вам живой пример, будьте такими, как я, - тогда это как-то мимо большинства пролетело.

Таким, как я, - что это означает? С таким чином, как у меня, или с такими знаниями? Нет, я говорил в самом прямом смысле: ваша жизнь будет такой, как у меня. И так всегда. Если захотите учиться у Будды, то произойдет то же самое. Вам нужно будет только най-

ти ответ: как это жить, как он? Если это действительно реальное желание, если вы хотите попасть за пределы знания, попасть в мир Любви, в мир трансформации.

Знания не трансформируют человека, но без знания трансформация невозможна. Мы прекрасно знаем на нашем опыте, что во всех сложных ситуациях обучения, текстах обучения и т.д. необходимо хорошо развитое сознание с определенным контекстом. Но изменяет не оно, поскольку любое знание можно вытеснить, забыть. Трансформация начинается, когда человек прикасается к Любви. Вы, войдя в царство Знания, то есть поместив свое "Я" в психологически пустое пространство и став знающим в полном смысле слова, можете не заботиться о специальной организации вашей жизни, поскольку она ничего не выражает (она может быть какой угодно, потому что ничего не выражает). Выражает только ваш текст в буквальном, узком смысле этого слова - ваши лекции, книги, статьи, ваши картины, ваши симфонии. И, реально войдя в мир Любви, вы не можете позволить вашей жизни быть какой угодно. С этого момента она должна обязательно быть (иначе вы не сможете существовать в мире Любви) выражением этой Любви.

Тогда знания - только инструмент, с помощью которого вы находите это выражение. Знания становятся необходимыми реально только тогда, когда вы вошли в мир Любви. Ведь если вы вошли в мир Любви и не ушли от людей, вы попадаете в ситуацию, когда ваша жизнь есть выражение, поэма, симфония, картина, книга, учебник и т.п. выражение. А чтобы выразить, необходимы колоссальные знания, без них невозможно, потому что время, место людей нужно чувствовать, видеть слышать... нужно уметь понять, ухватить объем, ситуацию - традиционную, социальную, ее динамику и т.д. и т.п. Вот такая голова нужна все время. И чем глубже вы входите в мир Любви, тем большие знания вам нужны.

Теперь должно стать чуть-чуть понятней, почему мы начали - и все шесть лет шли в этом направлении - с большим акцентом в сторону Знания, в сторону инструментальной подготовки. Мы делали все, чтобы оставаться на границе, чтобы не войти в этот мир, в котором жизнь начинает становиться выражением. Этот мир был закрыт для нас; возникали, может быть, определенные моменты у кого-то, когда прикасался человек и опять выскакивал, ибо сразу начинал чувствовать, что так жить ему не по силам.

Мы подошли к моменту взаимоотношения между миром Знания и миром Любви, но это еще не свобода. Любовь - еще не свобода. Даже сказать несколько слов о том, что за этим, очень трудно. Когда возникает подобная ситуация, то мир Любви, мир трансформации, мир людей, образ человечества, мир Знаний, выражение "а где я?" - все это сливается в нечто целое. И тогда мы прикасаемся к пространству, о котором можно сказать, что там две вещи - одна вещь, оставаясь в то же время двумя вещами, относится к пространству Присутствия. В определенном контексте можно сказать, что это за пределами "Я", ибо то, что мы привыкли называть самосознанием, помещено в психологически пустое пространство.

Названное забвением, сошествием с ума, Любовью - это у нас в психологически заполненном пространстве. А вот о том пространстве, в котором обретает бытие Дух (если пользоваться таким словом), очень трудно говорить, ведь все слова связаны в какие-либо известные смысловые поля.

"Слово о Слове, обращенное к Слову". Насколько реально то, о чем размышляем? Мы уже однажды говорили, что, как ни странно, взаимное опознание людей, прошедших определенные этапы пути, происходит почти мгновенно, буквально в пределах десяти-пятнадцати секунд - до произнесения любых слов, без всяких условных жестов. Можно провести такую параллель. Пока человек не освоил язык состояний, ему кажется: как можно определить, какое я состояние формирую? А ему говорят: "Вот ты набрал "А", активизировался 3 центр..." То есть для него тоже первый момент какой-то не совсем реальный. Есть такие "штуковины", реальность которых невозможно ощутить, не войдя в них. В этом смысле люди настороженные (помните, я вам повесть Биленкина в пример приводил?) очень точную формулировку нашли - "Дорога без возврата".

Трансформируясь, человек уходит с того места, с которого начал путь, но иллюзия отсутствия такого ухода держится до тех пор, пока внешняя линия жизни не связана с выражением. Эта иллюзия очень часто приводит к различным негативным последствиям. Мы говорим: источник всех иллюзий - это иллюзия о том, что субъективная и объективная реальности могут существовать независимо друг от друга. То есть внутри я могу жить одной жизнью, а внешне - другой, и это никак на мне не скажется. Ведь я не вижу, что внешне я соответствую ожиданиям окружающих. Но это иллюзия, потому что (мы уже об этом говорили) объемы субъективной и объективной реальностей все время взаимодействуют. И цена сохранения этой иллюзии все время безостановочно растет в самом простом, я бы даже сказал, примитивном смысле. Грамотный психотерапевт или практический психолог быстро обнаружат причины ваших недомоганий и некоторых неудобств. Не говоря о более глубоких последствиях подобных вещей... Поэтому вы уже как-то ощущаете, может быть, не до конца ухватили, но все-таки ощутили, что я вас не пугал, когда вначале говорил: "Ребята, а вы уверены, что этого хотите?". Чего тут пугать? Очень просто, кто не сможет, тот не сможет... Кто не сможет любить, тот не сможет любить...

Вот это и есть граница, первая дверь, до которой нужно довести человека. А дальше? Дальше нужен период очень интенсивной, сложной, с очень большой отдачей практики, работы с тренингом. Тот, кто выдержит, у того будет шанс... Но идти к этому вы уже будете, независимо от того, успеете ли дойти до конца. Будете, потому что нет таких психологических механизмов, которые были бы приспособлены для полной нейтрализации влияния этой информации.

Вы задали вопрос: инструментальное и бытийное в Любви.

Трансформация тотальна. Готовиться инструментально можно отдельно, тренироваться, но трансформироваться бытийно, не трансформировавшись инструментально, и наоборот-невозможно.

Возьмите образ какого-нибудь святого, физически выглядевшего хилым, хрупким. Он переносил такие нагрузки, житейские, монастырские, в скиту или странствуя, которые нам с вами кажутся запредельными или околопредельными. Попробуйте поститься в течение двух недель каждый месяц, молясь по восемь часов, и при этом работать в огороде. Представьте хотя бы на секундочку не как абстрактный образ, а как реальность, что Христос молился до кровавого пота и не умер. До кровавого пота! (Из многих источников известно, что кровавый пот существует в действительности, а не как художественная метафора.) Ну, и чтобы окунуть вас сразу в ледяную воду, скажу со всей убедительностью: вы "цветок" каждый день сделать не можете, "четверку" сутки продержат не можете. Да и стремления такого нет. Значит, в вашем искреннем желании (искреннем, не сомневаюсь в этом) нет любви... Есть эгоизм - знать, но даже нет эгоизма - уметь. Знать, чтобы эффективней потреблять Мир, жизнь.

