

Автор:АНДРЕЙ НЕФЕДОВ

УПРАВЛЕНИЕ РЕАЛЬНОСТЬЮ-2

, 2005. – 320 с.

ISBN

УДК

ББК

© «Книжный дом»

Редакция: Юзвенко А.Н.

Компьютерная верстка: Кондратюк А.Е.

Оформление: Карасик Т.Н.

Корректурa: Янович С.А.

Тираж 5 000 экз. Заказ 0000. Отпечатано с оригинал-макета заказчика в типографии издательства «Белорусский Дом печати», г. Минск.

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие.....	3
Глава 1. Основные идеи предыдущей книги...	4
Глава 2. Существуют ли инопланетяне.....	30
Глава 3. Этот безумный мир.....	60
Глава 4. Медитации.....	78
Глава 5. Деяние в недеянии.....	96
Глава 6. Анализ сновидений.....	123

Глава 7. Символы сновидений.....	142
Глава 8. Активное воображение.....	161
Глава 9. Синхронистичность и ритуал.....	182
Глава 10. Загадка человеческого существа	202
Заключение.....	227
Рекомендуемая литература	228

ПРЕДИСЛОВИЕ

Данная книга в основном посвящена применению колоссальных возможностей бессознательного. Бессознательное – это грандиозная и загадочная область. Однажды в интернете я обнаружил интересный опрос. Посетителям сайта предлагалось выбрать одно из трех предложений.

- 1. Я верю в магию.**
- 2. Я не верю в магию.**
- 3. Я применяю ее в жизни.**

Около 90 % посетителей выбрало третий вариант. Так что мы живем в магическом мире. Когда я рассказал об этом своему другу, давно интересующемуся психологией успеха и магическими практиками, он сильно расстроился. «Теперь я понимаю, сказал он, почему мне не удастся преуспеть. Оказывается, конкуренция очень высокая». Да, сейчас многие применяют магические идеи для

достижения практических результатов. Необходимо только помнить, что основа любой магии – это работа с собственным сознанием. И современные люди более, чем когда-либо нуждаются в обучении новым идеям, которые касались бы их внутреннего мира.

Всю информацию, изложенную в книге, можно было бы подать как практическую психологию. Но мне нравится слово *магия*. В нем есть одновременно и элемент таинственности, и элемент практичности. А таинственности в беспредельных возможностях человека очень много. Не зря любимым выражением израильских бизнесменов является шутка: «В наше время нельзя считаться реалистом, если ты не веришь в чудо».

Золотой век человечества только начинается, ведь только сейчас начинает проявляться истинное понимание природы человеческой сущности. Сущности, сотворяющей реальность силой своего сознания.

ГЛАВА ПЕРВАЯ ОСНОВНЫЕ ИДЕИ ПРЕДЫДУЩЕЙ КНИГИ

Технологии успеха – откуда пошла квантовая психология – передавать ли Господу дела свои – подсознательные программы – что такое катарсис – цилиндры в голове.

В последние годы на читателей обрушивается нескончаемый поток литературы по технологиям успеха и методам реализации желаний. Нас учат искусству постановки целей и составлению маршрутов успеха. Учат ежедневно повторять утверждения о собственном преуспевании, мысленно создавать желаемый образ самого себя и отправлять его во Вселенную для материализации. Все это называется позитивным программированием. Мы можем найти в

литературе упражнения для создания эмоционального состояния успешности и освоить методы продаж, использующие законы человеческой психики. Нас обещают научить иметь столько денег, сколько мы захотим, формировать события по собственному сценарию и получать наслаждение от полноты жизни. Подобные методики авторы неизменно увязывают с Библией, с философской и интуитивной мудростью Востока, с магией, психотренингом, духовным ростом или современной наукой. Что ж, мотивационную роль эти книги выполняют хорошо, а вот что касается реального результата – это вопрос. В неудержимой попытке заработать авторы зачастую скатываются в примитивизм.

В чем же этот примитивизм заключается? Уже более 70 лет во всем мире большим спросом пользуются книги Карнеги. В талантливой манере, способной воодушевить даже камень, он советует: «Дайте почувствовать собеседнику его значимость, оцените его достижения, подтвердите то, что он сам о себе думает, потакайте его самомнению, избегайте конфликтов». А вот в книге Шострома «Анти- Карнеги» даются другие советы: «Будь собой, ни под кого не подстраивайся, заявляй о собственных интересах и будешь преуспевать. Не избегай конфликтов, а используй их». На последних рекомендациях основано движение парадоксального менеджмента, где рекомендуется уйти от принятой практики потакания клиенту. Как это часто случается, маятник качнулся в обратную сторону, и все начинают рукоплескать противоположности, называя это новым подходом, который на самом деле так же примитивен, как и подход предыдущий. Две вышеназванные книги представляют собой характерный пример противоречивых рекомендаций, обильно представленных в популярной литературе об успехе.

Если обратиться к мудрости поколений, к пословицам и афоризмам, то и здесь мы заметим много противоречий. Сравните. **«Терпенье и труд все перетрут»**, но **«Трудом праведным не наживешь палат каменных»**. **«Без труда не вытащишь и рыбки из пруда»**, но **«Работа дураков любит»**. **«Не откладывай на завтра то, что можешь сделать сегодня»**, но **«Утро вечера мудреней»**. **«Не зная бродя, не суйся в воду»**, но **«Кто смел, тот и съел»**. Вообще, об удаче пословиц, как ни странно, больше, чем о трудолюбии. **«Без счастья и по грибы не ходи»**, **«Счастье придет – и на печи найдет»**, **«Счастливый на карете, а умный пешком»**, **«Не родись красивым, а родись счастливым»**, **«Сегодня ты на коне, завтра конь на тебе»**. Историк Саллюстий (86–35 г. до н. э) повторял вслед за Цезарем: **«Человек сам кузнец своего счастья»**, но он же утверждал: **«Прихоть случая управляет миром»**. Древние римляне дали миру два крылатых выражения: **«Благоразумие выше рока»**, но **«Рок есть ряд причин»**.

Конечно, утомительно приводить обилие высказываний о пользе труда, а как насчет: **«Работа – последнее прибежище тех, кто ничего не умеет»** (Оскар Уайльд) и **«Если о человеке по работе судить, то лошадь лучше всякого человека»** (Горький). Продолжать можно до бесконечности. Всюду мы увидим противоречивые советы.

Происхождение этих парадоксов легко объясняется квантовой психологией. Откуда произошло название «квантовый»? Более ста лет назад, при изучении строения атома, ученые обнаружили удивительное явление. Электрон, вращающийся вокруг ядра, при перемещении на другую орбиту делал это мгновенно, что впоследствии назвали квантовым скачком. Физики недоумевали, ведь это подрывало все основы материализма. Любое тело при перемещении из одного места в другое должно иметь траекторию, по которой оно последовательно и непрерывно изменяло бы свое положение в пространстве. Если назвать такое движение *«линейным»*, то в экспериментах получалось, что электрон, двигаясь линейно по одной орбите, вдруг исчезал и в то же мгновение оказывался на другой орбите, где продолжал двигаться линейно. Траекторию пути, по которой происходил переход с орбиты на орбиту, обнаружить так и не удалось. Оказалось, что в момент квантового скачка электрон переставал существовать как материальная частица, а переходил в состояние *суперпозиции*, некое «нематериальное» состояние, охватывающее все бесконечные реальности и времена, из которого он «сгущался» на другой орбите. Самое удивительное в том, что, с точки зрения земного наблюдателя, между исчезновением электрона на старой орбите и появлением его на новой не было никакого промежутка времени. А так как в материальной Вселенной на любое перемещение требуется хотя бы минимальное время, то наблюдаемое явление не могло существовать. Но оно существовало! Этот парадокс между временем и пространством и стал началом новой науки – квантовой механики, разрешившей многие парадоксы физического мира. Квантовая механика наводит мосты через внушительную пропасть между духом и материей, между сознанием и бессознательным. Сегодня все процессы на уровне глубинного строения материи описываются с помощью формул квантовой механики.

В 1981 году доктору Роджеру Спири была присуждена Нобелевская премия за исследования по специализации правого и левого полушарий мозга. В соответствии с его теорией в левом полушарии происходят процессы, которые можно охарактеризовать как линейное и последовательное мышление, в то время как в правом полушарии происходят 10 процессов целостного восприятия. Давайте рассмотрим это более подробно с помощью таблицы.

Левое полушарие	Правое полушарие
Линейные процессы.	Нелинейные процессы.
Проявление мужского начала (янь).	Проявление женского начала (инь).
Соответствует последовательному движению электрона в пространстве.	Соответствует состоянию суперпозиции, охватывающему все пространства.
Поступки на основе логического обоснования.	Спонтанные, интуитивные поступки.
Умение планировать, активная реализация плана.	Следование потоку и доверие процессу жизни.
Поиск взаимосвязей.	Отсутствие видимой связи между причиной и следствием.
Интеллектуальное мышление.	Чувственное, эмоциональное восприятие.
Детализация (дерева).	Общий вид (лес).
Состояние определенности: будущее предсказуемо, так как есть связь между причиной и следствием.	Состояние неопределенности: будущее неизвестно, поскольку всегда присутствуют случайные, неучтенные факторы.
Последовательный перебор вариантов в поисках нужного.	Одновременный взгляд на все варианты, выбор нужного сразу.

О наличии двух типов мышления знали все великие мистические традиции мира. Величайшая заслуга доктора Спири в том, что он переосмыслил это знание с точки зрения современной науки, чем открыл шлюз для серьезных научных исследований в этом направлении. Более поздние исследования показали, что такого четкого разделения функций между правым и левым полушарием нет. Особенно у левшей и разноруких. Но, что всегда неизменно подтверждалось, – это наличие двух типов мышления. Ныне их принято называть линейным и нелинейным мышлением.

К слову сказать, существование двух типов мышления объясняет, почему мужчинам и женщинам следовало бы больше сотрудничать в семье, используя свои различия как при творении детей. Тогда они смогли бы эффективно творить и новую реальность. Вместо этого мы видим ссоры из-за того, что каждый хочет исправить мышление своего супруга в соответствии со своим пониманием. Это печально, ведь если бы Бог хотел создать мужчин и женщин одинаковыми, он бы создал их гермафродитами.

Если кто-то пытается убедить вас, что нет ничего важнее труда, самодисциплины, тщательного планирования и точного просчета вариантов, то знайте: вам рекомендуют инструменты линейного мышления. Но всегда найдутся люди, настаивающие на важности противоположных подходов, использующих интуицию, «чутье», умение поймать мимолетный миг шанса, кураж, доверие течению, умение не беспокоиться о будущем, удачу. Это уже инструменты нелинейного мышления. Управление реальностью возможно только при гармоничном сочетании и одновременном использовании этих подходов.

Иногда очень сложно выбрать время, место и силу приложения какого-либо из инструментов. Сделать выбор – это значит найти моменты перехода от одного образа действий к другому, определить для каждого из инструментов точные периоды влияния. Советовать легко, но в жизни случаются ситуации, когда только страстное желание, тяжелый повседневный труд или усилия воли помогут достичь цели, а с другой стороны, иногда они только помешают. Правильный выбор – это тонкий механизм, в котором задействован и точный расчет, и интуиция. Интуиция – это знание за пределами логики, проводник *бессознательного*. Выбор всегда проходит по лезвию бритвы, тончайшей линии между двумя неверными крайностями.

При формировании своей судьбы приходится каким-то образом совмещать эти противоречия. Например, можно порекомендовать следующую методику совмещения противоположных подходов в формировании своей судьбы.

1. Выбери цель, разработай план и начинай его реализовывать.

«Любой план, решительно проведенный в жизнь, лучше бездействия». (Девиз американских морских пехотинцев.)

2. Действуя, используй любые линейные инструменты.

Любое изменение реальности происходит только после поступка. То есть хоть какой-то труд необходим. Для поступков вы можете применять самодисциплину, тщательный расчет, поиск информации, обучение, логическое мышление, работу, общение. *«Делай то, что можешь, с тем, что имеешь, там, где ты есть».*

3. Вход в состояние суперпозиции.

При встрече с препятствиями, которые находятся вне зоны вашего влияния, доверьте решение проблемы бессознательному, Вселенной, Богу. Одна женщина за одну ночь излечилась от гриппа. Вот ее ощущения. *«Я как бы легла в поток жизни и дала водам его течь надо мной. Я освободилась от всякого страха перед болезнью, я была полна покорности. Единственной мыслью было: «Я раба Господня, да будет со мной по воле Его». Не было никаких следов умственных усилий, каких-либо желаний, в том числе и желания излечиться. Я чувствовала в себе гармонию и мир, приобщение к бесконечности. У меня не осталось сознания времени, людей, пространства. Только любовь, счастье и вера. Больше ничего не помню, а утром проснулась совершенно здоровой».*

«Пассивность, а не активность, ослабление, а не напряжение, забудь чувство ответственности, откажись от власти над собой, от контроля над событиями, предоставь высшим силам заботу о твоей судьбе, будь совершенно равнодушен к тому, куда это приведет тебя, и ты обретишь не только душевный покой, но и те жизненные блага, от которых, как ты искренне думал, ты отказался». (Джемс.)

Главное в этом пункте – избавиться от страха **недостижения** и от ожидания **результата**, принять любое развитие событий. Многим людям это сделать непросто. *Don't worry, Don't hurry, Don't carry!* (Не беспокойся, не торопись, не напрягайся.) Переключи внимание. *«Если моешь чашку, мой чашку».* Напейся. Влюбись. Шесть дней работай, а седьмой посвяти Богу. *«Передай Господу дела твои, и предприятия твои совершатся».* (Притчи 16:4.)

4. Скачок на новую орбиту.

В случае правильного исполнения предыдущего пункта обнаружатся новые обстоятельства, произойдут новые встречи, может прийти озарение и новое понимание ситуации. Все это поможет решить прежнюю проблему и совершить верные и точные поступки. Произойдет квантовый скачок с прежней орбиты на новую. И теперь, уже в новых условиях, снова применяйте линейные инструменты.

Прошу читателя понять, что здесь и далее я не проповедую никаких религий или эзотерических систем. Ссылаясь на религиозные практики, я просто исследую культурологический срез в поисках законов сознания. Я буду это делать часто, поскольку в рамках религиозных и мистических систем человечество накопило уникальный опыт психотренинга. Вдумчивый человек понимает, что использовать эти упражнения можно не только в контексте религии или веруя в бога. Вообще, система «Управление реальностью» легко

вмещает в себя любые философские и религиозные модели, не отрицая их.

Итак, назовем вышеприведенную схему *квантовым циклом*. Такой цикл включает в себя непрерывную смену линейных и нелинейных подходов.

Находиться в состоянии суперпозиции – это значит находиться в состоянии неопределенности. Все неудачники делают все, чтобы этого состояния избежать, все успешные умеют правильно через него проходить. Это своего рода состояние *падения с доверием*. Есть такая методика у психоаналитиков. Один человек закрывает глаза и из положения стоя падает назад, а партнер должен подхватить его у самого пола. Первый должен преодолеть страх и войти в состояние доверия, иначе он не осмелится сделать начальное движение, после которого контроль над дальнейшим падением утрачивается. Это и есть падение с доверием.

Человек западного образа жизни привык контролировать свою жизнь и желает иметь предсказуемое будущее. Он привык к логике, ясности, технологичности и определенности, которые понятны и кажутся безопасными. Но это мнимая безопасность, которая приводит к ограниченности возможностей. *Управление реальностью* – это переход от громоздкости технологий к изяществу квантового скачка. «Сначала вы контролируете все, рассчитываете и делаете необходимые шаги. Затем вы отпускаете поводья рассчитанного действия, и все совершается само собой. Состояние нетерпеливого беспокойства и попытки удержать контроль мешают уловить мимолетный миг шанса. А когда шанс пойман и новые условия сформированы, вы опять начинаете контролировать и рассчитывать, подготавливая необходимые шаги. И так снова и снова». Так говорят маги-воины свободы, чья традиция насчитывает много тысячелетий. Об этом же говорят и исследования Ильи Пригожина, Нобелевского лауреата, математически описавшего законы функционирования бесконечно сложных систем. Название его последней книги «Конец определенности» говорит само за себя.

На этом же основана и *квантовая психология* – практические методики, гармонично использующие сознание и *бессознательное*. Название «квантовая психология» витало в воздухе уже давно, и буквально несколько лет назад его, наконец, запатентовал в США доктор философии, психотерапевт Стивен Волински. К его чести, предлагаемые им концепции и упражнения верно увязывают парадоксы между реальностью и различными аспектами сознания. Радует, что он не скатился ради денег в популизм и упрощенный мистицизм, и ему удалось сохранить действительный смысл термина «квантовый».

Поговорим о технологиях успеха, основанных на позитивном программировании. Их девиз: «Подобное притягивает подобное». Их

закон: «Мысль материализуется». Лучше понять эти принципы помогут высказывания знаменитых людей.

«Изменив внутренне состояние духа, люди смогут изменить и внешнюю сторону своей жизни». (Уильям Джемс.)

«Они бросились в бой и победили, когда подумали, что побеждают». (Тит Ливий.)

«Вы можете считать, что способны сделать это, и можете считать, что неспособны сделать это, в любом случае вы правы». (Генри Форд.)

«Сказано, что всякому имеющему дано будет, а у неимеющего отнимется и то, что имеет». (Иисус Христос, Ев. от Луки 19:26.)

«Богатому в кашу масла доложат, а бедному и в воду нас...т». (Русская пословица.)

Причина всего происходящего в нашей жизни кроется внутри нас. Энергия определенного качества и вибрации притягивает к себе энергию и вибрацию того же качества. Если мы хотим, чтобы к нам пришло богатство и процветание, наше внутреннее состояние должно этому соответствовать. На этом и основаны упражнения позитивного программирования. Победителем надо стать вначале в собственной голове. Необходимо ежедневно представлять себе успех или повторять утверждения типа: «Я баснословно богат» или «Я обаятельная и привлекательная». Или представлять себя владельцем замка на берегу океана, спортивного автомобиля или чемодана с деньгами.

Действительно ли эти техники работы с сознанием помогают? Не так все просто, тут есть свои тонкости. Когда кто-то начинает говорить, что с помощью позитивного программирования можно решить любые проблемы, сразу вспоминается анекдот.

Медсестра: Доктор, больному плохо.

Доктор: В соответствии с самыми последними исследованиями по психологии надо говорить: больной думает, что ему плохо.

Через 30 мин. Медсестра: Доктор, больной думает, что он умер.

Автор книг и преподаватель психологических тренингов Джозеф Морфи пишет: «За последние 35 лет я встречал очень много людей, которые обычно жаловались: «Я повторял на протяжении месяцев и недель «Я богат, я преуспеваю», но ничего не происходило. Один поведал о своей беде так: «Я повторял до изнеможения, что я богат, но стало еще хуже. Я осознавал, что в моей душе не было уверенности в том, что я пытаюсь утверждать». Здесь и зарыта проблема: изменить внутренне состояние совсем не так просто, как утверждают приверженцы позитивного программирования. Позитивное программирование в 90 % случаев будет бесполезно, если в нем не применять квантовый подход.

Для начала надо признать, что в большинстве случаев мы не можем изменить внутреннее состояние по собственному желанию. Хорошо бы, если бы можно было просто взять и сделать это. Так не получится. Если бы это было легко, никто бы не страдал, например, от депрессий. Многим людям не удается изменить даже излишнюю стеснительность, страхи, беспокойства, а также привычные стереотипы поведения, не говоря уже о большем.

Что внутри нашего разума не поддается управлению и заставляет иногда поступать вопреки принятым решениям? **«Ибо не понимаю, что делаю; потому что не то делаю, что хочу, а что ненавижу, то делаю».** (Рим 7:15.) Как будто какие-то программы включаются и заставляют нас страдать или совершать неправильные поступки. А ведь так и есть. Очень часто программы сильнее нас. Гипнотизеры любят показывать на сцене такой трюк. Сначала аудиторию проверяют на внушаемость, затем из людей, поддающихся внушению, выбирают наиболее крупного мужчину и задают ему программу, в соответствии с которой он не сможет оторвать ногу от пола, когда его выведут из гипноза. После этого зрители наблюдают, как здоровенный детина со слезами на глазах смотрит на свою прилипшую к полу ногу и проявляет титанические усилия, чтобы сдвинуть ее с места. Все усилия оказываются бесплодными и только после снятия внушения ему это удается. Так и мы прилагаем слишком много усилий и суемтся там, где достаточно сделать одно точное и простое движение. Но наши программы не дают этого сделать. Давайте представим, что будет, если предложить тому загипнотизированному детине заняться позитивным программированием. Пусть начнет уверять самого себя: «Я смогу оторвать ногу от пола!» И даже если ему удастся это сделать, представьте, насколько его неуклюжие попытки будут отличаться от движений человека без программы. Нужно освободиться от программ, а не насильственно их преодолевать.

В большую ванну запустили голодных щук, а затем маленьких карасиков в стеклянных колбочках с отверстиями. Щуки видели добычу и слышали ее запах, но все попытки съесть карасиков к успеху не приводили. Через некоторое время щуки перестали обращать внимание на карасиков. В следующей серии опытов карасиков запустили уже без колбочек, но на этот раз они были в полной безопасности, потому что щуки не считали их за возможную добычу.

В Индии, где слонов издавна используют в хозяйстве и на войне, есть такой способ приручения этих сильных животных. Слоноенка привязывают к колышку веревкой так, чтобы он не мог сорваться с него. Постепенно он привыкает к тому, что ему не под силу вырваться на свободу, и перестает делать такие попытки. Слоноенок растет, а веревка и колышек остаются прежними. Со временем слон становится намного сильнее и может разорвать веревку или вырвать кол. Но он не

делает этого, потому что запрограммирован многократным опытом на то, что преодолеть отведенный ему радиус он не в состоянии. Такова сила ограничивающих убеждений. Так и мы во многом еще остаемся детьми в теле взрослых и продолжаем нести в себе детские страхи и старые представления о своих возможностях. Преодоление таких ограничивающих программ можно назвать дезомбированием.

Пожизненный поведенческий условный рефлекс можно выработать не только у слонов, щук и собачек Павлова, но и у людей как существ биологических. У каждого из нас присутствует не одна сотня таких ограничивающих программ. Следующий пример помогает понять метод, с помощью которого можно от этих программ освободиться. Психофизиологи провели интереснейший эксперимент. Собаку посадили в вольер, состоящий из двух отделений, разделенных барьером. Высоту барьера можно было регулировать. Собака находилась в одном из отделений. Сначала ей вырабатывали условный рефлекс. Включали лампочку над головой, а через несколько секунд подавали через металлический пол разряд электрического тока. Собака перепрыгивала через барьер в другое отделение. Через некоторое количество повторений она стала прыгать сразу после включения лампочки, не дожидаясь электрического разряда. В дальнейшем, независимо от количества повторений, собака продолжала прыгать в другое отделение сразу после того, как загорится лампочка, хотя ток уже перестали подавать. Рефлекс не затухал даже после нескольких тысяч повторений. Тогда стали подавать разряд на пол второго отделения в момент приземления. При этом в первое отделение ток не подавали. Но собака все равно продолжала прыгать через барьер сразу после включения лампочки, хотя и испытывала страх перед приземлением и давала соответствующие физиологические реакции. Тогда подняли барьер так высоко, что собака не могла его перепрыгнуть. В момент, когда загоралась лампочка, собака, несмотря на то, что ток давно уже не подавался в ее отделение, испытывала безумный страх. Ее реакции были очень бурными. Она скулила, не могла найти себе места, кусала решетки, испражнялась от страха. После нескольких повторений реакции собаки на лампочку стали менее бурными и, наконец, она совсем перестала бояться. Когда барьер опустили, собака уже не испытывала необходимости прыгать через него.

Так и мы: когда-то, будучи еще слабыми, в попытке избежать душевной или физической боли, обучились определенному мышлению и поведению. И повторяем эти рефлекс до сих пор, хотя потребность в них давно отпала. Единственным способом освобождения от таких программ является прохождение через страх, вызванный этой программой. Освобождение происходит после осознания и прочувствования болезненного эмоционального заряда. Общее название подобных процедур катарсис, что в переводе с

древнегреческого означает очищение. Катарсис – это очищающий и освобождающий кризис.

На этом принципе основаны многие современные психотерапевтические методы. Например, психолог, работающий методом импловивной терапии, заставляет переживать пациента самые сильные страхи. Пациент должен почувствовать стыд и вину, ощутить себя жертвой пыток, убийства, изнасилования и унижения, самому побыть в роли садиста и насильника. Пациент должен согласиться сойти с ума, потерять контроль, лишиться части тела, смириться с изуродованной внешностью. Пациент мысленно впадает в нищету, теряет работу, семью и детей, терпит насмешки, попадает в неприятные жизненные ситуации. Он должен войти в то, чего он боится больше всего. Это разряжает программы страха. Есть и разновидность этого метода для самостоятельного применения под названием «Представь худшее».

Все религии проповедовали страдания как путь оздоровления, самосовершенствования и продвижения к Богу. Продвинутые мастера единоборств, маги и монахи всех времен знали это. Поэтому многие из них выбирали практики аскетизма для освобождения от внутренних ограничений. Регулярное воздержание в приеме пищи, полный отказ от сексуального удовлетворения и закаливание дополнялись другими практиками. В России многие совершенствующиеся носили вериги (тяжести), становились молчаливками (давали обет молчания), столпниками (стояли несколько лет на одном месте, питаясь подношениями), принимали обет нищеты. Было распространено юродствование с целью перенесения моральных унижений и освобождения от социальной обусловленности. По всей Европе подобная практика получила такое распространение, что невозможно было отличить добровольного Христа ради юродивого от настоящего сумасшедшего или опустившегося нищего. Максим Горький в повести «Детство» вспоминает, как мать кормила одного из таких юродивых. Она считала его святым, а отец был уверен, что это просто бездельник.

Считается, что Будда после нескольких лет аскетизма и самоистязаний с единомышленниками получил просветление и увидел другой путь – через радость, а не через искусственные страдания. Он вышел из леса и стал проповедовать. Он говорил, что искусственные самоограничения дают пищу самолюбию и чувству собственной важности и тем самым уводят о Бога. Не надо специально искать страданий. Вся жизнь человека и есть страдание. Препятствия на пути к цели, обида, уязвленное самолюбие, зависть, страхи, болезни и смерть ежесекундно присутствуют в жизни людей. Осознайте эту боль существования, преобразуйте энергию боли в энергию чистой радости бытия, ощутите в проблемах божественную любовь.