Почему так? Потому что вы маленькие. Вы о себе думаете, как о маленьких, даже в "смелых мечтах". Потому что вы не в той компании. Вы в компании с Сидором Сидорычем, Тамарой, Гражиной, а не в компании с Буддой, Христом, Бахом, Моцартом, Леонардо да Винчи, Рамакришной... Ваше "мы" там, где все такие маленькие (умаление), а то, на что вы замахиваетесь, не предназначено для маленьких. Не предназначено, а потому недоступно. Не потому, что запрещено или скрыто. Чтобы открыть эту дверь, нужно иметь большой размер (такие "маленькие" просто просыпаются сквозь сито и выпадают). Все уже знают, что пора проститься со всей компанией, пора ее покинуть, оставить. А вы пробовали, и страшно. Вы вернетесь, помните? - как вернулась чайка по имени Джонатан к своей стае. Вернетесь, если ваш путь не связан с уходом. И будете работать, любить и жить в этом Мире. Такова тайна Любви. Любовь не терпит ни мании величия, ни комплекса маленького человека. Любовь - для равных человечеству, поскольку каждый из нас есть образ человечества, с чем согласна даже современная психология... Чем можно помочь себе в этой борьбе, в этом постоянном колебании между маленьким и манией? Нуж-

но до конца осознать, осмыслить, пережить, прочувствовать, ощутить реальность высказывания: "Мы сделаны из людей". Только из людей, больше не из чего.

Мы из этого сделаны. Мы не есть это, не пугайтесь - мы, повторяю, из этого сделаны. Попробуем с вами совершить прыжок в невероятное, и очень надеюсь, что хоть что-то у нас получится. В следующей нашей встрече. Но я хотел бы, чтобы вы, каждый как умеет, в силу желанья к этому готовились... Внутренне... Вы сейчас в таком месте, о котором можно сказать: "Я как бы у дверей, за которыми нахожусь я сам". Вы около встречи с собой, вы приближаетесь...

Я хотел бы, чтобы вы как-то впустили в себя покрепче исчезновение постоянного колебания между манией величия и комплексом маленького человека. Это знак, сигнал, что вы вылезли, вышли на старт. У вас все для этого есть. И дай вам Бог удачи... Это и будет реальным началом, реальным в смысле вашей трансформации на заключительном этапе обучения.

Те, кто не был с нами эти шесть лет, но сейчас участвуют в наших встречах, знайте: и у вас есть все, и вы можете совершенно неожиданным ходом это сделать, а потом... Это тоже зависит только от устремленности, от степени реальности вашей устремленности.

Чувство очень странное. В чем его странность? Это предел. То, что мы в таком составе дошли до этого места; что это записывается (смотрите, и магнитофон не портится); мало того, это еще и распространяется независимо от наших с вами биографий (и независимо от них тоже) - это очень много. И всего за шестнадцать лет! Фантастика! Когда-нибудь вы переживете, воспримете, услышите, увидите, ощутите - как много... И поэтому нет сожаления, что, может быть, никто и не перейдет границу, ведь немало еще можно сделать и не переходя. Хотя эта тяга останется. Без принудительности. Очень трудно найти слова, чтобы дать тут точное сравнение. Ну, скажем так: до этой границы вы как бы в балансе между собой и предложенной вам жизнью. В этой предложенной вам жизни вы пытаетесь быть собой. Она идет - готовая, предложенная, а вы в ней ищете свои ходы. Когда перейдете (если перейдете; это, конечно же, не момент, это - процесс), никто вам ничего не предложит. Не из чего выбирать, не в чем искать, не к чему приспособливаться - нужно все делать. Готового нет ничего. Кого такая перспектива вдохновляет, у того получится, кого не вдохновляет, - не получится.

В этом смысле легче верблюдий канат через игольное ушко протянуть, чем богатому прийти в царство небесное. Каков смысл высказывания? Образ адекватный. Он раскрывает еще одну грань моего любимого слова, в которое я попытаюсь вложить наш объем, - работа, творчество. Все надо делать, все то, что раньше приходило готовым. Вы будете как рыба, которая сама себе должна делать море, или пруд, или реку. Никто ничего не предлагает, сплошное творчество. И не в переносном, а в буквальном смысле, потому что даже если вы берете что-то готовое, то должны его как-то трансформировать. Мы говорим - заполнить эту форму своим содержанием.

Иначе вас сразу будет сбрасывать, и вы мгновенно начнете чувствовать, что любое употребление не вами сделанного или нетрансформированного мгновенно вас обращает в обратную сторону.

Вот второй секрет Любви. Доводя это до полного, даже абсурдного "логического" завершения, скажем: люди не едят никакой другой пищи, кроме пищи ими самими приготовленной, а еще больше - кроме той, которую сами вырастили. И надевают только то, что сами сшили, а еще лучше - сами соткали.

Один из специфических моментов нашей Школы, нашего варианта состоит в том, что здесь идет обучение тому, как готовую форму трансформировать через заполнение своим содержанием. Потому что жить сегодня, здесь, с этими людьми иначе невозможно.

Здесь можно было бы закругляться, хотя, может быть, некоторые из вас ощущают, что мы попали в очень интересную (на втором энергетическом информационном аспекте реальности) ситуацию: можем здесь находиться, пока не упадем. И все время будет что-нибудь происходить. Мы попали в такой поток. Люди с неподготовленным сознанием

ощущают это как некоторое воздействие извне - какая-то сила ведет, диктует, заставляет идти сюда... Такое воздействие потока, в нем можно пребывать и совершенно нормально (по внешней форме). Это тоже из мира Любви.

Беседа девятая

Если начать полуюмористически, то у нас сегодня по плану - прыжок в невероятное. Невероятное - значит имеющее малую вероятность. В научных текстах в таких случаях говорят: "Исчезающе малая вероятность".

Давайте кратко вспомним путь наших размышлений. Большая половина его - анализ проблем на уровне сознания; тут у нас возникали сложности, в основном связанные с недостаточностью ваших знаний, вашего контекста.

Во второй же части, которая по объему, казалось бы, совсем небольшая (всего три наших встречи), степень сложности вырастает просто в геометрической прогрессии. Степень сложности связана с двумя основными трудностями. Первая: по мере углубления в проблематику становится все труднее находить слова, и поэтому, как я вам честно признался в самом начале, каждая встреча дается со все большим трудом. Вторая: эта часть не имеет почти никакой опоры в вас. Я в эти дни размышлял много об этом неожиданно открывшемся факте - почему так сложилось, что именно эта часть не имеет в вас опоры? Но даже на такой, казалось бы, несложный вопрос очень трудно ответить не банально. Не банально в том смысле, чтобы проникнуть за такие сразу напрашивающиеся ответы, как, скажем, - неразвитость эмоциональной сферы современного человека нашей культуры, неумение эмоционально жить, жить глубинными эмоциями, страх перед тем, что эмоциональная сфера может разрушить "призрачный мир" сознания, и т.п.

Конечно, вся эта проблематика существует. Мы живем в жутком (в этом смысле) мире. Не мне вам рассказывать, вы сами к этому прикоснулись.

Прагматичность, дискурсивность, механицизм (механичность, вернее) разрушает Любовь. Мы дети трусливого времени и трусливой культуры.