Сознание совершенного человека – это свободное течение энергий. Подсознательная негативная программа создает блокировку энергетического потока. Из-за этих блокировок и возникают неприятные ощущения. Мастер управления реальностью использует для катарсиса любые события своей жизни и переводит неприятные эмоциональные и физические ощущения в собственный энергетический запас.

Таким образом, искусственное увеличение страданий оправдано только в том случае, если мы умеем переводить энергию неприятных ощущений в чистые виды энергии. Именно для этого и существуют техники катарсиса. Путь Будды – это подход более высокого уровня, но принцип остается тем же: надо осознать проблему, а не избегать ее. Много энергии заключено в привязанности к пище. Поэтому разумная практика ограничения в еде продлевает жизнь и здоровье. Бесконечное количество энергии заложено в сексуальных потребностях. Технику работы с сексуальной энергией принято называть тантрой. Сексуальная йога, или тантра, вызывает большой интерес на западе благодаря ее связи с сексом. Тема сексуальности сильно эмоционально заряжена, и все, что связано с сексом, хорошо продается. Поэтому, тантра, как она обычно подается, – это всего лишь маркетинговый прием; под ее видом «продвинутые гуру» продают возможность сексуальных наслаждений. Такая интерпретация тантры используется как морально допустимое оправдание для реализации подавленной сексуальности либо для получения более сильного наслаждения в сексе. На самом деле только 1% тантрической йоги имеет отношение к сексу непосредственно. В тибетских практиках сексуальная энергия рассматривается как энергия, не отличающаяся от любых других ее видов, и ее используют для целей духовного совершенствования, повышения здоровья и развития интуиции.

Иногда, чтобы лучше разрядить программу, необходимо вернуться в момент записи этой программы. То есть, требуется мысленно *вернуться в психотравмирующий эпизод и заново его пережить*. В жизни мне нередко приходилось наблюдать обратный подход: людей стараются оградить от болезненных воспоминаний. Но под видом такой заботы человеку оказывается медвежья услуга. Если событие оказалось достаточно мощным для того, чтобы травмировать психику (например, автокатастрофа или изнасилование), то оно заблокировало свободное течение энергий и записалось как гипнотическая программа. Время не лечит такие травмы. Наоборот, изгоняя воспоминания из сознательной памяти, мы отправляем негативные эмоции в подсознание, откуда они незаметно влияют на нашу жизнь, вызывая иррациональные страхи, беспричинные депрессии и психосоматические заболевания. Как и любые

гипнотические программы, они незаметно управляют нашим поведением, лишая нас свободы выбора.

Несколько примеров. Молодой человек перевернулся на автомобиле и был зажат помятым кузовом. Сверху на него капал бензин. В любой момент он мог загореться. Вы можете себе представить ощущения! Спустя пару часов, парня освободили, но через неделю на тех местах, куда капал бензин, начал появляться псориаз. Уже в течение десяти лет после того события он страдает от этой неизлечимой психосоматической кожной болезни.

Одиннадцатилетняя девочка в хорошем настроении шла из школы. К ней подошел незнакомый старшеклассник и, не говоря ни слова, ударил ее ногой в живот. Девочка пришла домой в шоке. Ее мать, знакомая с психотерапией, решила снять негативный заряд с этого эпизода. Она попросила дочку мысленно вернуться в эпизод и пережить заново все связанные с ним эмоции. Потребовалось восемь раз пройти это событие. Сначала девочка испытывала сильный страх и не могла заставить себя что-то вспомнить. С четвертого раза она через рыдания начала проходить момент за моментом, вспоминая все больше подробностей. Если провести возврат правильно, то эмоции и боль не просто вспоминаются, а практически заново реально переживаются. На восьмом прохождении девочка уже громко смеялась от облегчения. Больше этот эпизод не будет ее травмировать. Интересный пример приведен в книге Александра Меньшилова «Психокатарсис».

(Психотерапевт поневоле): Понятно. Хорошо... У каждого человека его проблемы в подсознании отображаются в виде геометрических форм, то есть виден некий предмет. Сейчас вы свои проблемы и увидите. Итак, что вас беспокоит больше всего? В виде чего это? И где?

Пациент (жена главаря банды): Цилиндры, – сказала она, – черные цилиндры.

– В какой части тела?

– На шее. И как будто бы чуть вверх на затылок, сзади, – и атаманиша показала на затылок.

– Так. А из чего сделаны эти цилиндры? Меня интересует только ваше ощущение. Вы понимаете? Только ощущение.

– Железные, – сказала атаманиша.

– А что они от вас хотят эти черные цилиндры?

– Что хотят? Наверное, лишают сил... голова начинает болеть. У меня очень часто болит голова... все время.

– А эти черные цилиндры влияют на ваши взаимоотношения с мужем?

– Влияют... влияют, да еще как!

– В худшую сторону?

Жена главаря вздохнула.

– А давно существуют ваши цилиндры? Именно цилиндры? Ваше ощущение? Назовите первую цифру, которая приходит в голову.

– Девять лет.

– А кто, по ощущениям, сделал вам эти цилиндры?

Мужчина или женщина?

– Мужчина.

– Вы знаете кто?

– Знаю. Муж.

– А помните ситуацию, в которой они появились?

– Помню. Он тогда бензопровод в руке держал... от автомобиля. И меня бензопроводом....

– Так ... и с того момента и появились эти черные цилиндры? Которые так влияют на ваши с мужем взаимоотношения?

– Да.

– А он часто вас бьет?

– Нет. Тот случай был единственным. Он меня любит.

Прощения потом просил. Подарки дарил.

– Ваши ощущения: от его просьб о прощении цилиндры уменьшились?

– Нет.

– Так. Ощущение: нужны вам эти цилиндры?

– Нет. У меня от них постоянно голова болит.

– А когда особенно?

– Когда он приближается. Даже с лаской. И я сразу ничего не хочу. И он не получает от меня, чего хотел бы. «Та-а-а-к, – подумал Ал, – не все, оказывается, может Рустам-ака...» – Так. Теперь давайте рассмотрим цилиндры повнимательней. Сколько их?

– Много, сосчитать трудно. Снаружи головы, но некоторые проникают и вовнутрь.

– Так. Дальше.

– Одни толстые, – атаманиша, не открывая глаз, показала какие, – другие совсем тонкие. Но зато длиннее.

– Так как вы будете от них избавляться? Выкинуть их? Или что?

– Не знаю.

– Знаете. Рассматривайте их внимательно, наблюдайте, как они исчезают.

Жена главаря некоторое время молчала. Потом с сожалением вздохнула – Нет, не исчезают. Остаются на месте.

– Так... вы как сами скажете, ваш муж достоин прощения? За этот удар?

– Прощения? Я его простила.

Ал понимал: чтобы доказать ей обратное, понадобится много времени. Простить-то она мужа в определенном (логическом) смысле простила, иначе, согласитесь, уж совсем нестерпимо с мужчиной ложиться в постель. Но, если бы она его действительно простила, то искажающих ее естество цилиндров не было бы.

– Вы сказали, он вас любит... опять-таки не бьет.

– Не бьет. – Атаманша вздохнула.

– Врача до вас допустил. Уже за одно это он достоин прощения.

– Да, достоин, – опять вздохнула атаманша. – А вы знаете, цилиндры посветлели!

– Очень хорошо. Продолжайте наблюдать за тем, как они исчезают.

– Все, – чуть помедлив, сказала атаманша. И высокая грудь колыхнулась от вдоха облегчения. – Исчезли.

Многие собственные программы нам передали родители. Например, учителя и родители, желающие видеть детей послушными и удобными, навязывают детям подходящие для этого нормы мышления и поведения. И не просто навязывают, а самым натуральным образом вбивают. А дети несут затем подобные ограничения через всю жизнь. И чтобы избавиться от них, необходимо вернуться в эпизод раннего детства и разрядить ненужные рефлексy и последствия детских психотравмирующих ситуаций. Существует множество техник возврата. Иногда человека возвращают в детство, иногда в возраст зародыша, а иногда даже и в прошлые жизни. Здесь мы не будем обсуждать, отражают ли воспоминания прошлых жизней реальные события, или это всего лишь образы, вроде цилиндров в голове. Пока неизвестно. Бесспорно одно: терапевтическая ценность таких процедур бесценна.

Для самостоятельных возвратов в прошлое люди во все времена использовали различные методы. Это и особенные медитации, и специальные техники дыхания, и применение галлюциногенов. Некоторые из техник дыхания, способствующих катарсису, подробно описаны в первой книге. Подведем итог. Для чего нужен катарсис? Вспомним, что для успешной деятельности нам надо освободиться от страхов и запрограммированного поведения. Зачастую этого не удастся сделать, поскольку страхи, беспокойства и рефлексy, если они достаточно сильны, не поддаются сознательному управлению. Рациональные советы по отношению к ним бесполезны. Здесь и необходим катарсис, который на глубинном уровне автоматически освобождает нас от негативных программ. В Тибете этот метод назывался «самоосвобождением посредством постижения сути мирных и гневных божеств». Избавившись с помощью катарсиса от негативной матрицы, человек избавляется от болезней и

запрограммированного поведения. А самое главное, у него повышаются интуитивные способности, поскольку происходит разблокировка потоков энергии. Все это в комплексе значительно повышает его способность управлять реальностью и испытывать радость бытия.

Конечно, нужно стремиться к счастью, а не к страданиям. Но страдания являются обязательным элементом квантового цикла. Бояться страданий – значит ограничивать себя и свои возможности. **«Кто хочет подняться на высоту, тот должен не избегать страданий, а стремиться им навстречу».** (Ницше.) Один мой знакомый, узнав о принципе катарсиса, назвал это теорией мазохизма. А меня он назвал апологетом мазохизма. Потом он добавил, что, исходя из моей логики, если я пошел в лес и увидел поганку, то ради страдания должен ее съесть или сознательно оскорбить пьяную компанию боксеров, чтобы пострадать в роли отбивной котлеты. Или отказаться от зарплаты.

Отвечаю. По поводу мазохизма. Каждый из нас, избегая проблем, бежит изо всех сил, при этом таская мешок с проблемами с собой. Таким поведением мы не делаем себя счастливыми, а только отдаляем несчастья, испытывая вечный страх перед ними. Чтобы избавиться от проблем, необходимо остановиться и взглянуть на них. Мы же предпочитаем бегать с мешком, как кошка с привязанными к хвосту консервными банками, от страшного грохота которых она убегает. А это гораздо больший мазохизм. А что касается поганки, то, конечно же, специально страданий искать не надо. Но если на пути к вашей цели встало препятствие в виде необходимости съесть поганку, то придется научиться делать это. С другой стороны, можно отказаться от цели, это тоже выявляет страхи. Самое худшее, когда человек не может ни поганку съесть, ни от цели отказаться. Болтается между двумя крайностями и не пытается расширить зону своей свободы. Гурджиев говорил: «В счет идут только сверхусилия». Более полно этот закон звучит так: «В счет идут только сверхусилия либо свертотказ от каких-либо усилий». **«Знаю дела твои; ты не холоден, ни горяч; о, если бы ты был холоден или горяч! Но как ты тепл, а не горяч и не холоден, то извергну тебя из уст моих».** (Откр. 3:15-16.) **«Если не можешь жить, как хочешь, живи, как можешь, но живи изо всех сил».**

Квантовый цикл непротиворечиво объединяет в себе абсолютно противоположные подходы. Кто-то рекомендует много работать, другие советуют обращать внимание не на деятельность, а на правильность мышления. Третий скажет, что ни деятельность, ни мышление не имеют значения, а важна только интуиция. Четвертые говорят, что вообще нет смысла дергаться, а следует покориться судьбе или Богу. Одни твердят: «Борись изо всех сил и до самого конца». Другие убеждают: «Покорись, необходимо смирение». Одни советуют:

«Не теряй времени», другие: «Умей ждать». Одни рекомендуют контролировать все, другие довериться процессу и отпустить контроль. Одни школы рекомендуют позитивное отношение к жизни и требуют не обращать внимания на негатив, другие убеждают, что самым главным является, наоборот, умение замечать негативные эмоции, не загонять их в себя, а разряжать их. И все предлагают свои упражнения.

С позиций квантовой психологии мы утверждаем: каждый из вышеперечисленных подходов является верным при одних обстоятельствах, но становится абсолютно неверным при других. Преуспевающий человек должен: *во-первых*, владеть всеми этими подходами, а *во-вторых*, обладать способностью правильного их приложения. При этом, кто владеет вторым качеством, тому не обязательно владеть первым.

Теперь необходимо отметить главное: никакая современная психотехнология не может считаться высокотехнологичной, если она не опирается на деятельность бессознательного. Мастер управления реальностью равно использует инструменты сознания и инструменты бессознательного.

Внимание! При первом ознакомлении с этой системой люди обычно восклицают: «Я все понял (или поняла). Надо соблюдать баланс, использовать взаимоисключающие инструменты управления реальностью по принципу 50 на 50 (50/50). А в действительности правильное распределение между линейными и нелинейными методами выглядит так: 0-100 на 0-100 (0-100/0-100). Например, иногда надо действовать по принципу 50/50, а иногда 10/90 или 99/1. И так далее. Бывают моменты, когда необходимо действовать только логично и рационально. А иногда надо рискнуть и войти в состояние неопределенности. Соотношение 0/100 является моментом абсолютной неопределенности и условием квантового перехода. А обратное соотношение 100/0 – момент абсолютного контроля и управляемости.

Однажды у меня заклинило смеситель в душе. Текла теплая вода, но сделать ее холодней или горячей я не мог. Меня тогда осенило, что это прекрасная модель применения противоположных инструментов в жизни. Многие из нас находятся в заклиненном состоянии. А хорошее управление – это когда мы можем сделать максимально холодную воду, или пустить кипяток, или сделать любое соотношение, какое нам понадобится. При этом мы можем регулировать это на уровне малой подачи воды или на уровне большого объема подачи. Бесконечное число соотношений. Между теплой водой, текущей из сломанного крана, и теплой водой, выбранной по собственному усмотрению, нет никакой разницы. Различие только в том, что в исправном душе я могу менять температуру и напор в любом диапазоне, если того

потребуется ситуация. Так и в жизни: внешне два человека могут не различаться по поведению. Но один действует по жестко заданной программе, а другой выбирает такое поведение сознательно в зависимости от цели и реакций среды. «Иногда несгибаемая позиция – это только результат паралича». (Ежи Лец.)

Вы можете довести до максимального применения линейный или нелинейный метод, а можете попеременно или одновременно использовать их на среднем уровне усилий. Выбор за вами.

«Умей ждать и покоряться богам, но в нужный момент не будь нерадивым». (Из древнеегипетских источников.)

«Когда я не могу управлять событиями, я предоставляю им самим управлять собой». (Генри Форд.)

«По моему убеждению, а также по убеждению нашего оперативного комитета, будущее никогда не похоже на прошлое, и решения, эффективные в прошлом, по всей видимости, не останутся такими в будущем». (М. Хаммер, Д. Чампи. «Манифест революции в бизнесе».)

«Почти все пути, которыми нас учили идти к счастью, ведут и к несчастью».

«Умение скрывать свои намерения – необходимое для успеха качество, но бывают ситуации, когда помогают только честность и искренность».

«Парадоксы – вот единственная правда». (Б. Шоу.)

Правильное применение линейных и нелинейных инструментов – это выбор между двумя противоположностями. Из-за такого балансирования между активностью и пассивностью, властью и смирением, концентрацией и расслаблением маги называют жизнь танцем с реальностью.

«Когда ты принимаешь неопределенность в расчет, – это не устраняет неопределенности. Просто к здравому смыслу ты добавляешь немного веры в чудо». «Однажды вечером рыбаки возвращались на берег без улова. Они были очень расстроены. Вдруг из воды выпрыгнул большой тунец и упал прямо на дно лодки. Рыбаки отвезли его на рынок и удачно продали. Они радовались тому, что день все-таки прошел не зря.

Это басня о том, что иногда случай помогает там, где не помогает мастерство». (Басни Эзопа.)

Дополнить басню можно таким американским выражением: «Благоприятная возможность – это случай, подходящий для того, чтобы что-то предпринять. Но сначала необходимо что-то предпринять, чтобы получить благоприятную возможность».

Я очень старался подобрать к этой главе какой-нибудь интересный жизненный пример. Мои черновики были заполнены историческими сведениями, выписками из книг по бизнесу и психологии, притчами. Но ни один из примеров меня не

удовлетворял. И только потом я понял, в чем дело. Каждый из этих рассказов подтверждал только один подход к решению жизненных задач, только одну грань квантового принципа управления реальностью. Полностью квантовый принцип может быть проиллюстрирован только таким примером, где применяются все подходы. Но как раз такие примеры найти и невозможно. Для этого надо предоставить все жизнеописания, все советы и поучительные истории и показать, как их противоположные подходы гармонично увязываются в едином мировоззрении. **«Всему свое время, и время всякой вещи под небом. Время рождаться и время умирать; время насаждать и время вырывать посаженное; время убивать и время врачевать; время разрушать и время строить; время плакать и время смеяться; время сетовать и время плясать; время разбрасывать камни и время собирать камни; время обнимать и время уклоняться от объятий; время искать и время терять; время сберегать и время бросать; время раздирать и время сшивать; время молчать и время говорить; время любить и время ненавидеть; время войне и время миру. Все содеял он прекрасным в свое время...»** (Екклесиаст 3:1-11.)

Теперь, чтобы вам ни предлагали – упорный труд, молитвы, советы психоаналитиков, упражнения нейролингвистических программистов, ритуалы колдунов, методики излечения и похудения, позитивную визуализацию или катарсис, – вы сможете все согласовать с квантовым циклом и увидеть выбор противоположных подходов. Пожалуй, наиболее точно принцип управления реальностью выразил основатель ордена иезуитов Игнатий Лойола: **«Применять все средства человеческие, словно бы не существовало божественных, и все божественные, словно бы не существовало человеческих».**

Главный вопрос – это точный выбор из множества возможностей, которые иногда противоречат друг другу. Выбор между линейными и нелинейными инструментами является самой сложной задачей, стоящей перед человеком. **«Господи, дай мне сил, чтобы изменить то, что я могу изменить, смирение, чтобы принять то, что изменить невозможно, и мудрость, чтобы отличить одно от другого».** (Молитва, и она же – первый закон квантовой психологии) Простейший пример. Человеку, который не может добиться желаемой цели, говорят: «Будь упорным. Бей в одну точку. Настойчивость принесет плоды». Другие люди советуют обратное: «Если делаешь одно и то же, то и результат будет один и тот же. Поменяй что-нибудь в своих действиях, тогда станешь более результативным». И каждый приводит примеры из жизни, которые показывали, как люди преуспевали, применяя именно его

принципы. А человек стоит перед выбором: то ли настойчиво и упорно продолжать прежний образ действий, то ли стать гибким, расслабиться и отказаться от неверно выбранного направления. А вдруг оно все-таки верное, и при должном упорстве это проявится? Согласитесь, сложный выбор.

Точный поступок в условиях недостаточности информации и бесконечного количества стратегий можно сделать только при использовании бессознательного. «Бессознательный ум человека видит правильно, даже когда сознательный ум слеп и бессилен». (Юнг.) «Человек знает намного больше, чем понимает». (А. Адлер.) В книге, которую вы держите в руках, предлагаются современные техники использования колоссального потенциала бессознательного. Для полного понимания и эффективного применения этих техник необходимо затронуть и обсудить очень широкий ряд вопросов. Поэтому, пусть вас не удивляет многообразие представленных в книге тем. Все эти темы помогут раскрыть и понять законы функционирования психики. Какими бы ни были ваши стартовые условия, реальность на любом уровне предоставляет достаточно шансов.

Каким бы начальным набором качеств и возможностей вы ни обладали, любые из них в правильно выбранных условиях могут стать очень эффективными. *Нет хороших и плохих методик, нет удобных и неудобных условий, нет сильных и слабых качеств, есть правильное или неправильное применение инструментов.* Вот почему квантовое мышление возвышает человеческие сердца надеждой. С таким пониманием вы ничем не ограничены.

Более подробно о квантовой механике и квантовых принципах. Когда-то физики пытались найти самую маленькую неделимую частичку материи, так называемую элементарную частицу. До некоторых пор такой частичкой считали атом. Потом доказали, что атом состоит из более мелких частиц.

Он состоит из ядра, вокруг которого вращаются электроны. Атом напоминает строение Солнечной системы. Расстояние между Солнцем и планетами в соотношении с их размерами примерено такие же, как между ядром и электроном. Если ядро увеличить до размеров футбольного мяча, то электроны вращались бы вокруг него на расстоянии 50 километров. Это само по себе удивительно, ведь получается, что материя, в основном, состоит из пустоты. Затем обнаружилось, что и ядро далеко не элементарно. Оно состоит из более мелких частиц с различными свойствами. В конце концов, обнаружилось, что все частицы не являются твердыми материальными объектами, а могут переходить в состояние электромагнитной волны. На том уровне материя становится энергией. Ученые попытались проследить момент, когда материальная частица превращается в волну и обратно. Вот тут-то

исследователи и столкнулись с фундаментальными парадоксами. Оказалось, можно создать такие условия эксперимента, где электрон ведет себя как волна, можно создать условия, где он ведет себя как частица, но невозможно создать такие условия, где можно было бы наблюдать переход одного состояния в другое. Если попытаться проследить за частицей, в надежде увидеть момент перехода, то мы либо никогда не дождемся этого момента, либо момент перехода всегда будет выпадать из наблюдения. Наблюдая один параметр, всегда теряем другой.

Было сделано два вывода.

1. При переходе в новое качество всегда существует момент неопределенности.

2. Электрон одновременно обладает свойствами частицы и волны, но наблюдать мы можем только одно свойство, и зависит это от того, какой эксперимент мы выбираем. Следовательно, состояние частицы зависит от выбора экспериментатора, то есть от воли человека.

В момент, когда наблюдение не ведется, частица находится в неопределенности, потенциально несущей любое состояние, а в момент наблюдения частица «определяется». Тот же процесс наблюдается и при переходе электрона с орбиты на орбиту. В момент перехода электрон «развоплощается», а затем материализуется на новом месте, совершая так называемый «тоннельный переход» через подпространство. Ученые долго анализировали результаты экспериментов. Некоторые их выводы в итоге звучали следующим образом:

«Самое простое и честное объяснение квантовых парадоксов состоит в том, что видимая нами Вселенная является творением тех, кто ее наблюдает». «Наблюдатель создает Вселенную и себя, как часть Вселенной».

«Мир меняется целиком в прошлом, настоящем и будущем в момент наблюдения».

«Следовательно, сознание – это способ, которым пустота познает себя».

«Наблюдатель и Вселенная не могут существовать друг без друга. Существует только та Вселенная, которая наблюдается».

Эти высказывания великих ученых-физиков двадцатого века, основанные на открытиях квантовой механики. Они ничем не отличаются от изречений, сделанных несколько тысяч лет назад.

«Бог воплощает себя в материю для познания самого себя через наблюдение». (Буддистские трактаты.) «Бог становится миром, чтобы снова стать Богом». (Упанишады.)

«Существует ли шум прибора, если его некому слушать?» (Дзен-буддистский коан.)

Один клиент психиатрической клиники любил повторять: «Я – Бог. Я вас создал. Вы живете, пока живу я». Он был прав, потому что реальность человека существует только до тех пор, пока он ее осознает.

Закон квантового скачка через неопределенность распространяется на все уровни существования. Мир есть непрерывная последовательность квантовых мгновений, проходящих через состояние неопределенности. Это получило подтверждение в недавних опытах нейробиологов. Они открыли, что человек через очень краткие промежутки времени на микросекунды выпадает из реальности в бессознательное состояние. Тем самым сознание превращается из непрерывного процесса в прерывистый ряд осознаний. Нам, естественно, кажется, что течение реальности непрерывно.

В свое время обнаружить точку перехода в непрерывной последовательности цифр на числовой прямой пытался великий математик Кантор. В попытке проследить, где одно число переходит в другое, он столкнулся с тем, что это происходит в бесконечности. Точно так же он искал момент, где в математическую бесконечность переходит самое большое математическое число. В итоге он пришел к выводу, что существует некая точка Алеф, находящаяся в каждой точке пространства и в каждом мгновении времени, в которой существуют одновременно прошлое, будущее, настоящее и все возможные события. Для 17 века, не знакомого с квантовой механикой, это было неплохое достижение. Правда, через некоторое время после этого Кантор сошел с ума. Природа бесконечного загадочна, не зря Кантор называл бесконечное бездной бездн. Уже в 20 веке лауреат Нобелевской премии Д. Нэш, математически исследовавший теорию игр, основанную на понятии бесконечное количество стратегий, тоже чуть было не попал в клинику для душевнобольных. Умом невозможно постичь бесконечность, неопределенность не может быть осознана. Бесконечность далека и всегда рядом, она в каждом мгновении жизни, в каждой точке пространства и в каждом событии нашего мира. Наиболее одаренные исследователи, будь то в научном поиске или в медитациях, всегда находятся на грани между определенным и бесконечным, между разумом и безумием. Гении всегда не от мира сего. Но именно там они черпают знания, продвигающие человечество. Про такие знания отец квантовой механики Шредингер говорил: «Перед вами сумасшедшая идея. Вопрос в том, достаточно ли она безумна, чтобы быть верной».

В Японии квантовую механику изучают с младших классов. И это замечательно. Хотя математический аппарат квантовой механики становится понятен только после серьезной подготовки, ее философские принципы доступны любому человеку, независимо от возраста и образования. Для понимания квантовой механики необходимо одновременно с понятийно-логическим мышлением

обладать еще мышлением образным и интуитивным, способностью уловить неуловимое и неопределенное, а последним дети наделены сполна.

Несмотря на все успехи квантовой механики, у большинства взрослых физиков с чисто линейным мышлением она вызывает чувство смутной неудовлетворенности. Некий преподаватель вуза говорил своим студентам: «Квантовую механику понять невозможно. Но можно к ней привыкнуть». Одной логикой понять ее действительно сложно. Для этого надо уяснить, каким образом окружающий мир является и материей и духом одновременно, каким образом, подчиняясь физическим законам, он все же может быть изменен сознанием. Надо понять, что вы можете сформировать любое событие жизни, но выглядеть это будет вовсе не как чудо, подобное материализации из воздуха. Все произойдет по законам физики и логики, в соответствии с которыми, однако, этого не могло произойти. Рационально и логически мыслящий человек скажет: «Я верю только в то, что вижу», а квантовая механика приводит к тому, чему учил Христос и другие великие Учителя: «Человек видит только то, во что верит». Это столкновение с Духом способен осмыслить не каждый материалист. Поэтому многие великие ученые были людьми духовными, склонными к мистическому учению. Основатель материалистической физики Ньютон, автор теории относительности Эйнштейн, отцы квантовой механики Шредингер, Бом, Гейзенберг, Бор и Оппенгеймер считали свои научные работы вполне совместимыми с мистическим пониманием. Все эти люди верили, что Вселенная материальна, но ее происхождение не может быть объяснено материальными причинами. Они ясно отдавали себе отчет, что открытые ими законы являются всего лишь воплощением законов более высокого порядка и только немного приближают нас к истине, большая часть которой по-прежнему не познана. «Я хочу знать, как Господь Бог устроил этот мир». (Эйнштейн.)