Поразительно, но факт: в то время, как наша западная цивилизация в ее рациональном аспекте достигла действительно очень многого, когда знание заглянуло в самые потаенные области Мира и Человека (часто на грани цинизма), сам человек не стал смелее перед лицом Мира, знание не сделало его смелым. Знание сделало его трусом, боящимся себя, государства, времени, в котором он живет, боящимся самого знания, от которого он не может отмахнуться. Эта смиренная, рабская психология подменяет реализм цинизмом, скептицизмом, подменяет поиск себя все большей зависимостью от внешних механических частей жизни и приводит человека в такое нелепое состояние, в котором образуется просто какой-то чудовищный абсурд.

Человек видит этот абсурд своей реальной сутью в силу общего уровня образованности (ну, хотя бы какой-то механической образованности) и в то же время вынужден делать вид, что этого нет, потому что чувствует себя совершенно беспомощным перед лицом этого абсурда. И начинает становиться фантастом, придумывая всевозможные фантастические убежища, которые обязательно где-то далеко в пространстве или во времени, и тем самым еще более расщепляет себя. Когда это все видишь, тебя охватывает чудовищная скорбь, чудовищная боль. Невольно мыслители прошлого предстают в ореоле - насколько они были более уверены в Человеке, чем мы с вами. В этом месте останавливается познание, потому что упирается в какую-то фатальную абсурдистскую логику жизни.

Как? Каким образом? Каким способом? Каким чудом можно пробудить в человеке затоптанное, задавленное, почти неживое пламя, огонь, чувство любви, энергии? Я работаю с людьми всю свою сознательную жизнь, веду кружки, театры, студии, группы, прочитал массу литературы, имею большую практику, но когда дело доходит до этого места, невольно хочется отбросить все усилия и просто объявить это заданностью - есть от рождения такая способность - и все. Но дело здесь, безусловно, не в каких-то биологических,

генетических предпосылках. Дело в том, что между цивилизацией и той осколочной культурой, в которой мы находимся, этим разбитым зеркалом - страшные противоречия. Особенно они обнажились в последние годы, в ситуации гласности, когда огромные потоки информации уничтожают любые иллюзии, розовые мечты. Мы узнали за последние несколько лет столько чудовищного, бессмысленно чудовищного, мы увидели столько грязи вокруг себя - и это все обрушилось на запуганных, абсолютно несамостоятельных, боящихся всего на свете людей. С одной стороны, понимаешь, что сейчас, как никогда, нужны любые духовные построения, а с другой - убеждаешься, как безумно трудно реализовать эти построения на уровне претензии, которая нас вела, - уровне профессиональной реальной реализации.

На меня произвел очень сильное впечатление такой эпизод. Я ехал в частном такси, и человек (видно, очень образованный) мне рассказывал о том ужасе, в котором он живет сейчас. Он в полной фрустрации, и хотя никто из близких не виноват, он даже мне признался, что стал бить своих детей, кричать на жену, он чувствует, как превращается в робота, потому что нужно зарабатывать деньги, ведь на те двести рублей, которые они вместе с женой получают, прожить невозможно. Он не читает газет и журналов, не смотрит телевизор - у него нет времени, а уж о художественной литературе и говорить не приходится.

Понимаете, хороший человек, который еще рефлексивен, осознает, что с ним происходит. Думаю, он к нам придет, чем ему можно помочь? Чем мы, превратившие доставшиеся нам по счастливому случаю знания в убежище, можем ему помочь? А ведь, казалось бы, в принципе обязаны ему помочь.

Вроде бы у нас есть нечто такое, что может помочь. Но как? С чего начать? И чего у нас не хватает? Можно ответить точно, чего: мы живем там же, где и все, питаемся из того же источника, что и все. И это создает в нас постоянный хаос, который порождается несоответствием всего того, чем мы занимаемся шесть лет, и нашими реальными возможностями среди реальных людей.

Что нам мешает превратить свою потенциальность в актуальные реальные возможности? Безусловно, то (и опять круг замыкается), что в нас нет источника Любви. На этой отрицательной констанции останавливаемся. Как найти этот источник? Как открыть? Как вырастить?

Как дать ему силы?

Помните, вначале я вам говорил: "Ребята, вы очень хорошо сейчас живете. Если бы не эта претензия, у вас все было бы в удивительном порядке". Вы тогда и верили, и нет. Но, надеюсь, пройденный до сегодняшнего дня путь приблизил вас к реальности сказанных тогда слов.

Чтобы открыть в себе это, чтобы дать этому жить, нужно перенести чудовищную боль, чудовищную... Я специально выбрал этот эпитет не для красного словца, а потому что не нашел другого, хотя бы частично отражающего, что нужно перенести. Я никогда с вами не говорил об этом. Вы знаете меня много лет, но редко слышали от меня что-либо на эту тему.

Если с этим открытым в себе чувствованием (смотрю на вас, и мне уже больно), с этой Любовью выйти к Миру, к человеку, то я уже не знаю, какие слова выбирать. А если это пережить в полном масштабе, то какое нужно найти слово для этого переживания? Переживание чудовищной несправедливости жизни, чудовищного осквернения человека, чудовищного несовпадения предназначенности человека, его природы, его возможностей с его реальной жизнью. Это переживание дано для того, чтобы именно в нем черпать силы для повседневной, кропотливой, по миллиметру, работы, понимая, что ты все равно не изменишь весь Мир. Хоть чуть-чуть - и то уже оправдано... без этого не бывает и не может быть профессионализма, потому что вы вольно или невольно все время захлопываетесь в клетку своего "Мы".

Мы оберегаем себя. Мы ходим по улицам - оберегаем себя, приходим к людям - оберегаем себя. Чтобы сберечь себя абсолютно, мы преувеличиваем свою собственную боль, свои собственные переживания, чтобы ими могли заслониться от страданий Мира, человечества, всех остальных людей, чтобы иметь внутреннее оправдание, почему мне за всех остальных абсолютно не больно. То есть мы идем путем пассивнооборонительной защиты себя от этого абсурда. А тот, кто не выдерживает, тот стреляется, сходит с ума и т.д., потому что не видит средств жизни при таком чувствовании.

Вот мы и пришли к единственно правильному ответу: если устремленность есть, если желание идти по этому пути есть, - значит, нужно искать средства, которые позволят выдержать эту боль, жить с этой болью и черпать в ней активность, жить не за счет какого-то фантастического внутреннего ухода, а за счет максимального погружения в реальность. Нам эти средства отчасти известны. С самого начала мы знаем, что для этого нужно увидеть сущность другого человека. Без умения видеть сущность другого человека мы не будем иметь никакой реальной точки опоры. Мы будем работать "по методикам", конкурировать с психотерапевтами, доказывать, что наши методики лучше, - и все. Они могут быть действительно лучше на каком-то фоне, но все равно между собой и человеком мы будем ставить эти методики, будем ставить эти знания, эту информацию: только бы он не подошел близко, только бы не вошел в нас, только бы не Любовь. Хотя мы что-то делали для людей и продолжаем делать... Но только увидев сущность человека (сущность в ее инструментальном смысле), можно иметь эту опору, потому что тогда вы познаете, что потенциально есть каждый человек, воспримите его глазами Любви.

"Невероятность" такой работы состоит в том, что один человек ("единица") что-то пытается изменить в этом Мире. Он должен иметь не только беспощадную устремленность, но и средства ее реализации. Все то, что у нас было собрано вокруг понятия резонанс, все, что собрано в виде знаний о механизмах человека и человеческой жизни, - все это средства, но для того, чтобы они начали в наших руках работать, должно произойти преобразование.

Но как достичь его?