Интересно, что один из биографов Ньютона назвал его не великим ученым, а великим магом. Записи, оставшиеся после смерти Ньютона, включали:

- а) научные материалы, объемом миллион слов;
- б) алхимические изыскания и записи о божественном – 2 050 000 слов;
- в) жизнеописание, письма, разное – 150 000 слов.

Для сравнения, книга, которую вы держите в руках, включает в себя не более 100 000 слов. Алхимические и теологические изыскания Ньютона считались чудачествами великого ума. Только сейчас становятся понятными все грани его деятельности: от попыток создать единую религию до философии материи, которые он воспринимал как части целостной картины мира. Он считал, что физические и

математические константы — это всего лишь вычленения из грандиозного божественного контекста.

Современная наука основана совсем не материалистами. Достижения Древней Греции, от которых пошла современная наука, были лишь слепком с науки древнеегипетской, а все знания Древнего Египта базировались на мистических традициях. Учитель Аристотеля Платон и великий математик Пифагор прошли многолетнее обучение у древнеегипетских и халдейских жрецов. Пифагор, чьи формулы мы сегодня изучаем в школе, был величайшим мистиком, рассказывающим о своих путешествиях в прошлые жизни. Он даже организовал религиозный орден верящих в перерождение.

2400 лет назад великий полководец Александр Македонский, находясь среди роскоши и несметных богатств завоеванной им Персии, писал великому ученому и философу Аристотелю: «Александр Аристотелю желает благополучия. Учитель, ты поступил неправильно, разгласив учение, предназначенное для передачи отдельным посвященным. Чем же мы будем отличаться от остальных, если эти знания станут всеобщим достоянием? Я хотел бы иметь превосходство над другими...» (Цит. по Синельникову.) Если распространения этих знаний боялся самый могущественный человек на Земле, значит, они имели серьезную практическую ценность.

Нас удивит и медицина. Гиппократ (460–370 год до н.э.), слывший чистым материалистом и утверждавший, что у болезни должна быть материальная причина, которую можно обнаружить, был служителем храмовых мистерий. Авиценна (980–1037), ибн Сина Абу Али Хуссейн ибн Абдаллах — медик, ученый, поэт и философ вторую половину своей жизни потратил на то, чтобы доказать бесполезность открытий, сделанных в первой. Но именно благодаря открытиям первой половины жизни он считается сегодня медицинским светилом.

Парацельс (1493–1541) — врач и естествоиспытатель, подвергший критическому перепросмотру идеи древней медицины, одним из первых начавший применять химические препараты при лечении, был учеником арабских магов и знатоком учений индийских браминов. Основатель современной астрономии (не путать с астрологией) Кеплер был известным оккультистом. «Божественная премудрость превращается во многие виды знания». (Максим проповедник.)

Конечно, Бог в понимании великих ученых, — это не могущественный старец, вззирающий на нас с небес и потакающий нашим желаниям, и не суровый судья, карающий нас за грехи. Это слишком упрощенное понимание. Некоторые говорят мне: «Зачем ты употребляешь слово Бог? Это не современно. Надо говорить об измененных состояниях сознания, об Универсальном психическом поле Вселенной, Абсолютном творческом принципе или первичном Бессознательном». Но объяснить понимание Бога с позиций

сегодняшних знаний так же невозможно, как невозможно было это сделать в давние времена. Как бы мы это ни называли, мы не сможем ничего добавить к тому, что было сказано до нас.

«Не имеющий никаких атрибутов, ни начала, ни конца, ни времени, ни пространства».

«Тот, который имеет миллионы лиц, но не может быть определен, который имеет миллионы имен, но не может быть назван».

«Весь мир, все энергии воплощают его бесконечного, вездесущего и всегда непостижимого».

«Существование несуществующего».

«Он не познается разумом. Как же его объяснить?»

«Изреченный Дао уже не Дао».

«Есть вещи, которые мы не можем знать, поэтому и невозможно узнать, что это за вещи».

Важен уровень понимания, а не то, какими словами Бога называть. Можно назвать его и так: «Суперпозиция – состояние, которое нельзя наблюдать, но из которого можно сформировать любое состояние материального мира». Приблизиться к пониманию квантовой механики помогут парадоксы Зенона, которым более трех тысяч лет.

Ахилл должен догнать черепаху. Между ними сто метров. Он бежит в десять раз быстрее, чем она ползет. Когда Ахилл пробежит эти сто метров, черепаха уползет от прежнего места на десять метров, когда Ахилл преодолеет эти десять метров, черепаха уползет еще на метр. Когда Ахилл пробежит этот метр, черепаха уползет от него еще на десять сантиметров. Как бы быстро Ахилл не преодолевал оставшееся расстояние, черепаха будет уползать от него за это время на одну десятую часть пути. Следуя логике, Ахилл никогда не догонит черепаху. Второй парадокс. Лежит зерно, рядом куча из тысячи зерен. Одно зерно – это не куча, тысяча зерен – куча. Возьмем зерно из кучи и переложим к одному зернышку. Два зерна по-прежнему не куча, а 999 зерен – куча. Переложим еще одно зерно. И так далее. Необходимо точно определить момент, когда куча перестанет быть кучей.

В реальной жизни Ахилл, конечно же, обгонит черепаху, а куча перестанет быть кучей, но если пытаться детально проследить ход событий, то мы никогда не найдем точный и определенный момент, когда это происходит. Пока мы линейно отслеживаем реальность, она не меняет своего качества. Изменение происходит посредством квантового скачка в момент, который мы не можем отследить сознанием. К новому состоянию можно прийти только через состояние неопределенности.

Математики нашли формулу и рассчитали, что в нашем случае Ахилл догонит черепаху через 111, 111... метров. Ответом является бесконечная дробь, число, которое можно уточнять до бесконечности, но которое никогда не достигнет определенного и окончательного значения! Я разговаривал с физиком, который считал парадоксы Зенона примитивными. Он говорил, что решение очень простое. Если, мол, мы поставим себя в систему отсчета черепахи, то все станет просто и логично. Но вопрос в том, что мы решаем задачу в нашей системе отсчета, в нашей реальности. Здесь и необходимо решить ее. Ведь решая свои жизненные задачи, мы должны изменять собственную реальность.

Одна из гипотез современной физики гласит, что во Вселенной каждое мгновение реализуются все возможные варианты событий, но для нашего мира воплощается только одно событие. Бесконечное количество возможностей превращается в один реально произошедший вариант. Из таких мгновений создается линейная последовательность событий. И только воля и сознание наблюдателя ответственны за переход вероятностного состояния в определенное событие нашего мира. От состояния сознания зависит, какое именно событие материализуется. «По вере вашей да будет вам». Материализация происходит не волевым усилием; акт веры больше напоминает наблюдение. «Я не верю, я знаю», – говорил Марк Аврелий. Наблюдение это наполовину пассивный процесс, поэтому и говорится, что управлять реальностью можно при сочетании активности и пассивности. Поэтому и говорил Иисус Христос: **«Я ничего не делаю, пока не увижу Отца творящим».**

ГЛАВА ВТОРАЯ

СУЩЕСТВУЮТ ЛИ

ИНОПЛАНЕТЯНЕ

*Инопланетяне и земные женщины –
просветленность, помещательство и шарлатанство у
основателей религий и сект – история о великом
инквизиторе – красота человеческой матрицы –
общество бредовых идей*

Есть ли инопланетяне? Важный вопрос для исследователей сознания. А управление реальностью – это, прежде всего, работа с сознанием.

Сколько людей, столько и мнений. Некоторые свято верят, что инопланетяне существуют. Другие считают все сообщения о представителях других миров шарлатанством ради денег и славы. Третьи уверены, что все это галлюцинации и шизофренический бред. Контактеры ведут себя по-разному. Некоторые ищут сенсаций, другие скрывают факт контакта. Те, кто не могут держать столь важное событие в тайне, объединяются в общества контактеров. Какие из них настоящие, какие шарлатаны понять невозможно. Многие из них, как они говорят, разумные самокритичные люди. Они лишь хотят познать: «Почему мой разум делает со мной такое?», «Меня насильно заставили понять, что мир не так прост, как я думал до этого». Многие не верили в инопланетян, пока не пережили их вторжение в свою жизнь. Психиатра это, конечно, не удивит, как и то, что многие не верили в Бога, пока не пережили его присутствия. Один исследователь НЛО признает, что «...80 % вступивших в контакт впоследствии приобретают психические отклонения». Другой на это замечает: «Сам факт общения с инопланетянами и есть результат психического расстройства, например шизофрении. Таким образом, 80 % случаев контактов – бред и галлюцинации, а остальные 20 % – сознательная мистификация и измышления обманщиков». Необходимо также учесть, что массовым печатным изданиям выгодно поддерживать волну мутной дезинформации по этому вопросу. Ведь сенсации приносят тиражи, а тиражи приносят доходы. Судя по отчетам контактеров, двадцатый век произвел большие изменения не только на Земле, но и в запредельных мирах. С человеком цивилизованным стали и контактировать цивилизованно. Возможно, контактерам не понравилась бы моя ирония, но посмотрите сами. Так, средние века славились бесами, упырями, домовыми, нимфами, суккубами, инкубами и оборотнями, но ныне все они канули в Лету благодаря массовому пришествию инопланетян. Если раньше нечисть жила в подземельях, глухих местах и заброшенных замках, а ангелы с

духами обитали на небесах, то сегодня все переселились в тонкоматериальные миры и параллельные пространства. Если раньше говорили об одержимости бесами, то сегодня о телепатии и зомбировании с помощью психотронных генераторов.

Одно осталось без изменений: женщины земной расы по-прежнему пользуются большим спросом у сексуально озабоченных неземных существ. Шумерская, индийская, древнеегипетская и древнегреческая мифологии буквально изобилуют описаниями сексуальных контактов с существами, не являющимися людьми. Когда наступили средние века, не стало отбоя от бесов. Ныне вне конкуренции инопланетяне. Похищенные женщины заявляют, что над ними проводились сексуальные опыты. Их использовали для производства детей смешанной расы, которых впоследствии всегда изымали. Детей нам не оставляют, как и других свидетельств контакта. Даже реальными делами не хотят помогать, аргументируя это тем, что земляне еще не созрели для того, чтобы получать помощь от высокоразвитых существ. Мол, нам это не пойдет на пользу. Но советы давать любят.

В последние десятилетия инопланетяне любят выступать в роли космических духовных учителей и хранителей человечества. Американцу Кингу (не автору романов ужасов) явился учитель Этериус с Венеры, объяснил ему смысл бытия и потребовал донести его до человечества. В результате была организована достаточно доходная церковь Этериуса. Другому человеку с той же миссией явился инопланетянин Элохим, после чего было организовано еще одно процветающее духовное движение. Написаны десятки, если не сотни книг, продиктованных учителями из высших сфер. В одних обучают целительству, другие утверждают, что Гитлер – реинкарнация Чингис-хана, а третьи предупреждают о вхождении человечества во второй портал посвящения. Еще знаменитой Блаватской была продиктована свыше «благая весть», после чего ею было написано несколько книг и создано теософское общество.

Теперь без иронии. Приведенные примеры позволяют заметить одну особенность: в наше время человек воспринимает представителей других миров не так, как он воспринимал их в прошлом. С течением времени меняется мировоззренческая база человечества, следовательно, меняются персональные концепции каждой личности. От данных концепций зависит и содержание галлюцинации, и восприятие реальности. Именно поэтому индийский йог видит в медитации не архангела Гавриила, а Кришну; колдуну африканского племени является не Христос, а Дух Леопард. Сибирские шаманы, путешествуя по верхним и нижним небесным сферам, встречают множество злых и добрых хозяев природных стихий, но среди них нет ничего напоминающего бесов и серафимов. Можно предположить, что древнегреческие мистики видели Зевса,

Посейдона или Афродиту, но вряд ли встречали Деву Марию или шестирукую Кали из индуистского пантеона богов.

То, что человек воспринимает, будет лишь интерпретацией энергий, существующих на других планах. Поэт и математик, войдя в контакт с одной и той же вибрацией, увидят разное, хотя на самом деле это будет одно и то же. Первичны эмоции, образы вторичны. **«Мы воспринимаем – это установленный факт. Но что именно мы воспринимаем, не относится к числу фактов».** (Кастанеда.) **«Нет фактов, есть интерпретации».** (Ницше.) Непостижимые энергии Непознанного не поддаются познанию разумом, поэтому для того, чтобы стать доступными для восприятия, им приходится использовать формы и концепции, уже существующие в сознании человека.

Второй важный момент касается того, что одну и ту же вибрацию мы можем видеть как в виде безличной силы, так и в виде существа, подобно тому, как электрон можно наблюдать в виде материальной частицы и в виде электромагнитной волны. Одни будут видеть только силы, другие только существ, некоторые же будут способны менять фокус восприятия. Все зависит от предрасположенности и уровня совершенствования. Божественное может иметь различную форму и является проекцией предубеждений. В одном из современных исследований сознательных сновидений испытуемым предложили искать во сне Всевышнего. Большинство из тех, кто считал Бога личностью, мудрым небесным старцем или Христом, увидели его в образе личности. В то же время более 80 % испытуемых, считавших его безличным и не ожидавших увидеть никакой формы, увидели нечто иное, но всегда это было яркое и захватывающее переживание, несущее новое понимание и не оставляющее сомнений о контакте с божественным.

Но воспринимать *бессознательное* мы можем только через фильтры наших знаний и концепций. «Личность похожа на луковицу. Ничто никогда тебя не достигает таким, как есть. По пути вмешивается много переводчиков. Искажают органы чувств, твоя идеология, общество, с детства полученные знания, программы. Ты видишь только то, что позволяют фильтры. А они позволяют немного. Никогда не думай, что твои органы чувств действуют как надо. Они прошли обучение». (Ошо). Когда островитяне одного из индонезийских островов впервые увидели пароход, они говорили о нем так: «Три куска бамбука, два куса пуф-пуф, внутри гуляет, но видеть нельзя».

Важным фактором, влияющим на восприятие, является бесконечность бессознательного. Смысл совершенствования заключается в том, чтобы расширить свою способность осознавать все более глубокие слои бессознательного, как светлые силы, так и темные. По принципу: сколько вверх, столько и вниз, чем шире крона,

тем крепче должны быть корни. Когда в Откровении говорится, что надо поклоняться «не ангелам, но Богу» (Откр. 22:9), как раз и имеется в виду, что не нужно привязываться к энергиям уровня ангелов, а следует стремиться к осознанию более широкого спектра вибраций. Из-за наличия огромного числа энергетических уровней во многих религиях присутствует большое количество богов, полубогов, других высших сущностей, олицетворяющих различные энергетические иерархии. В темном мире тоже есть своя лестница чинов.

В истории христианства описывается много видений и откровений с участием святых всех иерархий, демонических и ангельских персонажей и других образов христианской истории и мифологии. Невротические страдания сотен поколений также окрашены библейской тематикой в виде страхов перед концом света, адскими муками и ощущением вины от собственной греховности. Внутренний конфликт личности между естественными потребностями и ощущением их греховности является многовековым проклятием христианского мира. Это ни в коем случае не обвинение, поскольку внутренние конфликты присущи человеку всегда, и не будь христианства, они были бы окрашены в образы той культурной и мировоззренческой среды, в которой человек воспитывался. Круги рая и ада выглядят таковыми только благодаря коллективным убеждениям и страхам и, кстати, могут добровольно посещаться продвинутыми духовными искателями.

Человечество всегда контактировало с различными уровнями непознанного. Еще в Ветхом завете описывается вечная борьба официальной церкви (тогда еще не христианской) против колдунов, толкователей, гадателей, целителей, прорицателей, проповедников и лжепророков. Все способы общения с запредельным миром были представлены уже тогда. Кто-то общался с духами с помощью камней-амулетов, кто-то истолковывал знаки реальности, кто-то в качестве посредников использовал загипнотизированных людей, кто-то сам применял различные психотехники, аскетизм, экстатические танцы или употребление галлюциногенных отваров. Были и признанные пророки, к совету которых обращались при принятии важных решений, например начинать войну или нет. Мистическая жизнь была ключом. В средние века появились всевозможные алхимики, астрологи, каббалисты, оккультисты и тайные мистические общества. Вместе с христианством и его ответвлениями это давало такую богатую палитру духовной жизни, что Восток с его медитациями и рядом не стоял.

Эпоха образования принесла свои примеры. Наиболее яркий из них жизнь известного ученого Э. Сведенборга. Это был одаренный ученый, написавший несколько трудов по естественным наукам. В сферу его интересов входили физика, геология, математика,

философия и теология. В 1743 году, в возрасте сорока пяти лет, к нему явился Иисус Христос и потребовал бросить занятия наукой. После этого посещения Сведенборг начал страдать от чувства греховности. Ведь он хотел стать великим ученым, а это была непростительная гордыня. Через год Христос явился опять и стал объяснять истинный смысл христианства. Он потребовал, чтобы ученый начал верное толкование Библии для народа. В течение последующей жизни Сведенборг написал тридцать томов комментариев и теологических сочинений, в которых создал захватывающую модель мироздания, включающую в себя научные достижения того времени и величайшие философские прозрения. В своих видениях он посещал рай и ад, общался с духами, ангелами и Богом. Его труды произвели впечатление на многих величайших ученых последующих поколений.

На подобных откровениях основывались целые религии. Так, основателю ислама пророку Мохаммеду пришли откровения в виде рифмованных фраз. Тысячи стихов, которые он помнил наизусть, впоследствии были записаны его учениками. Так появился Коран. Мохаммед испытывал яркие видениярая и ада, лицезрел Аллаха, беседовал с архангелом Гавриилом.

В Коране есть интересные слова: «Напоминай им. Ведь ты не прорицатель и не одержимый». (Сура 52, аяты 29.) Действительно, обычному человеку, жаждущему духовного просветления, невозможно отличить настоящего пророка от ложного. Просветленность, помешательство и шарлатанство выглядят практически одинаково. Поэтому представители всех этих трех отклонений повсеместно встречаются среди духовных учителей во всех религиях, как и среди контактеров. Теории продолжают множиться, учителя тоже. Закат религий, предсказанный в связи с развитием науки, не состоялся. Духовный вакуум по-прежнему требует заполнения, а духовное наставничество остается выгодной карьерой. Все старые и новые религии продолжают борьбу за умы. Недавно директор немецкого миссионерского общества сообщил, что в мире каждый час 3000 человек становятся христианами. Но он не сказал о том, что новоприбывшие выходят из-под влияния традиционных религиозных направлений, что основной приток происходит в Африке, Азии и Латинской Америке за счет так называемых харизматических церквей, которые отличаются от официального христианства не меньше, чем христианство от колдовства. Основной упор в харизматических церквях делается на массовые целительские ритуалы. Лидеры, проводящие подобные сеансы, заявляют, что им пришел образ Христа, по требованию которого они собирают многотысячные толпы и исцеляют их именем Бога. Психотерапия от Библии, исцеление верой. Поп-христианство. Это ничем не отличается от самовнушения и массового психоза при исцелении животным магнетизмом у Месмера. Харизматические

лидеры отбрасывают официальные доктрины и догматы церкви. Они горячатся перед аудиторией, исцеляют и учат добиваться в жизни всего с помощью визуализации, воображения и имени Христа. Сегодня Бог говорит с нами не только Библией, утверждают они, а через современных пророков и пророчиц, через личные прозрения и сны, через видения и слова мудрости. Лицезреть Бога и получить от него благословение сегодня может каждый.

Лично мне такая церковь больше нравится, однако удивительно, что ее признает и официальное католичество. Ведь ортодоксальная религия всегда пыталась монополизировать право на посредничество между небом и землей, на источники откровения от видений Авраама до Апокалипсиса. Все чудеса и видения, не признанные церковью, считались от беса и от лжепророков. Весьма выразительны в этом отношении поучения одного из духовных наставников позднего средневековья пресвитера Козьмы: «Если увидите даже, что еретик изгоняет бесов, излечивает слепых и воскрешает мертвых не верьте ему».

В наше время церковь набралась терпимости. Был момент, когда в Европе всем приходам были разосланы директивные письма, где Гарри Поттер объявлялся сатанистом. Но когда увидели, что между Иисусом и Гарри дети выбирают второго, послали новые письма, где отменяли предыдущие директивы. Кто-то умирал за веру мученической смертью, а церковь, заноса их в жития святых, сама при необходимости могла поступиться принципами ради сохранения влияния. В моих словах нет критики. Все, что происходит с христианством, должно происходить с любым религиозным течением, поскольку любая большая организация, как Система, как сложный саморегулирующийся организм, подчиняется вселенским законам.

Процесс развития любой религии выглядит следующим образом. Одиноким пророк, способный получать видения и слышать «глас божий», создает новое учение (или новое понимание старого) и начинает проповедовать. Тем самым он сокрушает основы общепринятой веры. Представители официальной духовной доктрины, господствующей в тот момент в обществе, подвергают его гонениям. Новый пророк приобретает последователей. Его борьба с официальной церковью может закончиться по-разному. Он может погибнуть, может и победить. После гибели он перестает создавать угрозу власти и монополии церкви. Теперь он может быть объявлен святым. И если у него осталось много последователей, то бывшие гонители становятся рьяными поборниками погибшего пророка и с его именем на устах продолжают борьбу за власть, объявляя новое учение официальной доктриной.

Когда количество приверженцев новой доктрины достигает определенного значения, для дальнейшего роста ее авторитета становится необходимым создать Систему. Это подразумевает

жесткую иерархию, список разрешенных ритуалов и *упрощение* основного послания пророка до понятных и однозначных лозунгов. Только так можно сохранить власть и получить массовое признание. Если бы христианство не стало Системой, оно бы давно затерялось в глубине веков, ведь начиналось оно с мелкой секты. Упростить учение необходимо, во-первых, потому, что основная масса населения хоть и обладает стремлением к духовным знаниям, она все же не способна понять учение нового пророка так, как его понимал он сам. Потому он и пророк, что значительно опередил в своем духовном развитии массы. Даже буддизм со всей его мудростью в массовом исполнении весьма примитивен. Массам не нужен Бог внутри нас, массам нужен либо внешний утешитель, либо карающий судья, либо золотая статуя.

При управлении массами играет роль эффект толпы, который гласит: «Чем проще и обобщенней идея, которую ты проповедуешь, тем сплоченней будут ряды твоих слушателей, которые вскоре станут твоими сторонниками». «Вера, как и все в природе, идет по пути наименьшего сопротивления». (Батлер.) «Массы надо обслуживать массовыми методами». (Закон Мерфи.) Толпа не воспринимает логических тонкостей, зато хорошо реагирует на лозунги, несмотря на то, что каждый ее член в отдельности является разумным и мыслящим существом. Это удивительный закон. О законе толпы можно написать целую книгу, настолько поразительны и интересны ее проявления. «Никто не знает, как поступит толпа, в том числе и она сама». Несколько лет назад немецкие ученые обнаружили, что поведение человека в толпе и поведение песчинки в песочных часах описывается одними и теми же математическими уравнениями. Для того чтобы использовать эффект толпы, не нужно собирать своих слушателей в одно место. Любое обращение к массовому сознанию можно в значительной мере рассматривать как обращение к толпе. Лидер толпы всегда воплощает вытесненные чувства. «Лжепророки будут всегда более популярны». «Объяви вседозволенность и за тобой побегут». (Достоевский.) Находясь в толпе, человек подпадает под единый энергетический порыв, сопротивляться которому невозможно. Единая эмоция освобождает от напряжения внутреннего конфликта разнонаправленных мотиваций, объединяя всех под единым и однозначным вектором. Коллективный энергетический импульс пробивает плотину моральных и социальных ограничений, несет человека в свободном потоке инстинктивных проявлений. Радость освобождения настолько сильна, что опьяняет самого разумного человека. Совершая самые дикие поступки в резонансе с настроением толпы, он, тем не менее, будет находить им в тот момент «рациональное» оправдание.

Таким образом, самая глубокая и верная религиозная система может стать массовой только в упрощенном виде. Но в массах всегда найдутся единичные представители, которые, глубоко изучив

постулаты учения, достигают высокого уровня духовного развития. Они видят, что упрощенные официальные доктрины входят в противоречие друг с другом и даже со здравым смыслом. Совмещается ли со здравым смыслом то, что у Свидетелей Иеговы за последние 90 лет 14 раз назначался конец света. Ни одно такое предсказание не исполнилось, тем не менее, количество членов этой организации неуклонно возрастает. «Если бог существует, то атеизм должен казаться ему меньшим оскорблением, чем религия». (Гонкур.)

Некоторые из тех, кто способен мыслить, пытались вырваться из пустоты показных внешних форм. Они увидели, что живые истины стали мертвыми. Но их самостоятельное мышление всегда является угрозой Системе, грозит разрушить ее изнутри. И Система вынуждена бороться, подавляя подобные проявления. Официальная церковь всей тяжестью обрушивается на человека, отрицая достоверность его личных переживаний в духовных мирах. Личные откровения всегда будут рассматриваться ею как угроза, потому что подлинная вера отводит посредникам, духовенству и Системе, второстепенную роль.

Учитывая все же, что новый проповедник прав, у него всегда будут сторонники. Кроме того, на каком-то этапе к новому движению присоединяются не только верующие, но и люди, стремящиеся к власти и деньгам, увидевшие в создавшейся ситуации свой шанс. Мохаммед вознесен теми, кто стремился к власти, а до этого он десять лет был гоним. Развивая ислам как Систему, его покровители и инвесторы расширяли свое могущество. То же самое происходило и на заре христианства.

Поэтому борьба с «ересью» иногда может быть очень затяжной и принимать самые кровавые и жестокие формы. В войне все средства хороши. Нередко святые объявляются лжепророками, сумасшедшие святыми, а духовными учителями властолюбцы и преступники. А после смерти ложные пророки оказываются истинными, а истинные ложными. В этой борьбе практически никогда не удается избежать деления на крупные течения и мелкие секты. Кроме внутренних врагов, Система должна найти и врага внешнего для сплочения своих рядов. Поиск неверных, если и не объявляется официальной политикой, то всегда молчаливо поддерживается.