Мы совершенно не знаем, что делать с нашей эмоционально-чувственной сферой. Мы совершенно не знаем, как построить жизнь людей так, чтобы эта сфера развивалась. Как этому обучать, как развивать? Прошлая беседа была попыткой ответить именно на вопрос "как?" Она была скорее каким-то методическим поиском в мире Любви. И мы выявили с вами ключевое звено: маятник между манией величия и комплексом маленького человека.

Думаю, что надо возвращаться к другой, принципиально другой системе отношений между тем, кто хочет научиться, и тем, кто согласен, чтобы у него учились. Думаю, наш страх перед совершенно неожиданной для нас системой отношений в этой области и определяет здесь предел, потому что наша устремленность не имеет без этого никакой последовательности развития. Это можно сравнить с историей влюбленных. У них влюбленность растет, растет, растет... И вот они соединяются, а потом она начинает угасать, и они не знают, как этот процесс остановить, что нужно предпринять.

Вот и у нас - если случается, тогда да! Неизвестно почему, но случилось. А как это поддержать, развить, чтобы было какое-то последовательное развитие этой устремленности, не знаем.

Многие задают вопрос "как?" Как построить новую систему отношений?

Размышления над этим, попытка пробраться к истине, мне кажется, какой-то ответ все-таки дали. Этот ответ лежит в той плоскости, в которой мы положительно утверждаем, что устремленность можно развивать (если нельзя развивать, то здесь нет никакого ответа). Поскольку я убежден, и на сегодняшний день могу сказать с полной уверенностью, что можно (хотя и трудно, или скорее маловероятно), это шанс на построение новой системы отношений. Но для этого надо расстаться "здесь" и встретиться "там". На этом

мы, пожалуй, закончим размышления о пространстве Любви и попытаемся начать размышление на тему пространства Свободы.

Ясно, что для выражения текстом вряд ли найдется более сложная задача. Попробую ее каким-то образом, хотя бы частично, решить, опираясь на весь тот контекст, который образовался в процессе нашего общения. Что мы можем зафиксировать на этом месте, до которого добрались?

Мы можем зафиксировать выявленную нами такую пару: психологически пустое пространство и психологически абсолютно заполненное пространство.

Следующий вопрос: каким образом можно обнаружить пространство, из которого предыдущие пространства одновременно доступны? В прошлый раз мы это выразили образно, охарактеризовав это место как место, где вещи одновременно являются двумя вещами и одной вещью. В древних традициях - это место "где живет Бог", это пространство абсолюта, пространство невыразимого. Тут круг культурных ассоциаций у вас есть. Чтобы не возникло автоматического хода ассоциаций, попробуем зайти с другой стороны, с опорой на немного другие образы.

Итак, представим себе абсолютный холод и пустоту Космоса в сочетании с абсолютным огнем Космоса. В нашем воображении тут же возникает образ Вселенной, в которой огонь сконцентрирован в ограниченных пространствах, а холод рассеян в неограниченных. То есть, огонь для нас всегда нечто компактное, а холод - нечто не имеющее очерченности. Когда говорим о Космосе, обычно имеем в виду звезды, галактики, "пустоту между ними". Вот и все. Можем ли мы помыслить, вообразить, представить такое пространство, которое могло бы выйти за пределы этих объектов и этой пустоты? Можем, через понятие о поле, как не имеющем ни характеристик тепла, ни характеристик холода.

Когда мы попытаемся вообразить Вселенную как некое поле, уйдя за пределы материальных объектов, возникает очень смутное ощущение, знакомое большинству из нас только по моментам попытки сблизить два одинаковых полюса магнита. Когда "ничего между ними нет", невидимое, но действующее. Если представить себе пространство, в котором нет ничего, кроме поля, такой образ может нас приблизить к чувственному восприятию и чувственному переживанию "пространства свободы". Образ пространства, которое не является ни пустым, ни полным. Про него нельзя сказать, что в нем есть наполненность, и нельзя сказать, что оно пустое. Здесь такой уровень абстракции, что вы старайтесь просто вызвать какой-то, пусть смутный, образ, а не напрягайте свое понимание. Просто образ, нечеткий образ. Нужно просто угадать, попасть чем-то смутным, на грани возможностей, периферией своих возможностей, попасть в это ощущение, что может существовать нечто между пустотой и наполненностью, что может быть нечто, не являющееся ни психически пустым, ни психически заполненным.

Если мы попытаемся сразу этот образ дифференцировать, что-то с ним сделать, то он у нас исчезнет. Как говорил Будда, это щель между двумя мыслями, между входом и выходом, между двумя словами. Все попытки словесной передачи приводили к попыткам выразить это через образ цели. У Кастанеды, например, это-щель между двумя Мирами. То есть люди, которые это понимали, с которыми это случилось, пытались переделать это другим (как я сейчас вам), всегда искали что-то между...

Можно еще подойти к восприятию этого пространства через некоторые ощущения напряжения как такового, не помещая напряжение ни в какую обстановку, - чистое напряжение, без всего, напряжение как таковое. Это первая фраза, первый ход к восприятию этого пространства - поймать своим каким-то способом это "между", это чистое напряжение. Поймав, надо к этому привыкнуть, надо все больше и больше это в себя впускать. И тогда постепенно рождается следующая фраза: вы начинаете ощущать это нечто как везде присутствующее - всегда и везде. Вот если б у нас был орган чувств для восприятия гравитационного поля, то в зоне гравитации мы могли бы "родить" похожий образ: гравитационное поле как таковое, не привязанное к объекту, его порождающему.

Каким образом "родить" такое ощущение? Оно возможно за пределом любого нашего предела. Если вы, двигаясь в пространстве сознания, в пространстве чувства, в пространстве ощущений и т.д., сконцентрируетесь до такой степени, что ощутите предел, и если удержитесь на этом пределе некоторое время, вы начнете воспринимать то, что за этим пределом. Не зря это называется ЗАПРЕДЕЛЬНОЕ, трансцендентальное. Нужно только найти для себя ту область, в которой вы с наибольшей вероятностью достигнете предела. И вот, держа себя на границе, на этом пределе, вы сможете воспринять реальность этого пространства. Банально говоря, это ответ на то, почему нужны экстремальные ситуации, почему нужно совершенство, ведь совершенство - это тоже экстремальная ситуация. Потому что царство свободы - это пространство, не имеющее характеристик психологической заполненности или незаполненности. Оно обнаруживает себя только тогда, когда вы стоите на пределе. Искусство состоит в том, чтобы, удерживаясь на пределе сколько возможно, реально пережить, что такое Свобода.

Чтобы удержаться на пределе, вы избираете некую способность, скажем, вы мастерски вынимаете меч из ножен. Вы имеете возможность за счет совершенства в этом стоять на пределе гораздо дольше, чем за счет напряжения сил, - вплоть до постоянного пребывания на пределе, что дает большие возможности заглянуть за предел. Но совершенство достижимо при слиянии предельного знания с предельной Любовью. Потому что Любовь, устремленность дают возможность достичь, не отступить и быть все время мотивационно обеспеченным, а знание дает возможность находить ответ на вопрос: как и что надо делать. Легко сказать: "Я уже на пределе", - но чтобы обнаружить реальный предел, требуются большие усилия, потому что существуют охранительные торможения.

...Мы уже говорили о двух механизмах торможения. Скажем, любое достижение, высшее достижение (будь то спортивное или какое-либо другое) связано с тем, что человек отодвигает границы первого охранительного торможения. В момент наивысшего достижения он, можно сказать, приближается к границам второго рубежа, то есть к границам своего реального диапазона. Границы диапазона - охранительные и реальные - существуют в любой области. И, как справедливо говорит Виргиния, дело не в том, чтобы что-то выбросить из своей жизни, а в том, чтобы уметь использовать все в своей жизни для достижения задачи. Потому что, выбросив, вы считаете, что себя освобождаете, а на самом деле вы просто облегчаете. А раз вы себя облегчаете - значит, тем самым затрудняете возможность достижения предела. Наоборот, когда другие избавляются от проблем, их надо собирать. Ведь чем больше экстремального вы захватите своей жизнью и сумеете использовать, тем больше у вас шансов, что сумеете достигнуть предела: границы ли сознания, границы ли Любви - ведь и то и другое имеет границу. Если же вы избираете путь совершенства, то здесь, как давно уже мудро догадались на Востоке, совершенно не важен объем того, в чем вы хотите достичь совершенства.

Я вам рассказал о человеке, который достиг физического совершенства, регулярно, в течение семидесяти лет стоя в одной и той же стойке и проводя одной рукой совершенно прямую линию. Если вы пойдете по пути достижения среднего, то поймете, что жизнь, которая предлагается всем в готовом виде, - это задача для ученика первого класса: "Семь минус два - сколько, Петя?" - "Пять". Для него - да, он должен думать, напрягаться... Но ведь это же примитив, полный, среднестатистический. Не нужны особые усилия, чтобы понять, насколько это примитивно, - нужно быть немного образованным человеком в области психологии, социологии, социальной психологии... Все по расписанию, ограниченное количество заданных условий, ограниченное количество возможных вариантов, стандартный набор конфликта - все это известно, все эти задачки давно решены, и в учебниках, в конце, есть ответы. Три года тому назад, когда я уезжал, я вам сказал: "Ребята, наша основная задача на втором периоде - растождествление с жизнью". И вы сразу что-то эдакое...гм..., мол, безумно трудно... Но ведь растождествиться с жизнью - это просто сделать ее оценку соразмерно ей самой. Та жизнь, которая предлагается, еще раз повторяю, предлагается готовой, - со всем ее содержимым, от страданий до любовей, радостей и востор-

гов, как бы вам ни было обидно - примитив. Она рассчитана на среднестатистического человека, как общеобразовательная школьная программа рассчитана на среднестатистического ученика.

Напоминаю одну замечательную притчу. Бывший царь, который отказался от царства (со всеми вытекающими отсюда последствиями) во имя служения Истине и стал нищим странником, однажды встретился с братом-царем. Тот говорит нищему: "Ты герой. Ты отдал царство, власть, богатство - все во имя Истины". И нищий отвечает: "Да что ты. Я - эгоист. Я променял дерьмо на алмаз. Вот ты - герой". Очень содержательная притча. Задача совершенства должна иметь отношение к конечной задаче. Физического совершенства так можно достигнуть, но это еще не значит, что выйдешь на предел духовный. Поэтому когда я вам предложил, опираясь на то, чему вы учились все эти годы - на психоэнергетику, достигнуть совершенства в одной избранной "сидхе", я предложил совершенно точное средство - как способ подхода к проблеме постижения пространства Свободы.

Меня всегда интересовало, как происходит следующее. Вот человек здесь, вот он старается воспринять то, что здесь происходит (большинство из нас знает, что надо воспринимать то, что здесь происходит, а не только то, о чем здесь говорится). И вот он выходит из этой комнаты, а через каких-то 15-20 минут возвращается совсем другое существо... Как же ему удастся перед собою оправдаться, совместить противоположное? Оказывается, очень просто - за счет сверхоценивания своей повседневной жизни. Примитивно, но гениально. Наша повседневная жизнь нам самим кажется безумно сложной, наполненной грандиозным количеством сложнейших проблем, ждущих решения, огромными трудностями, которые необходимо преодолеть, обязательствами, требующими выполнения и т.д. и т.п. И вот за счет приравнивания масштабов этой повседневной жизни к духовно предельной проблематике, то есть суперувеличения этих масштабов, мы чувствуем себя нормально, пребывая "здесь" и пребывая "там".

Иными словами, мы гениально совмещаем величие претензий (которые здесь сейчас присутствуют) с маленьким человеком, который оживает, как только вы выходите из аудитории. Как? За счет резкой смены масштаба.

Если же вы встанете в позицию человека, живущего за пределами "Великого среднего", станет трудней себя обманывать (не скажу, чтобы вы уже не обманывали себя, - мы знаем, что ложная личность - великолепная штука, гениально сделанная). Еще раз повторяю: единственный прием, с помощью которого вам до сих пор удается сидеть на двух стульях, - это резкое изменение масштаба оценки. Здесь вы, это я вам тысячу раз каждому персонально доказывал, автоматически ее занижаете (я просто проверял, кто из вас изучил "Наедине с миром", "Наедине с собой", кто по десять раз прослушал записи и т.д., кто это проповедует, а кто стыдливо об этом молчит...). Максимально, сколько можете занижаете, а там завьшааете максимально, сколько можете. И в результате - ровненько - более-менее...

Видите, кажется, просто, а я только-только додумался. Я восхищался этим, но никогда проблема не стояла передо мной с такой остротой, чтобы все-таки найти в себе мотивацию и ответ. Я просто восхищался, когда это видел... вокруг себя и в себе. И только сейчас, прижатый вами, нашим договором, своим согласием участвовать в этой ситуации, вынужден был пробыть до конца. Теперь не только восхищаюсь, но уже вижу, как это сделано. Могу проследить просто поэтапно - сколько времени занимает и как, словно по ступенькам, нарастает.

Именно поэтому я окончательно знаю, что устремленность можно растить. Тут же скрываются и ответы на ряд вопросов. Можно ли вырастить в человеке Любовь? Да, но при желании с его стороны. Какие нужно поставить условия, чтобы это произошло и в какой последовательности? И чего человек боится? Здесь уже следует порассуждать. В мир Знания человека можно ввести (и он даже не успеет ахнуть, как там окажется) при всем страхе, который будет попутно возникать, в силу культурной обусловленности, сверхценностного отношения к знанию. "Бог с ним, мне трудно, но ведь это же знания! Надо брать, брать". А вот мир Любви - нет. Опять в силу культурной обусловленности - это не цен-

ность, но большой страх. Стоят такие себе демоны безумия и ждут, когда бы меня "слопать", мой едва народившийся разум.

Но вернемся в "между"... Что еще нужно сделать для приближения себя к этому? Попытаться поверить в то, что возможен способ бытия, при котром нет никакой фиксированности. Образно говоря, аналогия может быть такая: я не делаю никаких запасов, то есть я не пытаюсь носить с собой постоянно свои запасы знаний, запасы любви, запасы умений - я пытаюсь оказаться в таком качестве, когда каждый момент времени я имею все, что нужно для данного момента времени, - ни больше ни меньше... Собственно говоря, это и есть то, что называют первым просветлением.