И конечно, в каждой религии должен быть представитель Зла. Персонифицировав зло в лице Сатаны, церковники нашли и козла отпущения, и непреходящего врага, и самое лучшее средство объединения паствы – страх. В конце 17 века голландский проповедник и демонолог Б. Беккер издал научную работу, где пытался опровергнуть миф о силе дьявола. В качестве примера он приводил тексты Библии, где совсем не упоминается об огромной власти дьявола. По его мнению, дьявол не мог распространять свою власть столь широко, как это представляют некоторые церковники.

Святые отцы обрушили на Беккера всю силу Системы. Принижение дьявола вызвало бурю негодования. В итоге он был лишен должности проповедника. Действительно, если смысл существования – борьба с болезнью, то выздоровление не выгодно.

Система для своих целей избирает нужных ей исполнителей и выдвигает на определенные должности людей определенного склада. В Системе должны быть и инквизиторы, и хозяйственники, и теоретики, и мученики, и святые, и пропагандисты, и фанатики, и серая масса. Для работы с массами Система вынуждена набирать и служителей с массовым мышлением. Постепенно все приходит к тому, что большинство священнослужителей уже не осознают, какую бессмыслицу они говорят, подавая истины в одностороннем и однозначном виде. Можно только позавидовать их духовной и социальной стабильности. «Духовенство было бы очень недовольно, если бы его духовный труд оплачивался духовно». (Гольбах.)

Закон Системы работает на уровне любых сообществ и объединений. Система – обязательное и неотъемлемое свойство физической реальности, инструмент упорядочивания хаоса. Поэтому никого не надо осуждать; каждый выполняет свою роль, все работы хороши и нужны в этой божественной игре под названием Вселенная. У Бога для каждого есть дело, поэтому «...блаженны нищие духом, ибо их есть Царство Небесное».

Система в попытке выжить всегда входит в противоречие с тем, что ее создало. Но одновременно она продолжает нести в своей глубине зародыш Истины. Церковь все же донесла сквозь два тысячелетия послание Христа. Из недр церкви все же вышло бесчисленное множество высокодуховных личностей, святых и Учителей. Миллионам людей церковь помогает сделать первый шаг на пути к божественному. И как во все времена, кто-то из этих людей перерастет официальные догматы, кто-то останется на примитивном уровне, а кто-то станет нетерпимым религиозным фанатиком, способным на новые Варфоломеевские ночи. «И убивать будут в церквях, думая, что служат Богу». (Иоан 16:1-2.)

С точки зрения Системы, вполне вероятно, что терпимость католиков и протестантов приведет их к расслоению и распаду. Уже сейчас протестантизм имеет в своем составе множество самостоятельных течений и сект: кальвинизм, методисты, баптисты, адвентисты, лютеранская церковь. Каждое из этих движений начиналось с отказа от сложной церковной иерархии. Они проповедовали, что между мирянами и духовенством не должно быть противопоставлений, что каждый человек может без посредников переживать присутствие Бога. Это присутствие может принимать различные формы. Например, русские хлысты описывали свои ощущения так: «Благодать святого духа напоит нас как бы пивом, от сего благодатного пива сердца наши исполняются духа святого и мы,

будучи упоены святым духом, как пьяные приходим в радостное исступление». Но постепенно каждое из этих ответвлений снова становится Системой. Устанавливается иерархическая структура, множественные таинства и практики сводятся к некоторому небольшому количеству «единственно правильных ритуалов», а сложное понимание божественного облекается в простые и неизменные принципы. Возникают различия между течениями, которые неизбежно запутывают искателя истины. Снова это приводит к религиозной нетерпимости и борьбе за зоны влияния. Ну, а отсюда недалеко и до новых религиозных войн. Видимо, из трех основных ветвей христианства православие, занимающее наиболее непримиримую позицию к новым проявлениям духовной жизни, окажется более жизнеспособным. Так же, как и ислам.

Возможно и другое развитие событий. В соответствии с Законом Вселенского эгоизма, для дальнейшего прогресса внутри основного течения должна существовать внутренняя конкуренция между мелкими структурами. Пройдя по лезвию бритвы между войной и миром, эти структуры создадут высокоуровневые принципы сотрудничества и придут к объединяющим духовным постулатам. Безусловно, новые принципы будут шагом вперед по сравнению с официальными догматами предыдущих церквей. Судя по всему, именно по этому пути пока идет человечество.

Все эти конфликты человечества являются обязательными элементами совершенствования духовной сущности под именем Земля. Кто-то сказал, что человечество – это язва на теле Земли, я же утверждаю, что человечество и его гармоничное развитие – это важнейшее условие духовного совершенствования планеты. От того, какой путь выберем мы, будет зависеть возможность и ее развития. В истории Земли было не менее пяти всемирных катастроф, через которые менялось неверно выбранное направление эволюции. Всемирные катастрофы являются квантовыми переходами к более совершенным видам жизни, к более продвинутым формам внутривидовых взаимоотношений (в том числе и между людьми), а также к более гармоничным взаимоотношениям человечества с другими эволюционными уровнями природы. В этом контексте мифы о Всемирном Потопе и Конце Света для человечества, погрязшего в грехах, приобретают понятный смысл. Но запугивание Концом Света и обвинение в греховности вряд ли направят человечество на верный путь его духовного роста. Человек не греховен, он совершенен. Человек пришел в материю не для того, чтобы снова отбросить ее, объявив грехом, а для того, чтобы познать ее посредством Духа. «Церковь существует не для того, чтобы мир стал лучше, а потому, что он лучше не становится». (П.Вейл.)

В последнее время в некоторых религиозных кругах стало принято обвинять иудаизм – официальную религию евреев.

Христиане говорят, что все страдания евреев происходят оттого, что они не приняли Христа, а продолжают жить в соответствии с их древними дохристианскими представлениями о Боге Едином. Бог Единый – непознаваемая духовная энергия, источник всего сущего, способный являться только пророкам, чтобы объяснять им правила поведения. В соответствии с такими правилами и стараются жить иудеи. Евреи, по словам их Бога, – избранный народ, потому что только для них являлся Он. Бог сказал, что будет всячески помогать им, если они будут соблюдать все, что он требует. Но кому много дано, с того много и спросится, поэтому те, кто не соблюдает древних заветов, подвергаются наказаниям и уничтожению в нескольких поколениях. Поэтому евреи воспринимают Холокост – массовое уничтожение этого народа нацистами в 1933–1945 годах – как жертву искупления за грехи. В тот период погибло 6 миллионов человек, что, по некоторым данным, составляло около 60 % всех евреев. Вся история Израиля, описанная в Ветхом завете, основана на том, как Бог через наказания пытался вразумить тех, кто не исполнял его заветов.

Но около двух тысяч лет назад появилась новая религия – христианство. Многие воспринимают христианство как поклонение мученику, распятому на кресте, и образам на иконах. Это, скорее, возврат к язычеству и шаг назад по сравнению с понятием Бога Единого у иудеев. Другие же основным принципом христианства считают наказание за грехи. Они находятся на одном уровне с иудаизмом, о котором Христос говорил: «Не думайте, что Я буду обвинять вас перед Отцом: есть на вас обвинитель Моисей, на которого вы уповаете». (Иоанн 5:45.)

Но если принять во внимание истинный смысл послания Христа, который продемонстрировал **возможность существования Бога в теле человека**, то это, несомненно, шаг вперед. До Христа Бог воспринимался как отдельная от человека сущность; Христос показал, что Бог и человек едины. «Ибо как Отец имеет жизнь в самом себе, так и Сыну дал иметь жизнь в самом себе; и дал ему власть производить и суд, потому что он есть Сын Человеческий». (Иоанн 5:27-28.) Он одновременно сын Бога и сын человеческий. «Господи, когда я не знаю, кто я, я служу тебе, когда я знаю, кто я, я являюсь тобой». (Рамаяна.) В каждом из нас – бесконечные силы.

Неверно было бы воспринимать Христа как невинного агнца, смиренно принявшего распятие. «Я глубоко презираю глупого сентиментального Иисуса», – говорил Ницше. На самом деле, Христос был могущественной личностью. Его поступок был сознательным выбором, шагом в его дальнейшем личностном совершенствовании. Он знал свою судьбу и много раз мог ее избежать. Еще с момента искушения в пустыне он мог стать могущественным и богатым, разделив, как говорят маги, ношу социальной обусловленности своих собратьев. Но Иисус решил пройти через катарсис. Он выбрал. «Иисус

сказал Петру: вложи меч в ножны; неужели мне не пить чаши, которую дал Мне Отец». (Иоан 18:10-11.) В его катарсис входила не только физическая боль, но и нравственная, так как, будучи невиновным, он должен был простить тех, кто привел его к смерти. Многим ли дано простить тех, ради кого они пожертвовали жизнью, а те в ответ вели себя так: «И стоял народ и смотрел. Насмехались же вместе с ними и начальники, говоря: пусть спасет Себя Самого, если он Христос, избранный Божий». (Лука 23:35.) Этот отрывок примечателен еще и тем, что показывает, каким образом божественность может проявляться в обычной плоти. Богочеловек не испепелял врагов своей волей и не сходил с креста после того, как его прибили гвоздями. Принимать и любить врагов – это не доброта, это совершенствование через катарсис. Если бы он стал на сторону одной своей части, отвергнув или уничтожив другую свою часть – врагов и боль, он отказался бы от полного познания энергий и дальнейшего духовного совершенствования. Ведь враги и боль – лишь различные аспекты его как Бога.

С философской точки зрения учение Христа не несло ничего нового. Понимание божественной сущности человека существовало до него и в Древнем Египте, и в философии Древней Греции, например у последователей Платона, и на Востоке. Христос стал Спасителем благодаря Поступку, через который не только отдельные мудрецы, но и любой необразованный человек получил возможность осознать свою божественную природу, задуматься о сложности взаимоотношений между духом и материей и принять ответственность за свое могущество. И если это поможет человечеству в его духовном росте, то поможет избежать и очередного уничтожения как вида – неудачного направления в духовном развитии вселенской сущности по имени Земля.

Христос не сентиментальный и не милосердный. Он знал вселенские законы. Он знал, что, передавая знания еще несовершенному коллективному сознанию человечества, он подводит людей к испытаниям, которые проходил сам. Поэтому мучения первых христиан, Варфоломеевская ночь, крестовые походы и инквизиция – все это есть коллективный катарсис. Нет преступления, которого бы не совершила церковь как Система. Но не могло быть другой системы, которая сохранила бы для массового сознания большей части населения смысл миссии Христа. Он не мог не понимать этого. «Не плачьте обо мне, но плачьте о себе и детях ваших; ибо приходят дни, в которые скажут: «Блаженны неплодные, и утробы неродившие, и сосцы непитавшие!» Тогда начнут говорить горам: «Падите на нас!» и холмам: «Покройте нас!» (Лук. 23:29-30.) «Предаст же брат брата на смерть и отец сына; и восстанут дети на родителей и умертвят их. И будете ненавидимы всеми за имя мое; претерпевший же до конца – спасется». (Мф. 10:21-22.) Избежать

этого он не мог. «Ибо я всегда делаю то, что Ему угодно». (Иоанн 8:29.) Христос не сентиментальный. Он требовал жестких и бескомпромиссных решений, как от себя, так и от других. «Если кто приходит ко Мне и не возненавидит отца своего и матери, и жены и детей, и братьев и сестер, а притом и жизни своей, тот не может быть моим учеником» (Лук. 14:26.) «Так всякий из вас, кто не отрешится от всего, что имеет, не может стать Моим учеником». (Лук. 14:33.)

Учение Христа нельзя назвать учением о добре; оно очень парадоксально и противоречиво, как все законы материального мира. Поэтому его словами можно оправдать и милосердие, и любое преступление. В истории это происходило не раз. Даже Гитлер очень эффективно использовал в своих выступлениях цитаты из Библии. Сложность данных – обоюдоострое оружие. С помощью них можно приближаться к истине, а можно, искусно манипулируя, уводить от нее. Истинный смысл этого учения можно постичь только с позиций квантовых законов, в соответствии с которыми одновременность существования противоположных начал – есть главный атрибут реальности. Именно благодаря противоречивости Истины любое проявление жизни можно объявить и греховным, и божественным, ведь в линейном пределе все переходит в свою противоположность. Поэтому с духовным поиском связаны и самые прекрасные, и самые отвратительные страницы истории.

Современный образованный человек вправе задать вопрос: «А была ли такая личность, как Иисус Христос, на самом деле? Может быть, это просто христианская мифология?» Историки спорят по этому вопросу. Можно предположить, что подобный человек существовал и действительно имел такую судьбу. Можно поверить так же, что он исцелял. Труднее понять, как его могла родить девственница без зачатия, или как он превратил камни в хлеб, чтобы накормить пять тысяч человек. А тем более, как он мог воскреснуть после смерти? Как метафорическое описание некоторых законов человеческого сознания мы можем это принять, но как реальное событие вряд ли. Церковники же настаивают на буквальном понимании этих историй. В этой *парадоксальности* и *неопределенности* (два важнейших качества квантового мышления) как раз и заключается успех христианства. Поэтому, если человек желает как-то определиться по сложным вопросам религии, ему придется делать это с позиций собственной картины мира, исходя из собственного понимания реальности. Из несовместимых принципов каждый выбирает то, во что верит. «По вере вашей...»

Пришло время напомнить читателю историю о Великом Инквизиторе, в которой Федор Михайлович Достоевский гениально затрагивает все вопросы, которые мы обсуждали в этой главе. Нам сильно повезло, что мы можем читать это произведение на родном языке. «Легенда о Великом Инквизиторе – одно из высочайших

достижений мировой литературы, переоценить которое невозможно». (Зигмунд Фрейд. «Достоевский и отцеубийство».) Предварить отрывок из Достоевского необходимо выдержкой из Библии. *«Тогда Иисус возведен был Духом в пустыню, для искушения от диавола. И постившись сорок дней и сорок ночей, напоследок взалкал. И приступил к Нему искушитель и сказал: если Ты Сын Божий, скажи, чтобы камни сии сделались хлебами. Он же сказал ему в ответ: написано: «не хлебом одним будет жить человек, но всяким словом, исходящим из уст Божьих». Потом берет Его диавол и ставляет его на крыле храма, и говорит ему: если Ты – Сын Божий, бросься вниз; ибо написано: «Ангелам Своим заповедает о Тебе, и на руках понесут Тебя, да не преткнешься о камень ногою Твоей». Иисус сказал ему: написано так же: «не искушай Господа Бога твоего». Опять берет его диавол на весьма высокую гору, и показывает ему все царства мира и славу их, и говорит Ему: все это дам Тебе, если падши поклонишься мне. И тогда Иисус говорит ему: отойди от меня, сатана; ибо написано: «Господу Богу твоему поклоняйся и Ему одному служи». И тогда оставляет его диавол, и се Ангелы приступили и служили Ему». (Матф. 3:1-11.)*

«Действие у меня в Испании, в Севилье, в самое страшное время инквизиции, когда во славу божью в стране ежедневно горели костры... По безмерному милосердию своему, он проходит еще раз между людей в том самом образе человеческом, в котором ходил три года между людьми пятнадцать веков назад... Он молча проходит среди них с тихою улыбкою бесконечного сострадания. Солнце любви горит в его сердце, лучи Света, Просвещения и Силы текут из очей его и, изливаясь на людей, сотрясают их сердца ответной любовью. Он простирает к ним руки, благословляет их, и от прикосновения к нему, даже лишь к одеждам его, исходит целящая сила. Вот из толпы восклицает старик, слепой с детских лет: «Господи, исцели меня, да и я тебя узрю», и вот как бы чешуя сходит с глаз его, и слепой его видит. Народ плачет и целует землю, по которой идет он. Дети бросают перед ним цветы, поют и вопиют ему: «Осанна!»

«Это он, это сам он, повторяют все, это должен быть он, это никто, как он». Он останавливается на паперти Севильского Собора в ту самую минуту, когда во храм вносят с плачем детский открытый гробик: в нем семилетняя девочка, единственная дочь одного знатного гражданина. Мертвый ребенок лежит весь в цветах. «Он воскресит твое дитя», – кричат из толпы плачущей матери. Вышедший навстречу гроба соборный патер смотрит в недоумении и хмурит брови. Но вот раздается вопль матери умершего ребенка. Она повергается к ногам его: «Если это ты, то воскреси дитя мое!» – восклицает она, простирая к нему руки. Процессия останавливается, гробик опускают на паперть к ногам его. Он глядит с состраданием, и уста его тихо и еще раз произносят: «Талифа куми» «и восста девица».

Девочка подымается в гробе, садится и смотрит, улыбаясь, удивленными раскрытыми глазками кругом. В руках ее букет белых роз, с которым она лежала в гробу. В народе смятение, крики, рыдания, и вот, в эту самую минуту, вдруг проходит мимо собора по площади сам кардинал – великий инквизитор. Это девяностолетний, почти старик, высокий и прямой, с иссохшим лицом, со впалыми глазами, но из которых еще светится, как огненная искорка, блеск. О, он не в великолепных кардинальских одеждах своих, в каких красовался вчера перед народом, когда сжигали врагов римской веры, нет, в эту минуту он лишь в старой грубой монашеской своей рясе. За ним в известном расстоянии следуют мрачные помощники и рабы его и «священная стража». Он останавливается перед толпой и наблюдает издали. Он все видел, он видел, как поставили гроб у ног его, видел, как воскресла девица, и лицо его омрачилось. Он хмурит седые брови свои, и взгляд его сверкает зловещим огнем. Он простирает перст свой и велит стражам взять его. И вот, такова его сила и до того уже приучен, покорен и трепетно послушен ему народ, что толпа немедленно раздвигается пред стражами, и те, среди гробового молчания, вдруг наступившего, налагают на него руки и уводят его. Толпа моментально, вся как один человек, склоняется головами до земли перед старым инквизитором, тот молча благословляет народ и проходит мимо. Стража проводит пленника в тесную и мрачную сводчатую тюрьму в древнем здании святого судилища и запирает в нее. Проходит день, настает темная, горячая и «бездыханная» севильская ночь. Воздух «лавром и лимоном» пахнет. Среди глубокого мрака вдруг отворяется железная дверь тюрьмы и сам старик, великий инквизитор, со светильником в руке медленно входит в тюрьму. Он один, дверь за ним тотчас же закрывается. Он останавливается при входе и долго, минуту или две, всматривается в лицо его. Наконец тихо подходит, ставит светильник на стол и говорит ему:

– Это ты? Ты? – Но, не получая ответа, быстро прибавляет: Не отвечай, молчи. Да и что бы ты мог сказать? Я слишком знаю, что ты скажешь. Да ты и права не имеешь ничего прибавлять к тому, что уже сказано тобой прежде. Зачем же ты пришел нам мешать? Ибо ты пришел нам мешать и сам это знаешь. Но знаешь ли ты, что будет завтра? Я не знаю, кто ты, и знать не хочу: ты ли это или только подобие его, но завтра же я осужу и сожгу тебя на костре, как злейшего из еретиков, и тот самый народ, который сегодня целовал твои ноги, завтра же по одному моему мановению бросится подгребать к твоему костру угли, знаешь ты это? Да, ты, может быть, это знаешь, – прибавил он в проникновенном раздумье, ни на мгновение не отрываясь взглядом от своего пленника... ..Имеешь ли ты право возвестить на хоть одну тайну того мира, из которого ты пришел? – спрашивает мой старик и сам отвечает ему за него: Нет, не имеешь, чтобы не прибавлять к тому, что уже было прежде сказано, и чтобы не

отнять у людей свободы, за которую ты так стоял, когда был на земле. Все, что ты вновь возвестишь, посягнет на свободу веры людей, ибо явится как чудо, а свобода их веры тебе была дороже всего тогда, полторы тысячи лет назад. Не ты ли так часто тогда говорил: «Хочу сделать вас свободными». Но вот ты теперь увидел этих «свободных» людей, – прибавляет вдруг старик с вдумчивою усмешкой. – Да, это дело нам дорого стоило, – продолжает он, строго смотря на него, – но мы dokonчили наконец это дело во имя твое. Пятнадцать веков мучились мы с этою свободой, но теперь это кончено и кончено крепко. Ты не веришь, что кончено крепко? Ты смотришь на меня кротко и не удостоишь меня даже негодования? Но знай, что теперь и именно ныне эти люди уверенны более чем когда-нибудь, что свободны вполне, а между тем сами же они принесли нам свободу свою и покорно положили ее к ногам нашим. Но это сделали мы, а того ль ты желал, такой ли свободы?» – Я опять не понимаю, – прервал Алеша, – он что, иронизирует, смеется?

– Нимало. Он именно ставит в заслугу себе и своим, что наконец-то они побороли свободу и сделали так для того, чтобы сделать людей счастливыми. «Ибо теперь только (то есть он, конечно, говорит про инквизицию) стало возможным помыслить в первый раз о счастье людей. Человек был устроен бунтовщиком; разве бунтовщики могут быть счастливыми? Тебя предупреждали, – говорит он ему, – ты не имел недостатка в предупреждениях и указаниях, но ты не послушал предупреждений, ты отверг единственный путь, которым можно было устроить людей счастливыми, но, к счастью, уходя, ты передал дело нам. Ты обещал, ты утвердил своим словом, ты дал нам право связывать и развязывать и уж, конечно, не можешь и думать отнять у нас это право теперь. Зачем же ты пришел нам мешать?» – А что значит: не имел недостатка в предупреждении и указании? – спросил Алеша.

– А в этом-то и состоит то главное, что старику надо высказать.

«Страшный и умный дух, дух самоуничтожения и небытия, – продолжает старик, – великий дух говорил с тобою в пустыне, и нам передано в книгах, что он будто бы «искушал» тебя. Так ли это? И можно ли было сказать хоть что-нибудь истиннее того, что он возвестил тебе в трех вопросах, и что ты отверг, и что в книгах названо «искушениями»? А между тем, если было когда-нибудь на земле совершено настоящее громовое чудо, то это в тот день, в день этих трех искушений. Именно в появлении этих трех вопросов и заключалось чудо. Если бы возможно было помыслить, лишь для пробы и для примера, что три этих вопроса страшного духа бесследно утрачены в книгах и что их надо восстановить, вновь придумать и сочинить, чтобы внести опять в книги, и для этого собрать всех мудрецов земных, правителей, первосвященников, ученых, философов, поэтов и задать им задачу: придумайте, сочините три вопроса, но такие,

которые мало того, что соответствовали бы размеру события, но и выражали бы сверх того, в трех только фразах человеческих, всю будущую историю мира и человечества, то думаешь ли ты, что вся премудрость земли, вместе соединившаяся, могла бы придумать хоть что-нибудь подобное по силе и глубине тем трем вопросам, которые действительно были предложены тебе тогда могучим духом в пустыне? Уж по одним вопросам этим, лишь по чуду их появления, можно понимать, что имеешь дело не с человеческим текущим умом, а с вековым и абсолютным. Ибо в этих трех вопросах как бы совокуплена в одно целое и предсказана вся дальнейшая история человеческая и явлены три образа, в которых сойдутся все неразрешимые исторические противоречия человеческой природы на всей земле. Тогда это не могло быть еще так видно, но теперь, когда прошло пятнадцать веков, мы видим, что все в этих трех вопросах до того угадано и предсказано и до того оправдалось, что прибавить к ним или убавить от них ничего нельзя более. Реши же сам, кто был прав: ты или тот, который тогда вопрошал тебя? Вспомни первый вопрос; хоть не буквально, но смысл его тот: «Ты хочешь идти в мир и идешь с голыми руками, с каким-то обетом свободы, которого они, в простоте своей и в прирожденном бесчинстве своем, не могут и осмыслить, которого боятся они и страшатся, ибо ничего и никогда не было для человека и для человеческого общества невыносимее свободы! А видишь ли сии камни в этой нагой раскаленной пустыне? Обрати их в хлебы, и за тобой побежит человечество как стадо, благодарное и послушное, хотя вечно трепещущее, что «отымешь руку свою и прекратятся им хлебы твои». Но ты не захотел лишить человека свободы и отверг предложение, ибо какая же свобода, рассудил ты, если послушание куплено хлебами? Ты возразил, что человек жив не единым хлебом, но знаешь ли, что во имя этого самого хлеба земного и восстанет на тебя дух земли, и сразится с тобою, и победит тебя, и все пойдут за ним, восклицая: «Кто подобен зверю сему, он дал нам огонь с небеси!» Знаешь ли ты, что пройдут века, и человечество провозгласит устами своей премудрости науки, что преступления нет, а стало быть, нет и греха, а есть лишь только голодные. «Накорми, тогда и спрашивай с них добродетели!» – вот что напишут на знамени, которое воздвигнут против тебя и которым разрушится храм твой... ..О, никогда, никогда без нас они не накормят себя! Никакая наука не даст им хлеба, пока они будут оставаться свободными, но кончится тем, что они принесут свою свободу к ногам нашим и скажут нам: «Лучше поработите нас, но накормите нас». Поймут наконец сами, что свобода и хлеб земной вдоволь для всякого вместе немыслимы, ибо никогда, никогда не сумеют ониделиться между собою! Убедятся тоже, что не могут быть никогда и свободными, потому что малосильны, порочны, ничтожны и бунтовщики. Ты обещал им хлеб небесный, но, повторяю опять, может

ли он сравниться в глазах слабого, вечно порочного и вечно неблагородного людского племени с земным? И если за тобою во имя хлеба небесного пойдут тысячи и десятки тысяч, то что станется с миллионами и с десятками тысяч миллионов существ, которые не в силах будут пренебречь хлебом земным от небесного? Иль тебе дороги лишь десятки тысяч великих и сильных, а остальные миллионы, многочисленные, как песок морской, слабых, но любящих тебя, должны лишь послужить материалом для великих и сильных? Нет, нам дороги и слабые. Они порочны и бунтовщики, но под конец они-то станут и послушными. Они будут дивиться на нас и будут считать нас за богов за то, что мы, став во главе их, согласились выносить свободу и над ними господствовать: так ужасно им станет под конец быть свободными! Но мы скажем, что послушны тебе и господствуем во имя твое. Мы их обманем опять, ибо тебя уж не пустим к себе. В обмане этом и будет заключаться наше страдание, ибо мы должны будем лгать. Вот что значил этот первый вопрос в пустыне, и вот что ты отверг во имя свободы, которую поставил выше всего. А между тем в вопросе этом заключалась великая тайна мира сего. Приняв «хлебы», ты бы ответил на всеобщую и вековую тоску человеческую как единоличного существа, так и целого человечества вместе, это: «Пред кем преклониться?» Нет заботы непрерывнее и мучительнее для человека, как, оставшись свободным, сыскать поскорее того, пред кем преклониться. Но ищет человек преклониться пред тем, что уже бесспорно, чтобы все люди разом согласились на всеобщее пред ним преклонение. Ибо забота этих жалких созданий не в том только состоит, чтобы сыскать такое, чтоб и все уверовали в него и преклонились пред ним, и чтобы непременно *все вместе*. Вот эта потребность *общности* преклонения и есть главнейшее мучение каждого человека единолично и как целого человечества с начала веков. Из-за всеобщего преклонения они истребляли друг друга мечом. Они созидали богов и зывали друг к другу: «Бросьте ваших богов и придите поклониться нашим, не то смерть вам и богам вашим!» И так будет до скончания мира, даже и тогда, когда исчезнут в мире и боги: все равно падут пред идолами. Ты знал, ты не мог не знать эту основную тайну природы человеческой, но ты отверг единственное абсолютное знамя, которое предлагалось тебе, чтобы заставить всех преклониться пред тобою бесспорно, знамя хлеба земного, и отверг во имя свободы и хлеба небесного. Взгляни же, что сделал ты далее. И все опять во имя свободы! Говорю тебе, что нет у человека заботы мучительнее, как найти того, кому передать поскорее этот дар свободы, с которым это несчастное существо рождается. Но овладевает свободой людей лишь тот, кто успокоит их совесть. С хлебом тебе давалось бесспорное знамя: дашь хлеб, и человек преклонится, ибо ничего нет бесспорнее хлеба, но если в то же время кто-нибудь овладеет его совестью помимо тебя, о, тогда он даже

бросит хлеб твой и пойдет за тем, который обольстит его совесть. В этом ты был прав. Ибо тайна бытия человеческого не в том, чтобы только жить, а в том, для чего жить. Без твердого представления о себе, для чего ему жить, человек не согласится жить и скорее истребит себя, чем останется на земле, хотя бы кругом его всё были хлеба. Это так, но что же вышло: вместо того, чтобы овладеть свободой людей, ты увеличил им ее еще больше! Или ты забыл, что спокойствие и даже смерть человеку дороже свободного выбора в познании добра и зла? Нет ничего обольстительнее для человека, как свобода его совести, но нет ничего и мучительнее. И вот вместо твердых основ для успокоения совести человеческой раз и навсегда ты взял все, что есть необычайного, гадательного и неопределенного, взял все, что было по силам людям, а потому поступил как бы и не любя их вовсе, это кто же: тот, который пришел отдать за них жизнь свою! Вместо того чтоб овладеть людскою свободой, ты умножил ее и обременил ее мучениями душевное царство человека вовеки. Ты возжелал свободной любви человека, чтобы свободно пошел он за тобою, прельщенный и плененный тобою. Вместо твердого древнего закона, свободным сердцем должен был человек решать впредь сам, что добро и что зло, имея лишь в руководстве твой образ пред собою, но неужели ты не подумал, что он отвергнет же наконец и оспорит даже и твой образ и твою правду, если его угнетут таким страшным бременем, как свобода выбора? Они воскликнут наконец, что правда не в тебе, ибо невозможно было оставить их в смятении и мучении более, чем сделал ты, оставив им столько забот и неразрешимых задач. Таким образом, сам ты и положил основание к разрушению своего же царства и не вини никого в этом более. А между тем то ли предлагалось тебе? Есть три силы, единственные три силы на земле, могущие навеки победить и пленить совесть этих слабосильных бунтовщиков, для их счастья это силы: чудо, тайна и авторитет. Ты отверг и то, и другое, и третье и сам подал пример тому. Когда страшный и премудрый дух поставил тебя на вершине храма и сказал тебе «Если хочешь узнать, сын ли ты божий, и докажешь, то верзись вниз, ибо сказано про того, что ангелы подхватят и понесут его, и не упадет и не расшибется, и узнаешь тогда, сын ли ты божий, и докажешь тогда, какова вера твоя в отца твоего», но ты, выслушав, отверг предложение и не поддался и не бросился вниз. О, конечно, ты поступил тут гордо и великолепно как бог, но люди-то, но слабое бунтующее пламя это они-то боги ли? О, ты понял тогда, что, сделав лишь шаг, лишь движение броситься вниз, ты тотчас бы и искусил Господа, и веру в него всю потерял, и разбился бы о землю, которую спасать пришел, и возрадовался бы умный дух, искушавший тебя. Но, повторяю, много ли таких как ты? И неужели ты в самом деле мог допустить хоть минуту, что и людям будет под силу подобное искушение? Так ли создана природа человеческая, чтобы отвергнуть чудо и в такие страшные моменты жизни, моменты

самых страшных, основных и мучительных душевных вопросов своих оставаться лишь со свободным движением сердца? О, ты знал, что подвиг твой сохранится в книгах, достигнет глубины времен и последних пределов земли, и понадеялся, что, следуя тебе, и человек останется с богом, не нуждаясь в чуде. Но ты не знал, что чуть лишь человек отвергнет чудо, то тотчас отвергнет и бога, ибо человек ищет не столько бога, сколько чудес. И так как человек оставаться без чуда не в силах, то насоздаст себе новых чудес, уже собственных, и поклонится уже знахарскому чуду, бабьему колдовству, хотя бы он сто раз был бунтовщиком, еретиком и безбожником. Ты не сошел с креста, когда кричали тебе, издеваясь и дразня тебя: «Сойди со креста, и уверуем, что это ты». Ты не сошел потому, что опять-таки не захотел поработить человека чудом и жаждал свободной веры, а не чудесной. Жаждал свободной любви, а не рабских восторгов невольников пред могуществом, раз навсегда его ужаснувшим. Но и тут ты судил о людях слишком высоко ибо, конечно, они невольники, хотя и созданы бунтовщиками. Озрись и суди, вот прошло пятнадцать веков, поди посмотри на них: кого ты вознес до себя? Клянусь, человек слабее и ниже создан, чем ты о нем думал! Может ли, может ли он исполнить то, что и ты? Столь уважая его, ты поступил, как бы перестав ему сострадать, потому что слишком много от него и потребовал, и это кто же, тот, который возлюбил его более самого себя! Уважая его менее, менее бы от него и потребовал, а это было бы ближе к любви, ибо легче была бы ноша его. Он слаб и подл. Что в том, что он теперь повсеместно бунтует против нашей власти и гордится, что он бунтует? Это гордость ребенка и школьника. Это маленькие дети, взбунтовавшиеся в классе и выгнавшие учителя. Но придет конец и восторгу ребятишек, он будет дорого стоить им. Они ниспровергнут храмы и зальют кровью землю. Но догадаются наконец глупые дети, что хоть и бунтовщики, но бунтовщики слабосильные, собственного бунта своего не выдерживающие. Обливаясь глупыми слезами своими, они сознаются наконец, что создавший их бунтовщиками, без сомнения, хотел посмеяться над ними... ..И чем виноваты остальные слабые люди, что не смогли вытерпеть того, что могучие? Чем виновата слабая душа, что не смогла вместить столь страшных даров?... ..Мы исправили подвиг твой и основали его на чуде, тайне и авторитете. И люди обрадовались, что их вновь повели как стадо и что с сердец их снят наконец столь страшный дар, принесший им столько муки. Правы мы были, уча и делая так, скажи? Неужели мы не любили человечества, столь смиренно сознав его бессилие, с любовью облегчив его ношу и разрешив слабосильной природе его хотя бы и грех, но с нашего позволения? К чему же ты пришел нам мешать? И что ты молча и проникновенно глядишь на меня кроткими глазами своими? Рассердись, я не хочу любви твоей, потому что сам не люблю тебя? И что мне скрывать от тебя? То, что имею сказать тебе, все тебе

уже известно, я читаю это в глазах твоих, и я ли скрою от тебя тайну нашу? Может быть, ты именно хочешь услышать ее из уст моих, слушай же: мы не с тобой, а с *ним*, вот наша тайна! Мы давно уже не с тобою, а с *ним*, уже восемь веков. Ровно восемь веков назад мы взяли от него то, что ты с негодованием отверг, тот последний дар, который он предлагал тебе, показав тебе все царства земные: мы взяли от него Рим и меч кесаря и объявили лишь себя царями земными... ..Ибо кому же владеть людьми, как не тем, которые владеют их совестью и в чьих руках хлебы их. Мы и взяли меч кесаря, а взяв его, конечно, отвергли тебя и пошли за *ним*... ..У нас же все будут счастливы и не будут более ни бунтовать, ни истреблять друг друга, как в свободе твоей повсеместно. О, мы убедим их, что они тогда только и станут свободными, когда откажутся от свободы своей для нас и нам покоряться. И что же, правы мы будем или солжем? Они сами убедятся, что правы, ибо вспомнят, до каких ужасов рабства и смятения доводила их свобода твоя... ..Тогда дадим им тихое смиренное счастье, счастье слабосильных существ, какими они и созданы. О, мы убедим их наконец не гордиться, ибо ты вознес их и тем научил гордиться; докажем им, что они слабосильны, что они только жалкие дети, но что детское счастье слаще всякого... ..Мы заставим их работать, но в свободные от труда часы мы устроим им жизнь как детскую игру, с детскими песнями, хором, с не-винными плясками. О, мы разрешим им и грех, они слабы и бессильны, и они будут любить нас, как дети, за то, что мы им позволим грешить. Мы скажем им, что всякий грех будет искуплен, если сделан будет с нашего позволения; позволяем же им грешить потому, что их любим, наказание же за эти грехи, так и быть, возьмем на себя. И возьмем на себя, а нас они будут обожать, как благодетелей, понесших на себе их грехи пред богом. И не будет у них никаких от нас тайн. Мы будем позволять или запрещать им жить с их женами и любовницами, иметь или не иметь детей – все судя по их послушанию – и они будут нам покоряться с весельем и радостью. Самые мучительные тайны их совести – всё, всё понесут нам и мы всё разрешим, и они поверят решению нашему с радостью, потому что оно избавит их от великой заботы и страшных теперешних мук решения личного и свободного. И все будут счастливы, все миллионы существ, кроме сотни тысяч управляющих ими. Ибо лишь мы, мы, хранящие тайну, только мы будем несчастны. Будут тысячи миллионов счастливых младенцев и сто тысяч страдальцев, взявших на себя проклятие познания добра и зла. Тихо умрут они, тихо угаснут во имя твое и за гробом обрящут лишь смерть. Но мы сохраним секрет и для их же счастья будем манить их наградой небесною и вечною. Ибо если б и было что на том свете, то уж, конечно, не для таких как они... ..Знай, я не боюсь тебя. Знай, что и я был в пустыне, что и я питался акридами и кореньями, что и я благословлял свободу, которою ты благословил людей, и я

готовился стать в число избранников твоих, в число с жаждой «восполнить число». Но я очнулся и не захотел служить безумию. Я ушел от гордых и воротился к смиренным для счастья этих смиренных. То, что я говорю тебе, сбудется, и царство наше сожидется. Повторяю тебе, завтра же ты увидишь это послушное стадо, которое по первому мановению моему бросится подгрести горячие угли к костру твоему, на котором сожгу тебя за то, что пришел нам мешать. Ибо если был, кто всех более заслужил костер, то это ты. Завтра сожгу тебя. Dixi. (лат. «Я сказал».) (Достоевский. «Братья Карамазовы».)

Разговор о религии завершим интересным отрывком из книги Карлоса Кастанеды «Огонь изнутри», который раскрывает некоторые аспекты взаимоотношений сознания и бессознательного и в какой-то мере объясняет многообразие религиозного опыта.

«И он подробно описал, что представляет собой человеческая матрица. Он сказал, что это похоже на гигантский штамп, который без конца штампует человеческие существа, как будто некий гигантский конвейер доставляет к нему заготовки и уносит готовые экземпляры. Он объяснил также, что каждому биологическому виду соответствует своя матрица... Дон Хуан сказал, что у древних видящих и мистиков нашего мира была одна общая черта, и тем и другим удавалось увидеть человеческую матрицу, но ни те, ни другие не поняли, что это такое. Веками мистики потчевали нас душещипательными отчетами о своем духовном опыте. Но отчеты эти, при всей их красоте, содержали в себе грубейшую и совершенно безнадежную ошибку: их составители верили во всемогущество человеческой матрицы. Они думали, что это и есть вездесущий творец. Примерно так же интерпретировали матрицу и древние видящие. Они считали, что это добрый дух, защитник человека.

И только у новых видящих хватило уравновешенности на то, чтобы, увидев матрицу, трезво понять, что это такое. Они смогли осознать: человеческая матрица не есть творец, но просто структура, составленная всеми мыслимыми и немыслимыми атрибутами и характеристиками человека, всеми, какие только могут в принципе существовать. Матрица наш Бог, поскольку все, что мы собой представляем, ею отштамповано, но вовсе не потому, что она творит нас из ничего по своему образу и подобию. И когда мы преклоняем колени перед человеческой матрицей, мы совершаем поступок, от которого весьма заметно несет высокомерием и антропоцентризмом.

Я ужасно разволновался, слушая объяснение дона Хуана. Я никогда не считал себя особо благочестивым католиком, однако его богохульные интерпретации меня шокировали. В конце концов я не выдержал и перебил его, заявив, что считаю существование Бога реальностью. – Твоя, как, впрочем, и чья угодно вера в существование Бога основана лишь на том, что кто-то кому-то когда-то сказал, а не на твоём непосредственном видении, – продолжал дон Хуан. Но если бы

ты даже мог видеть, ты все равно неизбежно допустил бы ту же ошибку, что и мистики. Каждый, кто видит человеческую матрицу, автоматически принимает ее за Бога.

Дон Хуан назвал мистический опыт случайным видением... Он заявил, что выносить верные суждения по данному вопросу могут только новые видящие, поскольку они искоренили случайное видение, заменив его способностью видеть человеческую матрицу в любой необходимый им момент.

И они увидели, что то, что мы называем Богом, есть статический прототип человеческого образа, не имеющий никакой силы, поскольку человеческая матрица ни при каких обстоятельствах не может ни помочь нам в наших действиях, ни наказать нас за несправедливые дела, ни воздать нам за дела праведные.

Все, что он говорил, причиняло мне настоящие страдания... Когда я дошел до такой степени раздражения, что готов был начать на него кричать, он сдвинул меня в состояние еще более повышенного осознания, ударив по правой стороне туловища между тазом и ребрами. Этот удар отправил меня парить в радужном свете, в лучезарном источнике мира и дивной благодати. Этот свет был небом, оазисом в окружающей меня черноте.

Субъективно я ощущал, что время остановилось. Я видел этот свет неизмеримо долго. Описать словами все великолепие того, что я созерцал, не было никакой возможности, но понять, что делает это столь прекрасным, я тоже не мог. Затем я подумал, что ощущение красоты порождается чувством гармонии, мира, покоя и столь долгожданной безопасности. Дышать было так легко, я вдыхал и выдыхал, пребывая в состоянии абсолютного покоя. Какое дивное изобилие! Без тени сомнения я знал это и есть Бог, источник всего сущего, и я встретился с Ним лицом к лицу. И я знал: он любит меня. Бог есть любовь и всепрощение – это я тоже знал. Свет омывал меня, я был очищен и спасен. Я не был властен над собой, я рыдал. В основном о себе. Этот свет и я. Боже, как недостойн и мерзок я.

Вдруг в ушах моих зазвучал голос дон Хуана. Он велел мне идти дальше, подняться над матрицей. Он говорил, что матрица всего лишь ступень, передышка, которая дает временное пристанище, сообщая мир и безмятежность тому, кто отправляется в неизвестное. Но она бесплодна и статична. Она есть одновременно плоское отображение в зеркале и само зеркало. Плоское отражение есть образ человека. Я страстно отверг сказанное доном Хуаном. Я восстал против его богохульных и святотатственных речей. Мне хотелось послать его подальше, но я не мог преодолеть связывающую силу моего видения. Я был ею пойман. Дон Хуан, казалось, в точности знал все, что я думаю. – Ты не можешь послать нагваля, – сказал он у меня в ушах. – Ибо нагваль дает тебе видение. Это искусство нагваля, его сила. Нагваль тот, кто тебя ведет. И тут я кое-что понял относительно этого

голоса. Инициатором моего видения действительно был нагваль Хуан Матус. Именно его искусство и сила заставили меня увидеть Бога.

Он сказал, что Бог – шаблон человека. И я знал, что он прав. Но я не мог с этим согласиться, причем не из упрямства или злости, но просто потому, что мною всецело владело чувство преданности и любви к Божеству, бывшему передо мной. Со всей страстностью, на какую я только был способен, всматривался я в этот свет. Он как бы сконденсировался, обретая форму, и я увидел очертания человека. Сияющего человека, от которого исходило благословение, любовь, понимание, искренность и истина. Человека, воплощавшего в себе всю сумму добра.

Страсть, которая меня охватила, когда я увидел этого человека, превосходила все, когда-либо мной испытанное. Я рухнул на колени. Я жаждал поклоняться воплощенному Богу, но тут вмешался дон Хуан. Он ударил меня по верхней части грудной клетки слева, возле лопатки, и я тут же потерял Бога из виду.

Я остался, охваченный мучительным чувством: некой смесью сожаления, воодушевления, уверенности и сомнений. Дон Хуан меня высмеял. Он сказал, что я набожен и легкомыслен, что из меня мог бы получиться дивный священник, а теперь к тому же и пророк – лидер религиозной концессии, видевший Бога. И он язвительно посоветовал мне взяться за проповедничество и описывать всем то, что я видел. – А мужчина? Ты ведь не можешь забыть, что Бог – мужчина. Удобно то как, а? – с улыбкой добавил в тот раз дон Хуан. – Бог мужского пола. Облегчение какое!...

Тут я вспомнил, что за все годы обучения видел человеческую матрицу еще пять раз. И с каждым следующим разом реакция на нее становилась все менее и менее бурной. Но справиться с тем фактом, что я вижу Бога мужского пола, мне не удавалось. Дон Хуан полагал, что будь я женщиной, человеческая матрица, которую я видел, вероятнее всего, была бы структурой человеческого существа женского пола. Дон Хуан был прав, говоря, что преимущество новых видящих состоит в их способности видеть человеческую матрицу по собственному желанию сколь угодно часто. Но для меня гораздо большее значение имела их уравновешенность, которая позволила трезво подойти к исследованию того, что они видели.

Затем дон Хуан встал и сказал, что пришло время вернуться и пройтись по городу, поскольку человеческую матрицу я должен увидеть, находясь среди людей. В молчании мы дошли до площади, но прежде, чем мы на нее вышли, я ощутил неудержимый всплеск энергии и ринулся вдоль по улице к окраине городка. Я вышел на мост. Человеческая матрица словно специально там дожидалась меня. Я увидел ее дивный теплый янтарный свет.

Я упал на колени, но это не было продиктовано набожностью, а явилось физической реакцией на чувство благоговения. Зрелище

человеческой матрицы было в этот раз еще более удивительным, чем когда-либо прежде. Я почувствовал, как сильно я изменился с того времени, когда видел ее впервые. В этом чувстве не было ни высокомерия, ни самолюбования, просто все, что я увидел и узнал за прошедшие годы, позволило мне гораздо лучше и глубже постичь возникшее перед моими глазами чудо. Сначала человеческая матрица была наложена на мост. Потом я немного изменил фокусировку и увидел, что человеческая матрица простирается вверх и вниз в бесконечность, а мост крохотный узор, полупрозрачный набросок, нарисованный на бесконечности. Такими же были и микроскопические фигурки прохожих, с нескрываемым любопытством меня разглядывавших. Но я был недосыгаем для них, хотя именно в этот момент открытость и уязвимость мои достигли максимума. Человеческая матрица была бессильна защитить меня или пощадить, но все равно я любил ее страстно, и страсть моя не знала границ.

Я подумал, что теперь понимаю слова дона Хуана, неоднократно от него слышанные: привязанность не может основываться на взаимной выгоде. Я бы с радостью навек остался слугой человеческой матрицы, и не за то, что она мне что-то дает, ведь дать она ничего не может, а просто из-за чувства, которое я к ней испытывал. Я ощутил, как что-то потянуло меня прочь. Прежде чем исчезнуть, я закричал, что-то обещая человеческой матрице, но закончить не успел: мощная сила подхватила меня и сдула прочь. Я стоял на коленях посреди моста, а собравшиеся вокруг крестьяне надо мной смеялись.

Подошел дон Хуан, помог мне встать и отвел домой.

– Человеческую матрицу можно видеть в двух различных образах, – начал он, как только мы сели, – в образе человека и в образе света... Новые видящие настаивают на необходимости увидеть и понять человеческую матрицу... А ты уверен в том, что понял, чем в действительности является человеческая матрица? – спросил он с улыбкой.

– Уверяю тебя, дон Хуан, я полностью отдаю себе отчет в том, что такое человеческая матрица! – сказал я.

– Но, подходя к мосту, я слышал, как ты кричал матрице какую-то чушь, – заметил он с язвительнейшей улыбкой.

Я сказал, что чувствовал себя бесполезным слугой, который поклоняется бесполезному господину, и все же искренняя привязанность заставила меня пообещать неумирающую любовь.

Дон Хуан нашел это весьма занятным и смеялся до тех пор, пока совсем едва не задохнулся.

– Бесполезное обещание, данное бесполезным слугой бесполезному господину, – прокомментировал он и снова захлебнулся смехом.

Отстаивать свою позицию мне не хотелось. То, что я чувствовал по отношению к человеческой матрице, было с моей стороны даром, взамен за который я даже не думал что-либо получить. И бесполезность данного обещания не имела ровным счетом никакого значения».

Мистическое видение не оставляет сомнений в его подлинности для испытавшего, так же как у шизофреника нет сомнений в подлинности его галлюцинаций. Точно так же параноик обладает подлинной уверенностью в том, что против него составлен заговор, и он постоянно находит подтверждения этому. Тот же Кастанеда писал: «Я тогда не мог избавиться от мысли, что теряю рассудок. – По всем обычным понятиям ты его действительно терял, – пояснил дон Хуан, – но, с точки зрения видящих, даже если ты его теряешь, то теряешь не так уж много. Рассудок в их представлении не более чем созерцание инвентарного списка. (Инвентарный список – ставшие привычными и автоматически повторяющиеся формы восприятия, оценки и суждения. – А.Н.) Потеря самосозерцания без разрушения основ в действительности открывает возможность жить более полной и сильной жизнью, чем та, которой мы живем, пока созерцание инвентарного списка довлеет над нами». Голубая мечта психиатрии – четкая граница между нормой и безумием. Но этой мечте не суждено сбыться, наоборот, с дальнейшим познанием психики граница все более размывается. Все богатство человеческих переживаний не поддается классификации. Здоровье по ВОЗ – Всемирной Организации Здравоохранения – состояние полного физического, духовного и социального удовлетворения. Если придерживаться мерки этого определения, здоровых на свете мало, ничтожно мало. Как сказал бы математик, когда понятие здоровья стремится к бесконечности, количество здоровых стремится к нулю.

Сегодня здоровье, а особенно психическое здоровье, – социальная относительность. Известный психиатр Лейнг считает, что мистический опыт больного-психотика есть дар божий, ниспосланное свыше путешествие по внутреннему пространству. Ошибка нашей цивилизации в том, что она пытается объявить сумасшедшими тех, кто пытается выйти за пределы бессознательной бредовой системы общества. То, что общество считает нормальным, на самом деле является верхом сумасшествия. В попытке найти выход из неразрешимых внутренних конфликтов шизофреник идет на отчуждение от собратьев. Это начинающие выздоравливать, а так называемые нормальные настолько больны, что даже не догадываются о своем безумии. То, что мы называем воспринимаемой нами реальностью, есть разделяемая всеми галлюцинация, далеко зашедшая болезнь нашей цивилизации. Психоз дает выход к иному миру, освобождает от адаптационных механизмов бывшей реальности.

Общество полно бредовых идей. Человек, разделяя бредовую идею, может посвятить ей всю жизнь и признаваться весьма разумным. А более разумный признается больным только потому, что не разделяет бред большинства. Обыватель – это человек, который постоянно и с большой серьезностью делает реальность, которая на самом деле не реальна. Считается, что подсознание психотика находится в постоянном бегстве от реальности, которую он считает неприемлемой. Но создание нашего «разумного» мира также является бегством от истинной реальности. Мы боимся сойти с ума, но мы уже сумасшедшие. Как в притче.

Один мудрец и пророк обратился к людям с предостережением. Он предсказал, что вода во всех окрестностях скоро изменится, и те, кто будут ее пить, станут сумасшедшими. Только один человек обратил внимание на это предостережение. Он запасся водой на длительный срок и ждал исполнения пророчества.

Наступило время, вода действительно изменилась. Человек, который пил запасенную им воду, вскоре обнаружил, что теперь все говорят и думают совсем иначе, чем раньше, и не помнят о том, что было прежде. Когда он попытался напомнить им о предостережении, поговорить с ними, то понял, что они считают его безумцем. Они либо сердились, либо сочувствовали ему, но никто его не понимал. Сначала он старался не пить новую воду и каждый день возвращался к своим старым припасам. Но со временем он изменил свое решение, так как не мог выносить одиночества и необходимости жить, думать и вести себя иначе, чем все остальные. Напившись новой воды, он стал таким же, как все окружающие. Он сразу же забыл о своем хранилище, а все, кто его знал, решили, что он чудесным образом исцелился от безумия, став нормальным человеком. (Идрис Шах. «Сказки дервишей».)

Люди говорят нам с самого рождения, что мир такой-то и такой-то. У нас нет выбора, кроме как видеть мир таким, каким он является по словам людей. Первичные постулаты мировоззрения всегда воспринимаются человеком на веру. Они становятся нашими убеждениями.

Каждый человек верит в правильность его собственного описания мира, навешивая ярлыки дураков на инакомыслящих, не понимая, что его собственный мир не истина, а принятая когда-то на веру система интерпретаций. Нет дураков, есть несовпадение реальностей. С одной стороны, нас раздражают те, кто не согласен с нашим описанием мира, а с другой, мы сами пытаемся вписаться в коллективный театр абсурда. Если нам это удалось, мы в порядке, если нет – неудачники.