Или еще образ - "птичка божия не знает ни заботы, ни труда" (что не означает отсутствие забот и труда). Аллегория, конечно. Но суть в том, что вы из состояния, в котором всегда чего-то нет (еще нет, уже нет, не хватает), попадаете в состояние, когда есть все. Но не за счет того, что вы приобрели и имеете, а того, что в этом "между", в этом резонансе с пространством Свободы попадаете в ситуацию, в которой вам открывается: в каждый момент времени у вас все для данного момента времени есть. Это принципиально иной способ бытия... Это "мастерство без мастерства", "знания без знаний", "богатство без богатства", "идуший позади меня идет впереди" и "великий квадрат не имеет углов".

Наверное, трудно, а может быть, даже невозможно предсказать - с акцентом на Знание или с Акцентом на Любовь тот или иной конкретный человек может попасть в это место. Одно безусловно: для этого нужно научиться оперировать тем, что мы привыкли называть абстракциями, как реальностью. Чтобы "в себе самом для себя бытие" и "в себе самом для других бытие", скажем, обладали реальным наполнением и реальной разницей, чтобы сознание было готово и не тормозило нас в этом движении.

С другой стороны, чтобы такие вещи, как "всечеловеческая любовь", "всечеловеческая боль", "всечеловеческое страдание" или "кипящий котел жизни", тоже были для вас реальностью, с которой вы можете работать, которую можете чувствовать. Это работа должна идти постоянно, чтобы быть готовым уловить звучание пространства Свободы, не испугаться и опознать его.

Вот у меня иногда спрашивают: "Ты потратил двадцать лет жизни и говоришь, что достиг всего, чего хотел, узнал все, что хотел знать, умеешь все, что хотел уметь. Что это? Что ты знаешь? Что ты умеешь? Что ты постиг?". И когда я пытаюсь не отшутиться, а искренне ответить - самое точное, что я могу сказать словами: в каждый момент времени у меня есть все, что мне нужно для данного момента времени. У меня всего хватает в каждый момент времени, поэтому для многих это выглядит так, будто мне ничего не надо. Нет, мне очень много надо, очень много... гораздо больше, чем вам...

Еще раз повторяю эту мысль: человек, который имеет в каждый момент времени все, что ему надо для данного момента времени, вам всегда будет казаться человеком, которому ничего не нужно. Это не простая вещь. Вам так будет казаться, ему-то - нет. Потому что он знает, что ему нужно в каждый момент времени. Но "знает" употреблено здесь с определенной долей условности, ведь там несколько иное происходит - его нельзя уже назвать ни Знанием, ни Любовью. Это "между", это другое пространство. Но чтобы совершить такой прыжок в невероятное, нужно быть не тем рыбаком, который мечтает поймать самую крупную рыбу, а на рыбалку берет с собой снасть, рассчитанную на обычную. Нужно быть тем рыбаком-чудаком, что ходит на рыбалку только со снастью, способной выдержать рыбу, о которой он мечтает...

Меня всегда восхищало, что человек не берет билет в купейный вагон, чтобы сэкономить, а потом съедает и пропивает в жутких условиях общего вагона в три раза больше того, что он сэкономил. Это и есть абсурд, о котором я говорил вначале. Этот абсурд рождается по все той же причине: посмотрите внимательно вокруг - все завывают, мягко выражаясь, оценку предлагаемой им жизни. Неважно, завывают в минус или в плюс - значения не имеет. Это функциональный прием сидения на двух стульях, настолько фундаментальный, что даже вам это удастся лишь после шести лет обучения.

И снова возвращаемся к "между"... Мы очень фиксированы, поэтому нам трудно воспринять степень реального, осознать возможности бытия, лежащие за пределами нам знакомого. Но даже если мы готовы допустить такие возможности, то хотим знакомиться с ними только через гарантию. Наша фиксированность выражается в идее гарантированного будущего. Это очень навязчивая, я бы даже сказал, параноидная идея. Хотя трезвым умом понимаем: гарантированного будущего в современном динамичном, постоянно меняющемся мире быть не может, но в нас, как рудимент ушедшего в прошлое времени стабильной культуры и медленно развивающейся цивилизации, живет желание гарантированного будущего. Мы видим еще пока, сколь безумны были наши родители, угробившие свою жизнь за эту гарантию, и чего они реально достигли. Нам еще кажется, что мы так делать не будем, но мы уже делаем так - и давно, что увидят, в свою очередь, наши дети. Это одна из самых величайших цепей, которую мы на себе носим. Маниакальная идея гарантированного будущего.

Когда у нас не хватает возможности самообмана, мы начинаем обманываться за счет наших детей - говорим, что это для них. Это для них на Земле столько оружия, что хватит пять раз всех уничтожить? Вам кажется, что между вашим гуманистическим устремлением обеспечить ребенку будущее и этим фактом нет ничего общего. Но это ведь было сделано во имя гарантий будущего! "Крылатые ракеты летят, летят, летят..." На этой песенке, помню, мы с Мирзабаем устроили большую психологическую раскрутку. Почему я так уверенно об этом говорю? Подумайте сами внимательно. Идея гарантированного будущего мгновенно уничтожает ценность настоящего и прошлого. Потому что и прошлое, и настоящее становятся средством достижения гарантированного будущего. Как только эта идея овладевает людьми государственного масштаба, появляются Сталин, Гитлер, Мао Цзедун и им подобные. Как только любимый становится средством, умирает Любовь, потому что умирает настоящее и прошлое.

Средство нужно только до тех пор, пока оно работает как средство. Потом оно выбрасывается. Кто будет хранить отработавшее средство?

Я знаю людей, что с двадцати лет думают о том, какая у них будет пенсия, и все делают для того, чтобы она была побольше. Человек, поверивший в идею гарантированного будущего, - раб, его всегда можно поманить, пообещать ему это будущее. А почему бы и не пообещать? Это что, накладывает какие-то обязательства? Ведь речь идет о будущем. Потом можно сказать: "Не получилось. Попробуем еще раз, не наши дети, так наши внуки, не внуки, так правнуки...".

А вы говорите - царство Свободы. Что вы будете делать с этой свободой? Быть свободным - значит не иметь гарантий, никаких. Да их и нет вообще. Есть несвобода, вот в ней и гарантии. Это орудие несвободы, это главное орудие несвободы. "Ты меня долго будешь любить, ты меня всегда будешь любить?" - и все кончилось. Известно, что будет дальше.

"Мы будем счастливы? Конечно, будем"... Все, все известно. "Я достигну просветления? Конечно, достигнешь" - все известно, что дальше. Это смерть. Это голос смерти. Каждый раз, когда вы слышите о гарантиях, - это голос смерти. У Свободы нет гарантий, они ей просто не нужны. Так же, как человек, который все имеет, кажется человеком, которому ничего не нужно, так и человек, который свободен, кажется смертью. С одной стороны посмотреть: несвобода, гарантии и смерть, а если с другой посмотреть - свобода есть смерть. Как в той истории: сначала гусеница, потом личинка, потом бабочка...

Поэтому, строго говоря, то, что мы называем царством свободы, нельзя так называть. Это тоже уводит в сторону. Это свобода и несвобода - иными словами, которые кажутся мне наиболее адекватными, - пространство присутствия. Тут, наверное, будет правильным, перефразируя Кастанеду, сказать: "Первый враг человека - страх, второй враг человека - могущество, третий враг человека - усталость, четвертый враг человека - смерть". У меня такое ощущение, но, может быть, я не совсем прав, что вы сейчас одновременно желаете могущества и уже заранее устали от него.

Вы отказываетесь от могущества, не имея его, чтобы иметь право быть усталым... вряд ли это получится, вряд ли...