Во все века мыслящие представители человечества говорили, что дорога, по которой идут все, сомнительна. Все это и имел в виду Джордано Бруно, когда говорил на суде инквизиции: «Меня обвиняют

в том, что я хотел перевернуть мир, но, может быть, и неплохо было бы перевернуть перевернутый мир». Вот почему гениями считали тех, кто сокрушал старые интерпретации окружавшего их мира. Иное понимание одних и тех же явлений и даже психическая болезнь являются всего лишь другим видом существования таких же безграничных существ, как и мы. Гениальность и помешательство часто идут рядом. «Я отличаюсь от сумасшедшего только тем, что я не сумасшедший», – высказался как-то Сальвадор Дали. Эйнштейн не иначе был шизофреником, если додумался до того, что пространство искривляется. Это шутка, а правдой является то, что душевнобольными (либо находящимися в пограничном состоянии) были великие ученые Декарт, Паскаль, Ньютон и Фарадей, классики философии Ницше, Кант и Шопенгауэр. Всевозможными маниями, фобиями и явно ненормальным поведением обладала чуть ли не половина великих писателей. Художники Ван Гог, Врубель, Гой, композиторы Шуман и Шуберт страдали от маниакально-депрессивного психоза. Это только поверхностное перечисление, а если еще перечислять завоевателей, религиозных лидеров и известных политиков с психическими отклонениями, то необходимо будет создать целую энциклопедию. Необузданная смелость в творчестве, умение заглянуть за пределы привычного, способность к озарениям и целостному охвату большого количества фактов, отрешенность от мира, следование сверхценной идее, игнорирование так называемых норм мышления и поведения, переход от маниакальной сверхработоспособности к беспросветным депрессиям и страхам – все это присуще многим великим писателям, художникам, ученым и бизнесменам. И шизофреникам. У пророков, героев, вероисцелителей, вождей и основателей сект мы наблюдаем то же самое. Большинство из них не были шарлатанами и конъюнктурщиками. Они верили в свое предназначение и в свой дар. Некоторые особенности их мышления и поведения можно назвать отклонениями от нормы, зато это компенсировалось превосходящей ум интуицией, идущей из самых глубин их существа. Безумцы, имея не логику, а веру или ненависть, бред или маниакальность, умели затронуть сокровенные струны людей. Непостижимым образом то ли маньяки без тормозов, то ли сумасшедшие с бредовыми идеями становились повелителями тел и разумов.

Писатели и ученые, поэты и живописцы, пророки и завоеватели безумны. А мы, нормальные люди, разделяем их бред, ставший теперь нормой. Затем мы объявляем безумцами новых гениев, а они, в свою очередь, станут нормой у следующего поколения.

Патологические проявления не только широко распространены в социальной жизни, они очень часто приносят успех. Ничем не подкрепленная уверенность, которую можно рассматривать как следствие неадекватной оценки реальности, приводит к

материальному успеху, который часто недоступен реалистам. Точно так же иррациональная неудовлетворенность, приводящая к невротической мотивации, возводит человека на вершины власти и успеха. Если учесть, что большинство нормальных людей стремится к успеху, остается посоветовать им стать немного шизофрениками. «История – учебник разочарования. В ней действуют или плуты, или честные дураки». (Тонкур.) «Все великое совершали либо сумасшедшие, которые верили, что это возможно, либо дураки, которые не знали, что это невозможно».

Были опубликованы результаты психологического эксперимента. Испытуемых разделили на две группы. В первую входили депрессивники и неудачники, а во вторую люди преуспевающие. Их просили дать оценку себе, другим людям, событиям по параметрам, которые устроители эксперимента могли объективно оценить. Получили результат, прямо противоположный ожидаемому. Оказывается, неудачники и депрессивники намного объективнее оценивали мир и себя в нем. Поистине перевернутый мир. Поэтому психиатрия не может определить, что же считать здоровьем: (а) состояние удовлетворения, (б) объективную оценку реальности или (в) способность эту реальность изменять. И то, и другое, и третье могут привести как на трон короля, так и в палату психлечебницы. То же может сделать вас миллиардером, и то же приведет в тюрьму.

Если считать здоровьем состояние удовлетворения, то тогда здоровым будет тот, кто проигрывает, не испытывая досады, обманывает, не краснея, делает больно, не испытывая вины. На самом деле, неудовлетворенность присуща каждому человеку на Земле. «Нет исцеления от жажды награды, от пытки неудовлетворенных страстей, пока не станешь единым с Ним». (Блаватская.) «Я всегда говорил, что быть человеком – это значит чувствовать себя неполноценным». (Адлер.)

Объективная оценка реальности тоже не показатель здоровья, поскольку, как мы увидели из экспериментов психологов, это не всегда помогает реальности изменять. В то же время способность изменять мир и добиваться своего не требует объективности. Иногда для этого требуется самому верить в ложь и вбивать ее в голову других, пока они тоже не поверят. Если кому-либо это удастся, то он гений или мессия, если нет – душевнобольной.

Таким образом, и психиатрия приводит нас к отсутствию определенности. Глубокий логический анализ психиатрии приведет нас к выводу, согласующемуся с квантовой физикой и мистическим учением древних. А именно: каждый человек, а не только душевнобольной, сознанием творит собственную реальность. Именно здесь лежит ответ на вопрос о существовании инопланетян. Здесь же лежит и ответ на вопрос о создании новой реальности, например,

такой, где вы добились успеха. Таким образом, в создании новой реальности всегда задействовано *бессознательное*. А так как *бессознательное* – могучая и опасная область, не каждый может «переварить» контакт с ним. *«Сумасшедший тонет в тех же водах, в которых купается мистик».*

Но об этом мы поговорим в следующей главе.

ГЛАВА ТРЕТЬЯ

ЭТОТ БЕЗУМНЫЙ МИР

Встреча с марсианином – психиатрические симптомы – индукция, или почему сосед хромого сам хромать начинает – мир как воля и представление – тоннель реальности – зачем мы материализуем проблемы

Мир шизофреника может дать поразительно много информации для исследователя психики. Не хуже, чем самые продвинутые святые, он открывает нам загадочность личной реальности человека, позволяет оценить всю сложность наших отношений с *бессознательным*. Диапазон изменения сознания у психбольного не просто охватывает весь спектр ощущений обычного человека, а значительно превосходит его как по силе переживаний, так и по богатству воспринимаемых миров. В самой изощренной фантазии не представишь того, что испытывает шизофреник как реальность. Проявления болезни очень многообразны, начиная от самых незначительных, когда больной ведет успешную социальную жизнь, до таких, которые приводят к абсурдному поведению, преступлениям или полной отрешенности. Человек может просто неподвижно лежать в постели, в то же время ощущая себя исторической личностью, святым, героем других исторических эпох, встречаясь с богами, участвуя в атомных войнах, присутствуя при гибели Вселенной, подвергаясь пыткам или получая высшее наслаждение. Его мир простирается от всевластия Бога до полной подчиненности чужой силе, от великих прозрений до полного отупения, от бесконечной полноты своего Я до чувства собственного несуществования. Причем чувство несуществования бывает настолько мучительно, что больные льют на себя кипяток и поджигают на себе одежду, надеясь, что хотя бы боль поможет им почувствовать состояние «Я есть».

Часто больной продолжает жить в обычной жизненной среде, ходить на работу, иметь семью. При этом его бредовые конструкции и галлюцинации накладываются на реальность. Иногда он может ощущать болезненность и «ненормальность» своих переживаний, но не в состоянии от них избавиться. Однако, обычно он лишается возможности критической оценки происходящего. Болезнь очень часто придает бредовым идеям и галлюцинациям качество убедительности. Ведь вы же не сомневаетесь, что книга, которую вы сейчас держите в руках, реальна. Это и есть убедительность восприятия. Больному кажется совершенно реальным то, чего другие не замечают. Представьте, вы встретили друга, поздоровались с ним и

стали общаться, а прохожие оборачиваются на вас и крутят пальцем у виска. Они видят только вас одного. Или вы выходите на улицу и видите, что навстречу идет настоящий марсианин. Вы можете потрогать его, разглядеть любые подробности одежды или тела. Вы слышите его голос. Он рассказывает, кто он такой, говорит, что собирается поручить вам великую миссию по спасению человечества. Он с легкостью читает ваши мысли, более того, разворачивает в вашем мозгу схему космического корабля, на котором он прилетел. Вы поражаетесь, насколько их цивилизация ушла вперед. Затем он прокручивает в вашем сознании фильм об интимных подробностях вашей жизни, чаще всего тех, по отношению к которым вы испытываете чувство вины, стыда или страха. Это становится убедительным доказательством их всемогущества. А интерес к вашей личности он объясняет вашей избранностью. Сомнений нет, наоборот, вы чувствуете облегчение, подтверждение того, о чем вы всегда подозревали. Благодаря смещению сознания, больной может быть абсолютно убежден, что он Наполеон, спаситель мира или даже Эйфелева башня. Он будет провозглашать речи о своей избранности или бегать голым по улице – во всех случаях он будет считать, что исполняет свою миссию, что его поступки эмоционально и логически обоснованы и соответствуют разумному предназначению. Он воспринимает новый мир таким же объективным, как и прежний, и вступает в конфликт с теми, кто с ним не согласен. «Он считал себя Христом, психиатр себя психиатром, и каждый считал друг друга сумасшедшим». (Джон Лилли.)

У шизофрении много интересных симптомов. Я приведу некоторые выписки из учебника психиатрии для студентов медицинских институтов. (Жариков Н.М., Урусова Л.Г., Хритинин Д.Ф.) Я выбрал лишь малую часть симптомов.

«Нарушения восприятия. Иллюзии – это ошибочное восприятие чего-либо существующего». У здорового человека иллюзии возникают часто. Их зависимость от эмоционального состояния хорошо обозначил один из буддистских учителей, когда говорил, что обычный куст в сумерках вор примет за полицейского, ребенок за привидение а влюбленный – за свою девушку. У больных эта особенность восприятия дольше сохраняется и ярче выражена. «В сочетании звуков с улицы, в обрывках фраз ему удастся «расслышать» то, что созвучно его настроению: началась война, на него готовится покушение; крики весело играющих детей он воспринимает как крики пытаемых в подвале родственников, плачет, умоляет не мучить их. Глядя на себя в зеркало, больной шизофренией видит, как нижняя часть его лица превращается в волчью морду или обнаруживает трупные пятна, якобы выступающие на теле. Пятна на обоях, трещины в стене, блики света на потолке вдруг выступают, начинают

двигаться, принимают очертания животных, зданий; облака превращаются в замки, города и красивые пейзажи».

Сейчас в домашних компьютерах у всех есть проигрыватель CD дисков. Во время прослушивания диска вы можете вывести на экран всевозможные цветовые эффекты, сопровождающие музыку. Среди множества предлагаемых эффектов есть имитация полета сквозь тоннель. Если пятнадцать минут смотреть на эту набегающую картинку, а затем перевести взгляд на неподвижную стену, то вы увидите, как часть стены, размером с экран компьютера, с той же скоростью удаляется. Зрительная иллюзия убегающей стены получается настолько явной и длительной, что вызывает удивление. Этот простой опыт помогает хоть немного понять ощущения больных.

«Галлюцинации – это восприятие без объекта, мнимое восприятие. Галлюцинирующий слышит голоса, видит людей, которых на самом деле нет. В некоторых случаях ощущения касаются тела: в животе что-то копошится, кишки склеились, легкие превратились в камень, на коже и под кожей ползают насекомые, черви, микробы. Галлюцинации могут быть элементарными, когда лишь слышатся неопределенные звуки, стуки, грохот, видятся вспышки, полосы или пятна, и крайне сложными, вплоть до согласованных сцен.

Больной иногда разговаривает с голосами, отвечает им, во что-то всматривается, замуривает глаза, чтобы что-то не видеть, зажимает нос, чтобы не ощущать неприятных запахов. Особенно опасны больные, которым галлюцинации приказывают что-то делать: не есть, не принимать лекарств, загипнотизировать врача, кого-то ударить или убить, покончить с собой. Спасаясь от мнимого пожара, больной может прыгнуть в окно и разбиться; убегая от несуществующих преследователей, – погибнуть под колесами транспорта, отказываясь от пищи по приказу голосов, – умереть от голода. *Психосенсорные расстройства.* Больному начинает казаться, что у него увеличивается все тело или отдельные его части: голова раздувается, как шар, вот-вот лопнет, язык не помещается во рту, увеличены пальцы, руки и ноги. И наоборот, тело превращается в точку, вот-вот исчезнет, голова отделяется от туловища. При других видах галлюцинаций предметы кажутся искаженными, чересчур отдаленными, нагроможденными друг на друга, пол кажется бугристым, другие люди имеют очень большие глаза или плоские головы. Может возникать ощущение мучительно медленного течения времени или, наоборот, мелькания дней с невероятной быстротой.

Нарушения чувства знакомости. Симптомы уже виденного **дежа вю** и никогда не виденного **жаме вю**. Суть первого сводится к тому, что восприятие сопровождается чувством, будто это было когда-то раньше. Так, приехав в какой-либо город, человек ходит по его улицам с чувством, будто он уже бывал здесь. Симптом никогда не

виденного заключается в том, что хорошо знакомое воспринимается как увиденное впервые. Так, однажды войдя в свою комнату, человек как бы не узнает ее, хотя знает все особенности помещения». Полное отсутствие *дежа вю* в течение жизни я бы тоже рассматривал как неблагоприятный симптом.

«Нарушения мышления. *Нарушения по форме.* Ускорение мышления характеризуется скачком идей; увлекаемый вихрем ассоциаций, больной способен воплотить в речь лишь часть из них. Речь не успевает за мыслью. При *замедлении мышления* больной жалуется на пустоту в голове, отсутствие мыслей, остановку их. *Патологическая обстоятельность мышления* характеризуется тем, что больной не в состоянии отделить главное от второстепенного, уходит в сторону от основной темы, отвлекается побочными ассоциациями. *Бессвязность мышления* свидетельствует о большой глубине психических расстройств, наблюдается при состояниях распада сознания. Пример: *пришел остыл... Трах! Дцэ... Рык... Никогда, да, да, никому... Пряли нивы... О-о-о... А мама такая молодая, молоденькая, володенькая... Тибол и ниф... Пух и прах.* (Жариков Н.М. и др.)

Бредовые идеи, ошибочные умозаключения, возникающие на болезненной основе, полностью овладевающие сознанием больного и не поддающиеся коррекции. Ошибочные умозаключения здорового человека корректируются дополнительными доводами и фактами. Больной же не только не в состоянии пересмотреть свои взгляды на то или иное явление, но и не принимает критики со стороны». Психиатры признают, что трудно отграничить бред от заблуждений здорового человека, которые могут быть достаточно устойчивыми. Нередко они становятся убеждениями. И часто новые факты не корректируют такие убеждения, а интерпретируются в соответствии с ними, вплоть до отрицательных галлюцинаций. «Если мир существует, то вера выбирает из него только то, что ей надо». «Говорить правду – это значит говорить не истину, а только то, во что веришь». С позиций квантовой психологии отграничить патологические явления психики от нормальных невозможно, то есть невозможно определить, где убеждения из «нормальных» переходят в бредовые. Твердость и уступчивость в убеждениях, мышление и чувствование, запоминание и забывание, сотни других взаимно противоположных психических функций необходимы для нормального восприятия. Но по своей силе у разных людей они могут очень различаться, в своих крайних проявлениях становясь патологическими. В линейном проявлении все превращается в свою противоположность, и на каком уровне норма переходит в сумасшествие определить так же невозможно, как невозможно определить, где «не куча» переходит в «кучу» в парадоксе Зенона. Граница зависит только от убеждений того, кто ее устанавливает, и

здесь никто не сможет гарантировать, что его убеждения не являются бредовыми. Эта никогда в точности не определяемая граница – вечная проблема пограничной психиатрии. «*При бреде преследования* больной убежден в существовании людей или даже организаций, имеющих своей целью его физическое уничтожение, травлю, ущемление в правах и отслеживающих его тайно или явно.

Бред воздействия бывает частью бреда преследования или его разновидностью: все те же преследователи воздействуют на больного морально или физически, используя для этого самые изощренные способы и современные технические средства. Больные говорят о гипнотическом, телепатическом влиянии, о воздействии электрическим током, лучами, магнетизмом и т.д.

Бред отношения заставляет больного принимать на свой счет события, никак к нему не относящиеся: свет в доме погас и стало темно для того, чтобы показать, что он темный и необразованный человек; застегнутый на три пуговицы халат врача указывает на то, что ему предстоит три раза госпитализироваться в психиатрическую больницу; резкий поворот случайной машины означает, что в жизни ожидаются перемены. Происходящее вокруг имеет для него двойной смысл, всему придается особое значение». Бред значения (вера в знаки реальности) – весьма сложное и неоднозначное явление. Ту же астрологию, в которую верит чуть ли не половина населения (любая женщина при знакомстве всегда поинтересуется, под каким знаком зодиака вы родились), можно рассматривать как бред значения. Только здесь люди соотносят удачу в делах, вероятность замужества и свое здоровье с движением космических тел. «*Сутяжный бред*. Убежденные в невнимательном, не-справедливом или недоброжелательном к себе отношении больные конфликтуют, целиком посвящают себя разоблачениям, тратят много сил, времени, а порой и все свои материальные средства, жалуются в различные инстанции. Тематика такого бреда черпается из реальной ситуации: склоки с соседями, столкновения с членами семьи, сослуживцами. При *бреду ревности* все поведение, внешний вид, высказывания супруга, окружающая его обстановка и события расцениваются как улики, содержащие признаки супружеской неверности».

Бред ревности – это всего лишь доведенная до крайности норма. *Теория приписывания* Франца Хайдера гласит, что каждый человек приписывает значение событиям и поступкам, опираясь на собственные, уже существующие у него убеждения.

Притча. У крестьянина пропал топор. Он вспомнил, что недавно к нему приходил сын соседа и решил, что тот и украл топор. Стал присматриваться и увидел: тот ходит, как укравший топор, улыбается, как укравший топор, ведет себя, как укравший топор. Но через неделю топор нашелся в саду. Присмотрелся крестьянин снова к сыну соседа и ничего подозрительного в его поведении не обнаружил. «Моя

девушка ласково называет меня рогалик. Я пони-маю, что рогалик – это мягкая и вкусная изогнутая булочка. Но мне все время кажется, что она имеет в виду рога, которые мне наставила». (Из письма в газету.) «*Ипохондрический бред* – это убежденность в наличии тяжелого, неизлечимого недуга.

При *бредe самообвинения и самоуничижения* больные наговаривают на себя, каются, рассматривают прошлые поступки своей жизни как греховные. Человек считает себя заслуживающим наказания и даже уничтожения. *Дисморфомания* – это разновидность ипохондрического бреда. Больной убежден в наличии у него физического не-го недостатка (уродства) или в распространении им неприятных запахов (кишечных газов, мочи, пота и др.). Тема уродства обычно касается видимых частей тела: формы и величины носа, ушей, зубов, рук, ног.

Если ипохондрический бред способствует подавленности, *то бред величия, бред богатства и бред знатного происхождения* сопровождается повышенным настроением. Больной – правитель всей Вселенной, изобретатель эликсира жизни или вечного двигателя, автор произведений, написанных под псевдонимом Пушкина и Толстого, владелец сказочного богатства» В психиатрических лечебницах встречаются не только нищие, считающие себя богачами, но и настоящие миллионеры, уверенные, что у них нет ни гроша.

«Двигательные и волевые расстройства проявляются в усилении у больного влечений и желаний, их расторможении, патологическом усилении аппетита, жажды, полового инстинкта (*гипербулия*): мужчины становятся активными, агрессивными и циничными, женщины – кокетливыми. Больным все интересно, они берутся за любое дело, легко заводят знакомства. *Гипобулия* – ослабление влечений, вплоть до их исчезновения. Даже инстинкт самосохранения может оказаться настолько заторможенным, что смертельный исход такого состояния становится весьма вероятным. *Амбивалентность* – это сосуществование противоположных чувств, желаний и влечений. При этом заболевании нарушается способность выбора, больной не в состоянии прийти к тому или иному решению».

В принципе, амбивалентность как борьба противоположных начал – это фундаментальное понятие психики, а не только болезненный синдром. Борьба чувств и мотивов присуща и нормальному человеку.

Курильщик – яркий пример амбивалентности. Не может бросить и одновременно ощущает чувство вины и страха из-за вреда здоровью.

Это и есть борьба чувств и мотивов, которая считается нормой. «Нормальная» амбивалентность имеет много проявлений, одним из которых является внутренняя борьба 91 между моральными нормами и удовлетворением личных потребностей, между проявлением агрессивности и страхом перед наказанием.

Пример «нормальной» амбивалентности в повседневной жизни. *«Смирение свое Прасковья Федоровна ставили себе в заслугу. Решив, что муж ее имеет ужасный характер и сделал несчастье ее жизни, она стала жалеть себя. И чем больше она жалела себя, тем больше ненавидела мужа. Она стала желать, чтобы он умер, но не могла этого желать, потому что тогда не было бы жалованья. И это еще больше раздражало ее. Она считала себя страшно несчастной именно тем, что даже смерть его не могла спасти ее, и она раздражалась, скрывала это, и это скрытое раздражение ее усиливало его раздражение».* (Лев Толстой.)

У душевнобольных амбивалентность проявляется так. Человек пошел помыть руки, но оказался не в состоянии войти в ванную комнату. А причиной этому стал неразрешимый выбор: он не смог решить, какой рукой открыть дверь правой или левой. Такой же неразрешимый выбор встает перед ним и в отношении других поступков, что нередко приводит к полной беспомощности. Здесь сразу приходит на ум образ «Буриданова осла», который, будучи помещен между двух одинаковых связок сена на одинаковых расстояниях, умирает от голода, ибо, как оказалось, не способен выбрать из двух равных возможностей. Выбирая каждое свое решение, больной может привести много логических суждений, пытаясь обосновать тот или иной выбор, но каждый раз он будет приходить к невозможности учесть бесконечное количество имеющихся факторов за и против. Мы часто стоим перед таким же сложным выбором в отношении жизненно важных решений; чем больше мы беспокоимся о результате, тем страшнее сделать выбор и тем больше факторов мы пытаемся учесть. Но для больного любой, даже самый мелкий выбор является жизненно важным. Здесь, так же, как и в остальных проявлениях, болезнь становится гротескной проекцией нормы. «Если бы мы постоянно задумывались о том, как открыть двери, как завязать ботинок или заказать еду, то это стало бы чрезвычайно обременительно и совершенно неэффективно для нас (дело бы кончилось тем, что вы умерли бы с голоду посреди закрытой комнаты, лежа в расшнурованных ботинках)». (Гордон.) Наше поведение создано из ранее наработанных шаблонов, и это освобождает наше сознание для более важных решений. Шаблоны – это программы. С одной стороны, они необходимы, с другой – ограничивают нас в старом тоннеле реальности.

«Извращение влечений (парабулия) обычно проявляется стремлением поедать несъедобные предметы, например, кал (копрофагия), наносить себе повреждения, истязать себя, получать половое удовлетворение в перверсиях (гомосексуализм, садизм, мазохизм и др.). Такого рода нарушения часто сопровождают тяжелую патологию личности и наблюдаются при психопатиях и психопатоподобных состояниях, при шизофрении, при органической

патологии мозга». Здесь представлены устаревшие взгляды. Подобные проявления сопровождают не только тяжелую патологию личности, но широко распространены и среди социально адаптированных людей. «Доктор: вы страдаете извращениями? Пациент: что вы, доктор, я ими наслаждаюсь». Кроме того, в большинстве случаев определить наличие у человека такого рода потребностей не представляется возможным, поскольку они не реализуются из-за социальных ограничений. «Истерические состояния издавна понимаются как неосознаваемая больными попытка решать жизненные проблемы демонстрацией своего бедственного положения. *Истерические параличи* могут долго и безуспешно лечиться, а затем, под влиянием какого-то внешнего толчка, внезапно исчезнуть. При *истерическом ступоре* больные реагируют заторможенностью на психотравмирующие события. Они падают в обморок, перестают отвечать на вопросы, становятся вялыми и расслабленными, их поза выражает бессилие, мимика – страдание. *Истерическое возбуждение* характеризуется резкими движениями тела или припадками, во время которых больные рыдают, кричат, бьются, принимают театральные позы. Иногда истерический припадок имитирует эпилептический, если больной видел его раньше. Но в отличие от эпилептического, истерический припадок всегда происходит в присутствии людей. Еще одним отличием является то, что истерическому больному всегда удается избежать самоповреждений, прикусывания языка, мочеиспускания и ушибов при падении. **Эмоциональные расстройства.** Эмоции (от лат. *emotio* – потрясаю, волну) – это психические процессы, в которых человек переживает свое отношение к тем или иным явлениям окружающей действительности и к самому себе. Это своеобразный механизм, при помощи которого внешние раздражения превращаются в мотивы деятельности. При *маниакальном состоянии* основной симптом – повышение настроения. Веселое настроение и радостное мировосприятие сохраняются на протяжении дней, недель и даже месяцев. Больные чувствуют себя счастливыми, полными сил и энергии, физические нарушения и заболевания игнорируются, окружающее кажется интересным, больные в курсе всего происходящего, оживлены, деятельны. Они постоянно улыбаются, много двигаются, остроумны». Про маниакальных больных доктора говорят, что их жалко лечить. В маниакальном состоянии человек довольно эффективен. Он практически не устает, быстро схватывает суть дела, глубоко и быстро анализирует информацию, легко контактирует с людьми, целеустремлен. Единственным недостатком является то, что рано или поздно это состояние переходит в депрессивную стадию. На следующих витках маниакально-депрессивной спирали маниакальная стадия, если ее не лечить, начинает сопровождаться галлюцинациями, бредовыми идеями и

распадом личности. «Для *депрессивных состояний* характерно пониженное настроение. Это состояние крайне мучительно и субъективно переживается как катастрофа. Главным признаком является ощущение тоски, настолько иногда тягостное и невыносимое, что больные кончают жизнь самоубийством. Депрессия всегда сопровождается ослаблением интересов, желаний, двигательной заторможенностью. *Эйфория* – это один из вариантов повышенного настроения. В отличие от мании, при эйфории не наблюдается оживления интеллектуальных процессов и стремления к деятельности. Эйфория может сопровождать расстройства памяти, слабоумие, сосудистые поражения мозга, запущенные стадии туберкулеза.

Дурашливость следует отличать от мании и эйфории. Больные гримасничают, показывают язык, дразнятся, сюсюкают, подпрыгивают, танцуют, кувыркаются, хохочут. Это «веселье» не вызывает эмоционального резонанса у окружающих, поскольку оно пустое: отсутствует реальное повышение настроения».

В определении дурашливости отмечена одна очень важная деталь: псевдовеселье не вызывает эмоционального отклика у окружающих. Это еще раз указывает на такое свойство человеческой психики, как эмоциональная заразительность или, по-научному говоря, способность к *индукции*. Важно заметить, что эмоциональное ощущение индуцируется не внешним поведением, а внутренним состоянием. Это хорошо знают продавцы в сетевом маркетинге. Первое, что им говорят на обучающем семинаре: ты должен верить в свой товар, продается не товар, продается твое внутреннее состояние, которое покупатель неосознанно ассоциирует с товаром. Если ты, пытаясь просто всучить товар, рассказываешь, какой он замечательный, но сам в это не веришь, то выше среднего уровня никогда не поднимешься. Некоторые психологи говорят, что передача эмоций происходит не через какие-то не обнаруженные пока вибрации, а по вполне объяснимым причинам. Передача происходит через неумовимые телодвижения, тонус мышц лица, тембр голоса, выражение глаз и другие малозаметные факторы (моторные реакции тела), которые подсознание собеседника или покупателя фиксирует и делает вывод об искренности продавца. На этой основе пытаются даже обучить поведению, вызывающему доверие людей и повышающему тем самым продажи. Но эти советы малоэффективны, поскольку неумовимых факторов общения, способных передавать эмоцию, настолько много, что определить их все невозможно, а самое главное, большинству из них невозможно обучить, поскольку они сознательному управлению не поддаются. Тонкие моторные реакции меняются только при изменении внутреннего состояния. Например, наиболее эффективным средством невербального общения была и остается улыбка. Но даже улыбнуться бывает очень непросто, если это

действие не соответствует реальной эмоции. Думаю, что ваши собеседники, как и вы сами, легко отличите искреннюю улыбку от натянутой улыбки делового этикета. Но индукция – более сложный и загадочный феномен, чем просто подсознательная фиксация моторики собеседника. Для доказательства приведу несколько примеров из той же психиатрии.

В 1631 году произошла известная в истории эпидемия бесноватости луденских урсулинок. Урсулистки – это община, находившаяся во французском городе Лудене, состоявшая в основном из молодых девушек и посвятившая себя делу образования. В основном это были девушки из обеспеченных семей, среди которых были и дочери знатных лиц. Одной из них ночью привиделся дьявол. Каждый день она рассказывала об этом подругам. Через некоторое время уже большинству девушек общины стали приходить видения. У них происходили галлюцинации, сомнамбулизм; девушки рассказывали о пришествии к ним злых духов с именами Асмодей, Левиафан, Бегемот, Дагон, Магон. Один из священников попытался провести сеанс экзорцизма – изгнания дьявольских существ, завладевших их телами. Сеанс проходил в церкви, в присутствии большого количества людей. Во время сеанса одержимые бесновались несколько часов, говорили голосами бесов и угрожали. После этого демоны стали преследовать молодых девушек во всем Лудене. Эпидемия перекинулась на окрестности и прекратилась только после того, как всех бесноватых разъединили.

В 30-х годах в Киевской области колхозницы Ганна, Ульяна, Ехимия и Секлетия часто проводили время вместе. Все они были религиозны. Однажды Секлетия увидела беса, а затем и ее подруги стали видеть представителей темных сил, которых они пытались отогнать. В итоге, думая, что уничтожают беса, они зарезали Секлетию. При расследовании обнаружилось, что Секлетия была душевнобольной, а ее подруги стали жертвами индуцированного психоза. В судебной психиатрии известно много случаев, когда под влиянием индуцированного психоза совершались преступления. Совсем недавно был случай, когда некие студенты убили девушку. Оказалось, что они были членами группы, где лидером была психически больная женщина. Попад под влияние ее галлюцинаций, они думали, что убивают киборга, воплощение дьявольской сущности. В центре социальной и судебной психиатрии имени Сербского было обнаружено, что лидер группы страдает шизофренией, а студенты при совершении инкриминируемых действий имели расстройства психической деятельности в виде индуцированного психоза. Все они раньше были нормальными молодыми людьми, но в момент преступления действительно думали, что убивают киборга, видели чешую, испытывали страх перед ним. Осознавать же происшедшее они начали только через несколько месяцев.

Индукция – основа управления толпой. Поэтому и массовые сеансы целительства всегда более эффективны, чем любые индивидуальные психотерапевтические техники. Переживание единства происходит на столь всеобъемлющем уровне, что его не может осознать логический разум. Это уровень, на котором косяк из миллионов рыб одновременно, с точностью до долей секунды, изменяет направление движения. Это уровень, на котором стая саранчи из десятков миллионов особей, занимающих площадь несколько квадратных километров, одновременно «узнает» момент, в который всем нужно взмыть в воздух, превращаясь в многокилометровую черную тучу. Это уровень, благодаря которому на массовом сеансе неподготовленный человек получает видения из таких глубин *бессознательного*, которых в индивидуальной практике можно достичь только в результате многолетних медитаций. Это тот уровень, на котором работают пословицы: «Сосед хромого и сам хромать начинает», «С кем поведешься, от того и наберешься», «Богатство и бедность заразительны».

Это тот уровень, на котором срабатывает *эффект сотой обезьяны*. Исследования популяций животных обнаружили, что некоторые навыки передаются не посредством обучения, а индуцируются. Например, одну обезьяну научили доставать банан новым способом. Для этого понадобилось несколько длительных тренировок. Другие обезьяны из этой стаи, не видевшие тренировок, но общавшиеся с первой, научались новому способу уже быстрее. Когда количество научившихся обезьян достигало определенного значения, новых обезьян уже не надо было учить. Они каким-то образом уже «знали» и с первого раза овладевали новым навыком. Более того, в других стаях, живших на другом берегу и даже в другой части континента, все особи уже «знали» новый способ доставания бананов. Через короткое время все особи популяции владели новым навыком, хотя никакого общения и контакта между ними не было. Так и у людей. Например, спящие в детсадах дети одновременно начинают шевелить руками и причмокивать. Психиатрия давно уже наблюдает способность к индукции, но до сих пор не сделано вывода о том, что это явление является одним из важнейших свойств психики. По степени важности его можно поставить на один уровень со способностью мыслить.

На индукции основаны массовые целительские ритуалы. Они известны с незапамятных времен и продолжают пользоваться популярностью сегодня. Еще Платон упоминал о духовном движении корибантов. Корибанты исцеляли посредством заразительного танца. Реакции, согласно Платону, были впечатляющими: рыдания, сильные сердцебиения, судороги и трансы.

На индукции основана и возможность гипноза. Раньше считалось, что гипнозу поддается не более пяти процентов населения,

да и то, в основном, женщины. В настоящее время во всем мире распространен эриксоновский гипноз, основные положения которого предложены известным американским психотерапевтом Милтоном Эриксоном. В соответствии с Эриксоном, загипнотизирован может быть любой человек. Авторитарному методу гипноза, то есть прямому психическому давлению, действительно подчиняется не более пяти процентов (при условии, если не срабатывает эффект толпы). Но есть и другие пути индуцирования. Пациент: Я не поддаюсь гипнозу. Меня уже несколько раз пытались загипнотизировать, ничего не получалось. Терапевт: Хорошо. Давайте попробуем. Закройте глаза. (Пациент закрывает глаза, не понимая, что уже выполнил команду гипнотизера. Трех таких последовательных подчинений достаточно, чтобы снять весь заряд сопротивления.) Ваши руки наполняются теплом. Если это так, пусть тепло распространяется выше, если нет, приподнимите указательный палец правой руки. (Пациент приподнимает палец.) Да, теперь я вижу, что вы, действительно, не поддаетесь гипнозу. Разведите руки в стороны. (Согласие врача с тем, что пациент сам про себя думает, ослабило его критическое внимание, и он выполнил вторую команду гипнотизера.) Слушая мой голос и замечая все изменения тембра, вы осознаете, что ваша психика очень сильна и сопротивляется воздействию извне. Чтобы сохранить способность контролировать себя, продолжайте внимательно следить за тембром моего голоса. Пока я буду говорить, вы будете ощущать, что ваши руки становятся плотными и прочными; они превращаются в стальную балку, перекинутую через ваши плечи. (Практически пациент уже в трансе, на его разведенные руки можно повесить по 50 кг, и он их удержит. Последняя фраза построена так, что внимание пациента отвлекается на тембр голоса, при этом подтверждается согласие с его мнением, и он уже не замечает, что за всем этим на заднем плане скрыто внушение.) Чем сильнее вы способны самостоятельно контролировать свое сознание, тем ярче ощущаете стальную балку, перекинутую через ваши плечи. (Таким образом, пациент находится в глубоком трансе и продолжает верить, что не поддается гипнозу.)

«Один из моих сыновей как-то сказал мне: «Ты не сможешь заставить меня положить эту книгу на полку». Я сказал, что уверен в этом, что не смогу сделать даже так, чтобы он передвинул книгу всего лишь на дюйм. Да он и сам этого не сможет сделать. Он показал мне, что может передвинуть ее на два дюйма, три дюйма. «Но ты не сможешь положить книгу вон к тому креслу». Он показал, что может. К тому креслу, к этому креслу. И он поставил книгу на полку». (М. Эриксон.) Главное – наблюдать за пациентом. Если ему свойственна полярная реакция, то мы используем ее. Основное правило большинства методик – подстройка под пациента и обратная связь. Необходимо постоянно наблюдать за реакцией пациента: его позой,

мимикой, микро-движениями, по которым гипнотизер определяет степень податливости и момент перехода от подстройки к активному внушению, от роли ведомого к роли ведущего. Активность в пассивности, как и при управлении реальностью. Можно согласовать ритм своего дыхания с ритмом дыхания клиента, повторять его движения, позы. Все это называется отзеркаливанием. Отзеркаливание через подсознание раскрывает пациента, создает чувство доверия и открытости и создает условия для дальнейшего направленного индуцирования. Есть и несколько других тонкостей. Мы их здесь обсуждать не будем, это тема для целой книги.

Внушение можно проделать в различных формах. В большой аудитории студентам-медикам заявили: «Сегодня мы изучим механизм деятельности обонятельного анализатора. Для этого проведем следующий опыт». С этими словами на вату было накапано несколько капель темной жидкости из флакона. Присутствующих попросили поднять руки, как только они почувствуют дошедший до них неприятный резкий запах. Запах стал «распространяться» и, судя по поднятым рукам, постепенно дошел до последних рядов. В это время кое-кому из сидящих на первых рядах стало плохо, их пришлось вывести из аудитории. Каково же было удивление, когда студентам заявили: «Уважаемые коллеги! Никакого запаха не было! Вам внушили запах! Вам продемонстрировали действие внушенной обонятельной галлюцинации!» Как видите, это внушение оказалось до-статочно сильным, поскольку легко вписывалось в картину мира студентов данной аудитории и их ожидания. Немало-важную роль здесь сыграло и наличие коллектива. Роль коллектива во внушении невероятно велика. Есть выражение: «Назови человека сто раз свиньей – он захрюкает». Но человек может захрюкать и после одного раза, при условии, что его одновременно называли свиньей сто человек.

Однажды служитель храма нес барашка, чтобы принести его в жертву. Три голодных плута решили добыть этого барашка себе на ужин. Первый из них встречает служителя на тропинке и спрашивает:

– Куда ты несешь эту собаку?

Служка подумал, что это какой-то сумасшедший или шутник и ничего не ответил. Через некоторое время ему встречается другой человек и тоже спрашивает:

– Тебе больше делать нечего, что ты носишь собак на плечах? Отпусти бедное животное.

Тут служка заволновался. Он остановился, внимательно разглядел и ощупал свое животное. Убедившись, что это барашек, он пошел дальше, хотя сомнения начали его преследовать. Увидев третьего прохожего, он стал наблюдать за его поведением, надеясь,

что тот возвратит его первоначальную уверенность. Однако прохожий сказал:

– С каких пор это люди носят собак на себе? Не сошел ли ты с ума?

«Действительно, нужно быть сумасшедшим, чтобы в храме приносить в жертву собаку», – подумал слугитель храма и бросил барашка. (Лавский.)

Чтобы быть пройдохой, надо быть психологом. Если вы думаете, что вы не такие глупые, что вас так не обманешь, то вы ошибаетесь. Глупость здесь ни при чем, мы все результат взаимной индукции. Разница только в том, что для кого-то достаточно, чтобы три раза назвали барашка собакой, другим понадобится тридцать раз.

Используя законы индукции, разнонаправленность мотиваций и логические парадоксы, легко изменить мировоззрение любого человека. Спецслужбы называют это «промыванием мозгов». Нет человека, который не поддавался бы такому воздействию. Сегодня известно: если нужно получить информацию или заставить человека сотрудничать, то по эффективности никакая пытка не сравнится с умелым промыванием мозгов. Нацисты во время Второй мировой войны проводили в концлагерях опыты по созданию зомби. Они пытались с помощью боли и страха довести психику человека до состояния биомшины, исполняющей любые приказы. Им так и не удалось достичь желаемого. Люди либо умирали, либо сохраняли разум. А вот современным исламским террористам удастся подготовить людей так, что они добровольно становятся живыми бомбами. У них уже существует отработанный механизм психологической подготовки террористов-самоубийц. Прав был товарищ Сухов, Восток – дело тонкое.

В психологии не раз проводились опыты по индуцированному мировосприятию и влиянию коллектива на силу внушения. Так, человек, сидящий за столом среди десяти «подсадных уток», даже цвет предметов видел таким, каким его «видели» окружающие коллеги по эксперименту. Весь мир – взаимная индукция, коллективная галлюцинация, комбинация внушений, Великий Коллективный Психоз. Вместе с остальными людьми мы создаем, поддерживаем и укрепляем мир собственных иллюзий. «Каждый сам за себя, но все охвачены единым духом». Способность к индукции – важнейшее качество, необходимое нам для того, чтобы сознанием создавать мир. Мы все подвержены гипнозу; эта способность к «растворению воли» обеспечивает нам восприятие бессознательного, с другой стороны, мы все наделены способностью управлять и сохранять контроль. Человек напоминает высохшую крупичу морской соли, которая желает познать весь океан через слияние с ним, но при этом пытается не раствориться и сохранить контроль над собой.

Выписки из учебников психиатрии показывают, что миры шизофреника, мистика и обычного человека основаны на одних и тех же психических процессах. Между людьми нет четких границ, наша психика плавно перетекает друг в друга. Галлюцинации шизофреника, сны загипнотизированного, видения мистика и объективный мир созданы нашим восприятием. Мир нормального человека – это лишь упорядоченный *тоннель реальности*, созданный нашим намерением из хаоса бессознательного. Термин *тоннель реальности* с подачи известного писателя Роберта Уилсона уже широко распространен среди исследователей психики. Бессознательное проецируется в сознание, принимая упорядоченные формы в любых подходящих для этого символах, после чего мир становится линейным и осмысленным. Но любой тоннель реальности можно изменить.

«Все роли в космической игре исполняет один актер космическое сознание». (Гроф.)

«Люди не подозревают, что внешние объекты – не что иное как представления чувств». (Д. Юм.)

«В душе только представления, и она никогда не сможет узнать по опыту связь с объектами». (Д. Юм.)

«Хотя человек и взирает на небеса, он живет на земле, поэтому и воспринимает бесчисленное количество обманчивых и ложных образов».

«Святой знает, что всеми надеждами, желаниями, любовью и привязанностями ко всему окружающему, к отцам, матерям, детям, небесам, земле, наукам, еде и питью они взыскуют Бога, и все эти вещи лишь покровы. В действительности объектом их желаний было единое». (Руми.)

«Наше сознание порождается мозгом, а мозг порождение нашего сознания».

Заслугой немецкого философа И. Канта (1724–1804) считается логическое доказательство того, что вещи нельзя познать таковыми, какими они существуют в себе, что мир – это создание воли и представления. Сам Кант писал про себя: «Мой труд мир как воля и представление, представляет собой новую философскую систему, причем новую в полном смысле слова: не новое изложение существующего, а в высшей степени взаимосвязанный новый ряд мыслей, которые до сих пор не приходили в голову ни одному человеку». Но он обольщался насчет себя. Такое понимание на определенном уровне духовной практики приходит ко всем. По крайней мере, к этому приводят и Упанишады, которые Кант так любил читать и которые созданы за несколько тысячелетий до него. «Изучение Упанишад было утешением моей жизни и будет утешением, когда я буду умирать». (Кант.) Ньютон по сравнению с

Кантом был гораздо скромней. Он говорил: «Я стою на плечах гигантов».

К таким же выводам приводит мыслящего человека и *теория познания* (гносеология, эпистемология) – раздел философии, в котором изучаются закономерности и возможности познания, отношения знания к объективной реальности, исследуются ступени и формы процесса познания, условия и критерии его достоверности и истинности. Теория познания выступает в качестве философско-методологической основы науки. Основным вопросом Теории познания является: «Откуда мы знаем то, что мы знаем?» Некоторые тибетские монахи приводили людей к такому пониманию без всякой философии. Они заставляли своих учеников уединяться в пещере и усилием разума, как теперь говорят, с помощью визуализации, создавать «собственного демона» или даже превращать себя в какое-либо существо. Если ученику удавалось это, а на выполнение подобного задания иногда требовалось несколько лет, он самостоятельно приходил к пониманию того, что вся реальность является лишь представлением воли.

Один тибетский учитель заставил ученика уединиться в пещере с узким лазом и представлять себя быком. Спустя некоторое время, он подошел к пещере и сказал: «Выходи». «Я не могу выйти, – ответил тот, – мои рога не пролезут в лаз». После этого ему пришлось потратить немало времени, чтобы снова стать человеком. Упражнение помогло ему ясно увидеть все заблуждения человечества. Он познал механизм изменения реальности и достиг просветления.

«Человек – могущественное магическое существо, с помощью которого Бесконечность познает себя. Магия у нас в кончиках пальцев», – говорил дон Хуан. Чтобы стать тем, кем мы являемся на самом деле, нужно только поверить в это. Почему же это так сложно? Почему дону Хуану потребовались годы работы, множество сложнейших техник, смертельных ситуаций, растения силы и много других ухищрений, чтобы его ученик всего лишь поверил во всемогущество своего намерения?» (Кастанеда.) Потому, что мы создаем свой мир настолько совершенно, что сами забываем, кто мы на самом деле. Чтобы изменять реальность, необходимо просто вспомнить, каким образом мы делаем это каждое мгновение своей жизни. «Повседневный мир существует только потому, что мы знаем, как его удерживать». (Кастанеда.) Человек своим сознанием может создать любой мир, но для этого надо вырваться из жестко закрепленного, уже созданного им тоннеля реальности. Все мы – «простые люди, творящие Вселенную». Но не так просто освободиться от привычных форм восприятия, которые были навязаны нам в течение жизни. «Надо четко осознать, что ты находишься в тюрьме, прежде чем захочешь из нее выбраться». (Дас.) Все, что мы осознаем,

не истина, а ее интерпретация, созданная личностной конструкцией. А она создается нашим окружением, начиная с рождения или даже зачатия. Все мы начинаем жизнь с уже готовой системой установок, навязанной нам обществом, окружением и родителями. Но... «чтобы дойти... вам необходимо освободиться от предрассудка... перед вашими воспитателями... семьей... человечеством... религией... и, прежде всего, вам надо освободиться от предрассудка существования». (Фанти.) Когда речь заходит о том, что человек творит Вселенную и его возможности безграничны, нередко приходится сталкиваться с непониманием. Самым главным аргументом скептиков становится напоминание о войнах, умирающих от голода, о мучительных незаслуженных болезнях, о несправедливости, об убитых и изнасилованных невинных детях. Если все это создано нашим сознанием, то ради чего? Если бы мы творили с точки зрения осознającego разума! Как было бы просто ответить на этот вопрос! Но всё намного сложнее.

Это деликатная тема. Я сам не могу сказать, что не боюсь этого, что свысока смотрю на смерть, боль и страх. Не могу пожелать ни себе, ни другим пройти такие испытания, хотя именно испытания на уровне жизни и смерти, максимального унижения всего человеческого, так ценили маги – воины свободы. И все же, вся боль Земли не отвергает, а подтверждает идею совершенства. «Коль скоро божественное творит, желая увидеть свой потенциал, то неполное его выражение означало бы неполноту самопознания». (Гроф.) Без вызова и испытаний ни один человек не узнает своих возможностей. Почитайте высказывания людей, получивших озарения в сновидениях и на психотерапевтических сеансах. «Я был всеми ими: мужчинами и женщинами, младенцем и рожаящей матерью, убийцей и убиенным, палачом и жертвой. Я чувствовал все, что чувствуют они, и я понимал, что сам создал все эти ужасные миры». «Демон подвергал несчастных всевозможным мучениям. Я почувствовал, что любая из жертв способна выбраться отсюда, достаточно просто прекратить подпитывать этого демона своей энергией». На эту тему беседует с пациентом доктор Синельников, создавший уникальные по простоте и эффективности психотерапевтические методики, которые помогли тысячам людей вернуть здоровье и повысить свое благосостояние: «А как же убийство, да еще невинных детей?» – спрашивает пациент. «И с убийством дело обстоит так же. Человек привлекает убийцу неправильным отношением к жизни и смерти. Ну а дети содержат в себе агрессию своих родителей, да еще во много раз усиленную».

И дети, и преступники живут с внедренными в них программами и находят друг друга. Показательный случай реализации подсознательных программ описал в своей первой книге Станислав Гроф.

Один мужчина не мог избавиться от странной болезненной потребности. Какая-то внутренняя сила заставляла его каждый день выходить на улицу и искать мужчин с определенным типом лица, обращаясь к ним со странной просьбой. Он просил их запереть его в темном подвале и подвергать пыткам и издевательствам. Он обладал поразительной способностью находить людей именно с садистскими наклонностями, которые соглашались исполнить его просьбу. Из-за этого он несколько раз попадал в смертельно опасные ситуации. Один раз такой человек привязал его к дереву и ударил камнем по голове, забрав все деньги и вещи. В другой раз, когда он с подобным спутником ехал в электричке к себе на дачу, то заинтересовался, почему у него такой большой рюкзак. Когда же тот отошел в туалет, будущий пациент Грофа развязал рюкзак и обнаружил там топор, медицинскую пилу для ампутации конечностей и набор ножей. В страхе он выпрыгнул из поезда, получив несколько травм, но был уверен, что избежал смерти.

В терапевтических сеансах с ЛСД ему удалось вернуться в прошлые эпизоды, где он подвергался издевательствам со стороны мужчин подобного типа. В молодости он был угнан на принудительные работы в Германию, где немецкие офицеры под дулами пистолетов заставляли его вступать с ними в гомосексуальную связь. Пройдя по цепочке ощущений в более ранние периоды, он ощутил себя в детстве, когда мать и отец физически наказывали его и часто закрывали в темный подвал, где он испытывал те же самые болезненные эмоции. После прохождения ранних детских эпизодов ему удалось избавиться от иррационального поведения. Если бы мы могли проследить проблемы пациента в более ранних периодах, то, безусловно, мы нашли бы продолжение этой цепочки и в дородовой период, и в прошлых жизнях. Наши внутренние матрицы имеют бесконечную глубину. Что заставляло этого человека искать такие проблемы? Дело в том, что травмирующие психику события были вытеснены в подсознание. Они снова стремились стать осознаваемыми и для этого управляли человеком так, что он находил ситуации, в которых снова и снова переживал травмирующие его эмоции. Подсознание стремится быть осознанным, чтобы стать освобожденным. Такую вот шутку играет с нами подсознание.

Недавно в газете я прочитал о судьбе девушки, которую убил ее собственный парень. Оказалось, что ее мать тоже была убита своим мужем, отцом девушки. Каким-то образом она передала смертельную программу дочери, и программа реализовалась. Девушка нашла того, кто был ей нужен. Выбор был точным, с первого раза. А начиналось все как чистая и романтическая любовь. Еще раз убеждаешься: возможности подсознания безграничны.

ГЛАВА ЧЕТВЕРТАЯ

МЕДИТАЦИИ

*Аутогенная тренировка Шульца – управление
тонусом кровеносных сосудов – с великой радостью
принимайте искушения – внутренний диалог и
внутреннее безмолвие – мозг весом 82 килограмма*

Для лучшего понимания информации, изложенной в следующих главах, необходимо прояснить некоторые вопросы, связанные с таким понятием, как «медитация». Современный смысл слова «медитация» значительно отличается от того, который первоначально вкладывался в латинское слово «meditor» в значении «размышляю», «обдумываю». В наше время во всех религиях и духовных практиках медитация рассматривается уже как отсутствие размышления. Это чистое самосозерцание, самонаблюдение и сосредоточенность без участия мыслительного процесса. Полная вовлеченность в молитву тоже является медитацией.

На западе медитация завоевала популярность как лекарство от стрессов или недугов, но это лишь ответвление от более могучего дерева. Это не терапия, не релаксация, не узкая психотехника и не поиски блаженства (не способ «заторчать»), а процесс развертывания сознания и средство преобразования личности.

Как избавляются от стрессов американцы и европейцы? Занимаются медитацией.

Как избавляются от стресса русские? Пьют.

В одном из современных американских духовных центров преподаватели объясняют смысл продвинутой медитации так. Перед студентами ставится бумажный стаканчик. Затем предлагается отождествиться с этим стаканчиком, почувствовать себя этим стаканчиком, слиться с ним. Через несколько минут преподаватель подходит, берет стаканчик в руку и безжалостно его сминает. У многих в этот момент возникают болевые ощущения и чувство, как будто сминают их самих. Бывали даже случаи, когда студенты теряли сознание.

После этого опыта людям легко объяснить, что медитация – это процесс разотождествления. Цель медитации – разотождествиться с миром, который является коллективной галлюцинацией, разотождествиться с собой как роботом, исполняющим заложенные в него программы. Растворить свой тоннель реальности и научиться видеть истинный мир и истинного себя, и по собственной воле

создавать любые тоннели реальности. То есть не быть слугой отождествления, а поставить его себе на службу. Медитация – это отстраненность. Но вовсе не холодность и бездушие. Скорее, это свободное течение энергий, более яркие ощущения без привязанности к ним.

Одним из самых понятных и доступных методов медитации является аутотренинг Шульца. В 1932 году Иоган Генрих Шульц предложил технику самогипноза, названную им аутогенной тренировкой. Аутотренинг включал в себя формулы самовнушения, с помощью которых предлагалось вызвать сначала в конечностях, а затем и во всем теле занимающегося состояние полного расслабления. По мере своего углубления расслабление мышц будет приводить к субъективному ощущению тяжести, а сопровождающее это состояние расширение сосудов приведет к возникновению чувства приятного тепла.