На этом сегодня закончим.

У нас осталась последняя встреча. Ну, попробуем... поприсутствовать... Все.

Беседа десятая

Встреча такого рода - встреча-размышление... Сегодня попытаемся найти слова для хотя бы косвенной передачи того, что можно назвать окончанием пути, Того странного переживания реальности, к которому приходят, - назовем их духовные искатели, - в течение уже нескольких десятилетий. И те, кто доходят, пытаются, каждый на своем языке, хоть как-то передать свое переживание, и каждый раз это очень трудно. Иногда возникает мысль: а надо ли это делать? И все-таки пытаются. Хотя Лао Цзы сказал: "Говорящий не знает, а знающий не говорит", - и он пытался это передать.

В прошлый раз мы, заходя с разных сторон, касались того, что назвали пространством присутствия. И уже тогда почувствовали, что находимся за пределами даже косвенного понимания. Думаю, это нормально и естественно. Постепенный ход наших встреч все больше и больше удаляется от такой задачи, как просто понять. И все ближе и ближе оказывается к такому качеству, как оставить след, обозначить будущие события и будущие переживания.

Что же такое - окончание пути? Как смогу, попробую выразить...

Может быть, это исчерпание возможностей восприятия, переживания, некое качество, являющееся пределом природы человека в его отношениях с Миром.

А может, это какой-то намек на совсем иное бытие. Я вам уже говорил, что слово, которым как-то обозначилось это восприятие реальности для меня, - присутствие. Что такое присутствие? Это при сути. Не сама суть, а при ней, прикосновение к ней, прибытие к ней... Наверное, не случайно именно такое слово родилось для обозначения.

Конечно, это переживание непосредственного отношения к оформленной ежедневной жизни не имеет. Оно может только присутствовать в ней, как бы просвечиваться в ней в каких-то формах, которые, вероятно, и выделить невозможно. Очевидно, невозможно и сказать: "Вот! Вот здесь...". Но обычно окружающие каким-то образом это воспринимают... Не все, но кое-что воспринимают. Какое-то есть проявление этого. И оно, я уже говорил как-то, позволяет людям, окончившим путь, независимо от того, в какой традиции они его окончили, вступать в отношения и опознавать друг друга.

И поскольку в этом переживании снимается окончательно и полностью вся проблематика достижения, все смыслы, имеющие отношение к достижению, исполнению, овладению, осознанию и т.д., то, естественно, возникает самое большое несовпадение текстов - текста внешней явленности и внутреннего глубинного переживания. То есть как бы реализуется максимальный объем, максимальное неравенство человека самому себе. И в то же время присутствует ощущение максимальной реализации.

Думаю, что этот максимальный разворот, максимальное неравенство себя для себя и себя для других создают то колоссальное напряжение, из которого потом у некоторых рождаются, с одной стороны, такая фатальность и жажда ухода туда, в эту глубину, а с другой - свобода и легкость в явленности, потому что минимальным становится разброс ценностей, исчезают колебания между маленьким человеком и манией величия, между единичностью и всеобщностью. Открывается какой-то странный контекст, в определенном смысле совершенно бесполезный, не несущий никакой прагматической ценности. Контекст, возвышенные слова в стиле древних или метафоры, увлекающие своей красочностью. Мне кажется, что для нас, сегодняшних, это будет неверно, нас будет тянуть туда, к тем образам, к тем временам. И эти времена начнут казаться более "хорошими", более духовными - ведь тогда так красиво об этом говорилось. А времена, они, как и погода, не бывают ни хорошими, ни плохими - это мы оцениваем их как хорошие и плохие.

Открывается какая-то сверхобъективность всего, и, казалось бы, она снимает субъективность как таковую. Но недаром об этом говорят как о пространстве, в котором одна вещь в то же время две вещи и две вещи в то же время одна вещь. Я бы сказал: открывается нечто, придающее ценность бытию как таковому, независимо от того, бытие это объективной или субъективной реальностей. Открывается бытие, в котором есть и то и другое, - и в то же время это одно. Открывается ситуация пребывания в Мире, и Мира во мне, и всего во всем, какая-то тотальность. Очень трудно найти сочетания слов, которые более определенно намекнули бы... То есть открывается пространство Присутствия, в котором, как волны или сгущения-разряжения, возникают, развиваются и опять сливаются с Присутствием события. Но это события, которые воспринять можно только как некий объем. Это такое место, где все и ничего действительно соединяются. Не пустое и не заполненное (в прошлый раз мы говорили, что это как бы щель между пустым и заполненным). Можно сказать, что там нет индивидуального "Я", а можно сказать, что только там оно и есть: и то, и другое будет соответствовать какой-то части этого переживания.

Я, как и вы, прочитал, наверное, несколько десятков описаний этого переживания, сделанных в разные времена и разными людьми. И почему-то уже второй раз всплывает знаменитое выражение Лао Цзы: "Великий квадрат не имеет углов", то есть великий квадрат - он просто квадрат. Можно, конечно попробовать воспользоваться концепцией Платона, который говорил:

"В мире чистых идей". Но это не то... Думаю, Лао Цзы совсем не близок в этом смысле Платону. Это не мир Идей, неоформленных, обладающих способностью оформляться, потом освобождаться от формы и опять оформляться... Нет. Потому что все-таки мир Идей состоит из идей. О нем можно сказать, из чего он состоит. Как мир атомов, состоящий из атомов, мир Любви, состоящий из людей, и т.д. А здесь мир, в котором принципиально невозможно даже поставить такой вопрос: из чего? Он ни из чего не состоит, не непрерывен в любом измерении, не имеет частей, он тотален и в то же время в нем все присутствует. Для меня максимально точное по смысловому полю выражение - в этом Мире все присутствует и этот Мир во всем присутствует...

Можно вспомнить одну из самых изощренных картин Мира, описанных в работе Тартанга Тулку, - "Пространство, Время, Знание". Но там Мир, о котором говорит Тулку, состоит из действия: "время разворачивает знания в пространстве", в котором есть некие три составляющие этого предельного для Тартанга Тулку Мира. Это Мир Предела, выраженный как Мир Троицы.

Единство трех ипостасей. По числу три мы сразу определяем Мир Предела сознания, осознания, думания, понимания, знания... Тот Мир, о котором я пытаюсь сейчас говорить, - не говорить наверное, именно это имел в виду Лао Цзы - "знающий не говорит...". Я не говорю - это не есть говорение в обычном смысле слова, - это, может быть, название, может быть, вызывание, заклинание, это ближе. Какая-то попытка соединить вас с этим, попытка соединить в себе себя - протянуть нить через весь этот разрыв, это объем, через все эти контексты, которые мы прошли размышлением, переживанием. Это, конечно, требует предельных собранности и внимания, предельного отпущения - мы пока до этого не дошли, еще суетимся (то ли на всякий случай, то ли заранее себя пугая, то ли от беспокойства мысли, то ли от чего-либо другого...). Но здесь сейчас у нас суета. Мы пока в ситуации, которая часто у нас бывает: вы слушаете говорящего, вы еще не вышли в этот поток.

Поэтому я и начинаю с таких странных для этого Мира вопросов: а зачем вообще нужно такое переживание? Что оно дает? Оно, безусловно, открывает окончание... Без этого открытого окончания пути, без, пусть смутного, предположения, что какое-то окончание есть, невозможна ответственная, творческая жизнь. Если бы не было смерти, жизнь превратилась бы просто в поглощение. Но поскольку при этом не осталось бы никого, кто производит то, что поглощается, жизнь просто бы исчезла.

Без окончания ответственность исчезает, исчезает возможность творческого акта, который должен вобрать в себя начало и конец, - и конец превратить не просто в конец, а

в окончание... И вот это открытие окончания, открытие пространства, не имеющего меры до такой степени, что о нем нельзя даже сказать - бесконечное, - потому что и эта мера... открытие пространства, не имеющего качества...

Пространство, рождающее чувство максимального удаления. Я бы так это назвал - именно максимального удаления начала и конца, растяжения себя. Потому что если появляется чувство глубины, то сразу возникает желание погружения в нее. Здесь нет погружения в нее - есть разворачивание себя в Мире и Мира в себе. Это максимальный разворот, когда нет ничего нераскрытого, когда все раскрыто. Или когда нет скрытого, если пользоваться отрицательным определением. Тогда приходит Присутствие. И когда оно приходит, то, будучи бескачественным, неким смыслом, постепенно становится тем, что можно назвать плотью смысла...

Вкушая эту плоть, пропитываясь ею, ты как бы заново начинаешь входить в Мир жизни... И жизнь, в которую ты начинаешь входить и которая начинает входить в тебя, - это как бы другая жизнь. Потому что это жизнь, где все раскрыто... Раскрытость приводит к такому видению, что живое, истинно живое есть только то, что выросло из тайны. Что суть, ткань живая образуется только там, где есть тайна. Тайна, данная на хранение или принятая, пожалуй, это точнее - принятая на хранение. Тайна не может быть упомянута, нельзя на ее содержание даже намекать, потому что тайна может очень легко от небрежности превратиться в секрет и убить живое.

Секрет убивает живое, ведь секрет - это всегда оружие. И когда мы к Миру, к жизни, к себе, к Любви, к Знанию встаем в позицию добывающих некоторый секрет, который от нас природа ли, Бог ли, какие-либо субъекты или объекты скрывают, мы как бы попадаем в войну. И мы убиваем, и нас убивают. Начинается пространство смерти...

Тут, наверное, нужно попытаться передать, что без этой полной раскрытости нет тайны... Тайна и Присутствие как-то интимно соединены.

Тайна не есть недосказанность или невысказанность, так же как Присутствие не есть наличие или какая-то явленность. Очевидно, можно сказать, что тайна есть некий сгусток Присутствия, некая плоть Присутствия, сконцентрированная в чем-то единичном. Можно с очень грубой позиции сделать (но уже не прикоснуться) описания этого Мира. Можно сказать, что это есть некая предельно достижимая психическая реальность, в которой никакие дальнейшие действия не возможны. И поэтому появляется состояние определенной беспомощности, переживания обнаружения конечности психической реальности. Тогда как противодействие этому возникает механизм, способный сделать ее сверценностью и так уйти от страха перед ней. Такие случаи тоже известны. Можно, еще грубее, сказать, что это предельно возможная для данного субъекта, предельно абстрактная картина Мира, созданная им в каких-то манипуляциях с психологической реальностью. То есть предел, опять предел...

И тогда дальше произойдет все по расписанию: появятся "материалисты", которые скажут, что таковы законы психической реальности, и появятся "идеалисты" со своей точкой зрения: "Таково явление духа". А можно определить и так: тот факт, что все действительные пути оканчиваются вот таким переживанием, говорит о том, что человек един. В каком бы времени, в какой бы культуре, в какой бы традиции мы ни стали на путь - мы придем, если дойдем до конца, к одному переживанию. Вероятно, это есть некое причащение к предельно общему. А дальше уже можно играть в то, что ты предельно примитивный или предельно сложный и т.д. Дальше уже игры разума. Но все, кто пытался искренне сообщить об этом, - все-таки сообщали, что для них - это начало, явление некоего другого бытия. Бытия - в смысле "в самом себе бытия", и бытия как такового, и некоего невысказываемого смысла, некоей полностью открытой тайны.

Может быть, суть сказанного еще точнее передает такое парадоксальное выражение: Мир полностью раскрыт, ты полностью раскрыт, и сам факт полного раскрытия - взаимный. Он как бы содержит в себе эту тайну. Нет, она как бы там. И ты можешь принять ее в себя на хранение... и тогда она рождает в тебе некое живое бытие, в котором одинаково

реально и одинаково абстрактно, одинаково конкретно и одинаково обобщенно звучат, скажем, такие понятия, как ши и Бог, нога и Дух. Кажется, у Селинджера речь идет о мальчишке, который однажды смотрел, как сестра пьет молоко, и вдруг увидел, как Бог льет Бога в Бога. "Слово в Слове, обращенное к Слову...". Можно сказать вслед за другими, что это - пространство света. Но тогда я бы от себя добавил - льющегося света, по аналогии с тем, что происходит, когда открываешь окно. Распахнешь его - и свет польется...

Наверное, из всех сегодняшних попыток размышлять вокруг этого, около этого, прикасаясь к этому, все-таки, как мне чудится, самым близким к точному будет определение: это такой Мир, такое пространство, где ты раскрылся и Мир раскрылся. И ты тут уже не можешь расчленишь, провести черту между субъективной и объективной реальностями. Ты перестаешь быть птицей, летящей между Миров. Ты перестаешь быть Мирами... Ты либо присутствуешь, либо отсутствуешь... и все психологические приключения, вся психологическая и явленная твоя биография - все становится...

Мне даже хулиганить хочется, смеяться, не иронизировать, а смеяться, бросать вверх-вниз слова, мысли, чувства, переживания. Мне хочется сейчас проследить, воспринять...

Почему? Почему вдруг вот в этом месте возникло такое желание - снять концентрацию?

Приглашение в Присутствие. Не в виде чьего-то желания пригласить, не в виде намеренной цели действий... а оно таково, и любая явленность, просвечиваясь Присутствием, становится приглашением вот к этому столу... к тому столу, за которым сидят наши ребята у Рублева...

Наступает такая пульсация в этом развороте, и серьезность становится такой же лживой, как и несерьезность.

Я сейчас переживаю состояние барьера, у меня все сжимается и разжимается, пульсирует - от Присутствия до явленности. И я чувствую, что и предельная серьезность, и предельная несерьезность одинаково лживыми становятся вот в этом месте...

Тут надо молиться... медитировать, танцевать, кричать, впадать и выпадать из экстаза... умирать, рождаться... лгать и говорить правду...

Быть святым и грешником, дьяволом и ангелом... Надо просто быть - и все.

В нашем общении, в этом нашем с вами пути размышлений кончилась ситуация. Я пришел к тому месту, где все дальнейшее будет не правдой...

Это последняя искренность, дальше нет искренности и неискренности.

Я благодарен вам за то, что вы создали, предложили такую ситуацию и я смог вместе с вами пройти этот путь размышлением...

Я рад за себя, что принял это предложение, потому что знал, что мой "договор с Хозяином" закончился, вот сейчас, сегодня закончился. И в тех условных словах, которые использую внутри себя, впервые могу сказать, что стал свободным.

Присутствие приглашает вас, всех и вообще все...

Присутствие есть всегда, оно не закрыто ни для кого, оно есть бесконечное приключение, до самой смерти, ...а может быть, даже за ней, не знаю, потому что не дано мне этого знать. Но это совершенно неважно, совершенно...