Все это должно было привести к изменению внутреннего состояния и возникновению чувства удовлетворенности и покоя. На освоение методики давалось три недели. После этого предлагалось переходить к высшей ступени аутотренинга, на овладение которой требовалось до полутора лет ежедневных занятий. Овладевшие высшей ступенью в измененных состояниях сознания могли излечивать себя от некоторых болезней, управлять эмоциями, избавляться от вредных привычек и запрограммированного поведения. Помимо этого, высшая ступень подводила занимающегося к возможности создавать нечто вроде осознанных, управляемых сновидений.

Шульц не скрывал, что в своем методе объединил рекомендации многих предшественников и элементы медитаций из восточных духовных практик.

Метод Шульца широко распространился по всему миру, и в настоящее время насчитывается около двухсот его модификаций. На примере классического аутотренинга достаточно удобно отрабатывать некоторые тонкости медитаций и указывать на типичные ошибки, сопровождающие медитативную практику.

Формулы самовнушения в аутотренинге таковы.

«Мое тело полностью отдыхает».

«Я спокоен».

«Я совершенно спокоен».

«Моя правая рука расслаблена» (можно начинать с любой руки, как вам удобно).

«Моя левая рука расслаблена».

«Моя правая нога расслаблена».

«Моя левая нога расслаблена».

«Мое лицо расслаблено».

«Моя грудная клетка расслаблена».

«Мой живот расслаблен».
«Все мое тело расслаблено».
«Моя правая рука тяжелая».
«Моя левая рука тяжелая».
«Моя правая нога тяжелая».
«Моя левая нога тяжелая».
«Все мое тело наливается тяжестью».
«Сердце бьется легко и спокойно».
«Моя правая рука теплая».
«Моя левая рука теплая».
«Моя правая нога теплая».
«Моя левая нога теплая».
«Моя грудная клетка теплая».
«Мое солнечное сплетение излучает тепло».
«Все мое тело пронизано приятным теплом».
«Все мое тело расслаблено»
«Я ощущаю приятную тяжесть и тепло».
«Дышу совершенно спокойно и ровно».
«Сердце бьется спокойно и ровно».
«Мой лоб приятно прохладен».
«Я совершенно спокоен».

Все формулы повторяются по 6–10 раз.

Выход из сеанса: «Я наполнен свежестью и энергией».

1. Глубоко вдохнуть;
2. Открыть глаза.

Наиболее удобными для занятий Шульц считал одну из следующих поз.

1. Положение сидя. Человек сидит на стуле в позе кучера: голова опущена вперед, кисти свободно лежат на поверхности бедер.
2. Положение полусидя. Человек сидит в удобном мягком кресле, откинувшись назад.
3. Положение лежа. Занимающийся удобно лежит на спине, голова на низкой подушке.

Занятия проводятся 3–4 раза в день. Только при таком режиме можно гарантировать быстрое освоение. Длительность каждого занятия при освоении первой ступени не должна превышать 7–10 минут. Такое ограничение времени у начинающих связано с тем, что неподготовленный человек не может длительное время концентрироваться на самонаблюдении. Он начинает отвлекаться, фантазировать, предаваться воспоминаниям и размышлениям. Вопрос об отвлекающих факторах является самым главным во всех формах медитации. Лишь немногие способны удерживать внимание на каком-либо объекте или ощущении в течение любого промежутка времени.

В классическом аутотренинге формулы самовнушения рекомендуется осваивать последовательно. Пока пациент не почувствует, что освоил предыдущую формулу, ему не следует переходить к следующей. Данная рекомендация верна всегда, но выполнять ее надо творчески. Дело в том, что уровни расслабления, а также ощущения тяжести и тепла могут быть бесконечны по своей глубине. Человек никогда не сможет «посчитать себя достигшим», потому что всегда будет ощущать, что «есть еще над чем работать». И здесь каждому человеку приходится по собственному усмотрению определять для себя уровень перехода. Поэтому один будет переходить к следующей формуле, не достигнув нужной глубины освоения, а другой, наоборот, никогда не сможет перейти, так как его уровень всегда будет казаться ему недостаточным. Мой многолетний опыт занятий аутотренингом позволяет предложить более эффективную последовательность. За основу берется такое распределение времени, чтобы за один сеанс занимающийся прошел все формулы самовнушения, равномерно их распределяя. Если же он замечает, что использование какой-либо формулы ему удастся особенно легко, он может задержаться именно на данной формуле и посвятить ей больше времени, вплоть до полного сеанса.

С развитием навыков расслабления формулы самовнушения постепенно сокращаются. Например, «Моя правая рука расслаблена» превращается в «Правая рука расслаблена», затем в «Рука расслаблена» и «Расслаблена». То же проделывается и с другими формулами. Слова играют вспомогательную роль, со временем от них можно отказаться. Если же занимающийся считает, что слова ему помогают, он может сохранить формулы самовнушения в любом удобном для него виде. Обычно остается только одна формула, чаще всего та, из которой получалось наиболее легкое вхождение в расслабление. Эта формула становится «спусковым крючком», запускающим автоматическое распространение расслабления на все части тела. При полном овладении аутотренингом достаточно только сконцентрировать внимание на какой-либо точке тела, что автоматически приводит к распространению расслабления по всему телу, а затем к дальнейшему его углублению до появления тяжести, тепла и погружения в транс.

В некоторых разновидностях аутотренинга применяется более детальная концентрация внимания: на каждом пальце, на кончиках пальцев, на отдельных частях лица, мимических мышцах, мышцах тела, сосудах мозга, межбровье, глазных яблоках и тому подобное. Если это помогает ускорить процесс погружения и справиться с затруднениями, которые обычно возникают на начальных этапах, то такой подход вполне оправдан.

На дыхание не следует обращать дополнительного внимания; в таком случае оно автоматически устанавливается в режиме

оптимального функционирования. При желании ритм дыхания можно использовать для квантования процесса расслабления. Вдох – внимание, выдох – расслабление. Неплохая техника.

При освоении аутотренинга существуют два препятствия. Во-первых, это отвлечение внимания. Об этом мы уже говорили. Необходимо раз за разом возвращаться к самонаблюдению, поскольку зачастую внимание отвлекают внешние раздражители или посторонние мысли. Вторым препятствием чаще всего является попытка занимающихся напрягать волю, оказывать психическое и волевое давление на функции собственного тела. Я рассматриваю аутотренинг так подробно, потому что управление некоторыми функциями организма аналогично управлению реальностью. Например, тонус кровеносных сосудов не поддается управлению простым волевым усилием. Но при правильном подходе мы сможем легко изменить тонус сосудов и создать прилив тепла к конечностям или к любой части тела. Точно так же мы можем управлять частотой сердцебиения, перистальтикой кишечника, эрекцией и многими другими физиологическими процессами, которые обычно управляются подсознанием. Интересно, что специально подготовленные люди могут легко изменять физиологические показатели, на которые реагирует детектор лжи. Такие, например, как электропроводимость кожи и некоторые другие.

Рассмотрим этот подход на примере сознательного вызова ощущения тепла в конечностях. Если мы будем повторять формулу «Мои руки становятся теплыми» и пытаться усилием воли их разогреть, то в большинстве случаев получим обратный эффект, то есть руки станут только холодней. Сосуды будут выражать своего рода чувство протеста против авторитарного давления. Есть определенный процент людей, не более 10 %, которые с первого раза способны поймать тонкое чувство управления подсознательными процессами. Большинству же людей для этого требуется длительная практика. Точно такие же проблемы возникнут, если понадобится вызвать глубокую релаксацию или чувство приятной тяжести.

Самостоятельное введение себя в измененные состояния сознания требует иногда очень упорной и длительной тренировки. Видимо поэтому высшая ступень аутотренинга не получила широкого развития. Пациенты, пройдя курс первой ступени, почти никогда не достигают тех уровней управления психикой и организмом, которые позволяют заниматься глубокой саморегуляцией. Часто бывает, что с врачом или преподавателем им удастся что-то почувствовать, но по окончании курсов, когда необходимо заниматься самостоятельно, они обнаруживают, что не могут погрузиться на тот же уровень расслабления. Многие врачи из-за отсутствия личного трансового опыта не понимают этих проблем и не могут объяснить такие тонкости своим пациентам.

Техника аутотренинга должна выглядеть следующим образом. После того, как вы приняли удобное положение, начинайте мысленно произносить формулы самовнушения, одновременно концентрируя внимания на тех частях тела, с которыми в данный момент работаете. Начинающим рекомендуется предварительно создать сознательное напряжение мышц, а затем быстро их расслабить. Почувствовав разницу между напряжением и расслаблением, проще перейти в дальнейшем к более глубокой степени релаксации. Не пытайтесь усилием воли исполнить команды формул самовнушений. Сначала просто наблюдайте за той частью тела, с которой работаете, и ни на что другое не отвлекайтесь. Это должно быть наблюдение-принятие. Эмоциональное состояние такого наблюдения можно примерно выразить вопросом: «Интересно, сработает команда внушения или нет?» При этом вы готовы одинаково принять любой результат. Эти рекомендации относятся как к углублению релаксации, так и к вызыванию ощущений тяжести и тепла. Используйте образное представление. Вот одна из эффективных методик. Налейте в ванну горячей воды. Находитесь в воде до тех пор, пока тело как следует не разогреется. Хорошенько вытрите, оденьтесь в сухую одежду и лягте под одеяло. Разогретое тело будет пылать жаром, кисти и стопы будут горячие, конечности и все тело в таком состоянии обычно наливаются приятной тяжестью. Запомните это ощущение и постарайтесь вернуться к нему на сеансах аутотренинга. Мысленно представляйте, что находитесь в горячей воде и через каждые несколько секунд доливаете еще более горячую воду. Поищите зачатки ощущений, к которым вы стремитесь. Если таковые существуют, позвольте им развиваться. Обратите внимание, не вы их развиваете. А вы просто позволяете им появиться, существовать и развиваться самостоятельно. Если и можно попробовать проявить усилия, то это должны быть легкие кратковременные касания вниманием. После кратковременного усилия надо снова перейти в состояние смирения и наблюдения. Так повторить несколько раз.

Если замечаете внутреннее сопротивление и отсутствие эффекта, определите препятствие и проведите с ним психокатарсис. Задайте вопрос: «Что мне препятствует? Как это выглядит? Где оно находится?» Представьте препятствие в виде текучей, постоянно изменяющейся энергии. Позвольте этой энергии перетекать и переформировываться, прослеживайте ее изменения.

В одной из предыдущих глав мы уже затрагивали тему восприятия негативных ощущений и препятствий в виде энергии. Сейчас рассмотрим это поподробнее. Вспомним, что все эмоции и ощущения органов чувств являются энергией. Энергия всегда движется, меняется и ищет перевоплощения в новых структурах. Наш мир – тоже энергия и его удержание происходит нашим вниманием. На процесс удержания мира задействована большая часть нашего

внимания. Если лишить нас непрерывного поступления информации от органов чувств, то освобожденная энергия внимания начинает задействоваться для осознания иных миров, озарений и проявления сверхспособностей. Мир человека очень хрупок. История знает много примеров, когда помещенные в камеру-одиночку люди сходили с ума в течение нескольких месяцев. Достаточно нескольких часов полной сенсорной изоляции, чтобы человек начал воспринимать совершенно другой мир. Отсутствие внешних стимулов освобождает место для стимулов внутренних. Широко известны опыты Джона Лилли, придумавшего специальный бассейн, куда не проникал свет и звук. Температура воды соответствовала температуре тела. Все это лишало человека тактильных и температурных ощущений. К тому же погруженное тело лишено ощущения собственного веса. Дыхание осуществлялось через специальную маску. Погрузившись, Лилли начинал медитировать, отключал мышление и наблюдал за внутренним состоянием. Ему требовалось буквально несколько минут, чтобы оказаться вовлеченным в иные миры, всевозможные галлюцинации и путешествия в астральном теле.

«Какое значение могла бы иметь для меня возможность воспринимать энергетическую сущность вещей? – как-то спросил я дон Хуана.

– Это значит, что ты смог бы непосредственно воспринимать энергию, – ответил он. – Все, что мы воспринимаем, есть энергия. Но, поскольку мы не можем воспринимать ее непосредственно, без интерпретаций, мы обрабатываем результаты восприятия, подгоняя их под определенный шаблон. Я убежден, что для выживания человечества людям необходимо срочно поменять саму социальную основу восприятия.

– А какова социальная основа восприятия, дон Хуан? – Физическая определенность, уверенность в том, что мир состоит из отдельных конкретных объектов. Я называю это социальной основой потому, что каждый человек прилагает серьезнейшие усилия, яростно пытаясь удержать свое восприятие мира в общепринятом русле. – А как же тогда надо воспринимать мир? – Все есть энергия. Вся Вселенная – это энергия. Нам следует обрести уверенность, именно физическую уверенность, что не существует ничего, кроме энергии. Необходимо совершить усилие, достаточно мощное для того, чтобы изменить русло восприятия, заставив нас воспринимать мир как энергию. Тогда обе возможности (воспринимать как объекты и как энергию – А.Н.) будут на кончиках наших пальцев». (Кастанеда.)

Когда-то, на определенном этапе нашей духовной эволюции, нам пришлось воспринимать мир как объекты, но мы завязли в односторонности. Нам надо вернуться к восприятию энергии, а затем снова к восприятию предметного мира, и добровольно выбирать

попеременное восприятие. «Много лет назад, когда я жил в Санта-Круз, один телефонный звонок очень меня расстроил. У меня до этого никогда не было приступов тревожности, хотя как психотерапевт я много помогал людям с этой проблемой. После телефонного звонка мое тело похолодело, мое сердце колотилось, я застыл и был в ужасе. Я действительно не понимал, что со мной происходит. Кристи, как хорошая жена, сказала: «У тебя приступ тревожности». Не приходится говорить, что я боролся с этим, сопротивлялся ему, накрывался одеялами. Это было страшно.

Позже я сказал себе: «Жду не дождусь моего следующего приступа тревожности». Почему? Потому что в нем было так много энергии, которую можно использовать. И действительно, где-то через две недели, бам, сильное сердцебиение, сухость во рту, застывшее в ужасе тело. Но в этот раз, сохраняя определенное «наблюдающее присутствие», я понял, что происходит. Я лег на пол и сосредоточил внимание на моем теле, на страхе, ощущениях, как энергии. Моим отношением к этому было: «будь что будет». Скоро я почувствовал, как мое сердце открылось. Я был раним, удивительно соединен с самим собой, я испытал прекрасное состояние. Вот возможность такого вида практики». (Стивен Волински.)

Лучшие представители западных религий знали, что энергия, заключенная в сильных ощущениях, есть путь к Богу, и что, только пройдя через личный опыт страданий, можно познать более глубокий смысл жизни. Таким образом, тема медитации снова привела нас к религиозному катарсису. И теперь, с этой новой точки зрения, мы можем понять, почему многие святые сознательно поддерживали в себе чувства страдания, унижения, мысли о смерти. А когда жизнь сама, без их согласия, приносила испытания, они пытались не осудить никого за перенесенные страдания, достичь смирения и принять жизнь такой, какая она есть. **«С великой радостью принимайте, братия мои, когда впадаете в различные искушения».** (Иаков 1:2.) **«Для меня все прекрасно, что прекрасно для тебя, о, Вселенная. Ничто не может для меня прийти слишком рано или слишком поздно, все своевременно для тебя».** (Марк Аврелий). **«Вы не грешник, вы невежда. Вам не мстит Бог, вы просто познаете его».** (Ницше.) **«Со смирением принимай свою судьбу как вызов, а не как повод для сожаления».** (Кастанеда.)

Никакие мистические переживания не имеют ценности, если их результаты не отражаются на обыденной жизни. Поэтому со временем бдительность от формальных медитаций переносится на всю повседневную жизнь. Когда человек чем-то занят, будь то общение с другом, просмотр телевизора или прием пищи, то он автоматически отождествляется со своим тоннелем реальности. Нужно во все эти моменты сохранять внимательность и наблюдать за ощущениями, как

за энергией. Постепенно человек приходит к тому, что сохраняет наблюдение за собой и в более сложные жизненные моменты. Именно жизнь с ее проблемами становится лучшим полем для практики внимательности. По мере развития способности к самонаблюдению, мы превращаем жизнь в беспрестанное упражнение или магическое бытие. Рассказ страдальцы за религиозные убеждения. «Вошли шесть женщин с ивовыми прутьями. Последовал приказ: «Разденьтесь!» Я разделась. «Снимите и рубашку», – сказали мне. Они были так нетерпеливы, что сами сорвали ее с меня, и я осталась обнаженной по пояс. Привязывая, стягивая веревки изо всей силы, они насмешливо спрашивали меня: «Не больно ли тебе?» И затем стали истязать меня с яростью, приговаривая при каждом ударе: «Молись теперь своему Богу!» И в это мгновение я ощутила величайшее утешение, подобного которому я никогда не испытывала, при мысли, что я подверглась бичеванию во имя Христа, и что его милосердие пребудет со мной. Как жаль, что я не могу описать то чувство непостижимой силы, утешения и мира, какое я ощущала внутри себя. Это чувство было до такой степени сильно, что привело меня в состояние восторга». (У. Джемс). Здесь мы наблюдаем спонтанное создание женщиной текучести энергии во время кризисного эпизода, приведшее к состоянию просветления.

«Освобождение от страданий доступно всем, кто пойдет по пути внимательности. С расцветом правильной бдительности ваш ум достигает совершенства». (Будда.) «Мы должны отрешиться от понятий дни и часы, а зорко всматриваться в каждую минуту». (Лао Цзы.) Даосы считают, что пока человек отождествляется, он спит. И только постоянное самонаблюдение способствует пробуждению. «Мы находимся в ловушке сна. Если человек принимает этот сон за действительность, его поступки полная глупость. Нельзя добиться власти над сном, не пробудившись». (Толтеки.) Хорошо иметь учителя, говорят они, который бы постоянно напоминал тебе: «Проснись!» Но жизненные проблемы – самый лучший учитель. Неприятности мотивируют и напоминают, что нужно работать над собой. **«Мудрец не раб страхов и желаний. Он им не подчиняется, не избегает их и не подавляет. Он с ними играет».** (Дзен-буддизм.) «Умереть легко, трудно победить или жить проигравшим. В этом вызов. Воин не стремится закончить битву, а использует каждое мгновение для получения даров силы». (Толтеки.) «Я делю ситуации только на приятные и полезные». (Доктор Синельников.) Люди, которых внутренний дискомфорт заставляет жить стремлением к чему-то, надеяться на будущее, с нетерпением спешить, не замечая настоящего, похожи на ослов, идущих за пучками сена, привязанными к ним же с помощью палки.

Что заставляет нас так себя вести? Страх! Страх перед болью и неопределенностью.

Следующий отрывок из книги Уильяма Джеймса «Многообразие религиозного опыта» показывает пример осознанного вхождения в состояние неопределенности, что приводит к текучести энергии.

«Человек, возрождение которого не началось, все еще доверяет своим собственным средствам. Вот почему в анналах святой жизни звучит одна и та же нота: положитесь на промысел божий, не оставляйте для себя никаких лазеек, не думайте о завтрашнем дне, все, что имеете, раздайте нищим. Только тогда вы достигнете полной безопасности, когда ваша жертва не оставит о себе сожаления. Как пример я приведу отрывок из биографии Антуанетты Буриньон, необыкновенной женщины, которая в свое время подвергалась гонениям со стороны церкви за то, что не хотела принимать религии из вторых рук.

Молодой девушкой она жила в доме своего отца. Она проводила целые ночи в молитвах, непрестанно повторяя: «Господи, что ты хочешь, чтобы я сделала? У меня нет никого, кто бы наставил меня. Говори к моей душе, и она будет слушать тебя». В этот момент она услышала, как кто-то произнес внутри нее: «Покинь все земные вещи. Откажись от привязанностей к существам сотворенным. Откажись от самой себя». Она была очень удивлена, так как не могла понять смысла этих слов, и долго размышляла над ними, над теми тремя пунктами, стараясь понять, каким образом она может выполнить сказанное ей. Сначала она решила поступить в монастырь, надеясь там отказаться от мирских вещей. Но настоятель Кармелитского монастыря сказал, что они принимают только тех девушек, кто может внести деньги на монастырские постройки. Это ее очень удивило.

Она продолжала молиться и однажды задала Богу вопрос: «Когда я буду полностью принадлежать тебе?» «Когда у тебя не будет ничего, и когда ты умрешь для себя» «Где я могу сделать это, господи?» «В пустыне». Это произвело на нее огромное впечатление, и она стала готовиться к уходу в пустыню. Ей было всего восемнадцать лет, она никогда не покидала надолго родительского дома. Однако она отложила все сомнения в сторону и сказала: «Господи, води меня, куда пожелаешь». В это время родители задумали выдать ее замуж за богатого купца, но она надела одежду отшельника, отрезала косу и в день Пасхи ушла из дома. Она захватила с собой всего несколько копеек, чтобы купить хлеба на этот день, но, отойдя несколько шагов от дома, сказала себе: «На что ты возлагаешь упование? На эти жалкие деньги?» И тотчас отбросила в сторону все монеты, прося у Бога прощения за свой поступок и говоря: «Нет, Господи, я каждую секунду своей жизни вверяю воле твоей. Ты один знаешь, что мне необходимо: осыпать меня дарами или отнять у меня все».

Вернемся к аутогенной тренировке. Освоив первый этап, практикующий переходит к высшей ступени. Она не столь широко распространена и разрекламирована по сравнению с первой, хотя в

ней-то как раз и заключены все возможности, которых ждут и не получают от первой ступени. Как это часто бывает со всеми глубоко проработанными практиками, широкому распространению они всегда обязаны именно своей примитивной составляющей, той, что доступна массовому сознанию.

Войдя с помощью первой ступени в состояние глубокой релаксации, занимающийся при закрытых глазах отводит глазные яблоки слегка вверх и как бы смотрит в одну точку, расположенную чуть выше надбровья. Смысл данного упражнения – воспитание устойчивого внимания. Необходимо смотреть в одну точку, ни на что не отвлекаясь, не позволяя уводить внимание в сторону ни внешним раздражителям, ни мыслям, ни фантазиям. Выполняется данное упражнение в течение шести месяцев. Рекомендуется довести длительность этого упражнения до 30–60 минут. Это **первый этап** высшей ступени аутотренинга. Чтобы понять смысл этого этапа, рассмотрим для примера буддистскую практику.

Самое сложное во всех медитациях, но именно то, что приносит реальный эффект, – это удержание внимания на объекте медитации в течение длительного времени. Объектом внимания может быть что угодно, это не суть важно: внешний предмет (цветок, пламя свечи, камень и тому подобное), какая-либо часть тела или часть его внутреннего пространства: чакры, рука, нога, солнечное сплетение, «третий глаз»), ритм дыхания, молитвы, мантры, понятие Бога, чувства, ощущения вкуса, боль, желания, эмоции. Существуют сотни, если не тысячи видов медитаций, но в основе всех лежит работа с вниманием. Наиболее продвинутые формы медитаций приводят к представлению относительности всего того, что мы воспринимаем как реальный мир. Понятия и чувства, все общепринятые представления о мире объектов и человеческом сознании можно изменить посредством медитации на любые представления. Можно создать такое восприятие себя, что зрение, например, будет располагаться в руке, а сознание своего Я практикующий может переместить в отдаленный объект. Можно научиться ощущать себя деревом или камнем и со стороны камня наблюдать за самим собой как за человеческим существом. В общем, все то, о чем уже было написано в этой книге в разделе о шизофрении или видениях на сеансах ЛСД, можно сознательно и управляемо создать с помощью медитаций.

Начальный этап большей части психотехник медитация на безмолвие, когда ученик пытается удержать внутреннюю пустоту ума, не допуская мыслей, воспоминаний и фантазий, то есть всего того, что составляет внутренний диалог. На первых этапах медитирующий сосредотачивает внимание в одной точке, всматривается во внутреннюю пустоту и пытается опустошить свое сознание до полного отсутствия каких-либо мыслей или образов. Создание мысленного безмолвия и отказ от внутреннего диалога не простая задача. Но если

раз за разом пытаться делать это, то рано или поздно это получится. Сначала это будет удаваться на несколько секунд. Но с продолжением практики способность управлять вниманием будет увеличиваться, и удержание внутренней пустоты будет становиться все более простой задачей. Современный западный человек ежедневно прокручивает в голове около 30 тысяч мыслей, многие из которых повторяются изо дня в день. Это ментальная жвачка, отходы мышления, с помощью которых интеллект пытается сохранить свою власть и остаться хозяином нашего существа. Но интеллект должен быть хорошо управляемым инструментом, а не хозяином. «Главный враг – внутренний диалог. Когда маг научится освобождаться от него, все становится возможным». (Кастанеда.) **«Отключи свой ум, расслабься и плыви по течению... это не смерть, это не смерть... Оставь свои мысли, поддайся пустоте... это сияние, это сияние».** (Джон Леннон.) «Человек больше мечтает, чем думает». (Гюго.)

Постоянный внутренний диалог перекрывает доступ к божественному. «Мы непрерывно разговариваем с собой о нашем мире. Фактически, мы создаем наш мир своим внутренним диалогом. Когда мы перестаем разговаривать с собой, мир становится таким, каким он должен быть. Мы обновляем его, наделяем его жизнью, мы поддерживаем его своим внутренним диалогом. И не только это. Мы так же выбираем свои пути в соответствии с тем, что говорим себе. Так мы повторяем тот же самый выбор еще и еще, до тех пор, пока не умрем. Потому что мы продолжаем все тот же внутренний диалог. Воин осознает это и стремится прекратить свой внутренний диалог». (Кастанеда.) Не следует усилием отбрасывать мысли. Необходимо созерцать их, наблюдать источник их происхождения, позволять им следовать в потоке психики, не отождествляясь с ними. Пусть они проходят свободно, «подобно птицам, легко и бесшумно пролетающим по небу и бесследно исчезающим вдаль». Надо помнить, что старание не совершать усилие – это тоже усилие. При таком подходе мысли вскоре будут восприниматься в виде энергетической вибрации, не несущей опознавания.

Со временем обнаружится, что «пустое сознание» не такое уж пустое. Вместо мыслей появляются образы, которые так же являются энергетической субстанцией; при сохранении бдительности все образы, чувства, ощущения и эмоции можно воспринимать в виде энергетической вибрации. Все, что мы воспринимаем, становится потоком энергии. Занимающийся находится в русле потока, наблюдает за ним, не пытаясь контролировать, и избегает отождествления. Он не навязывает, не направляет и не регулирует течение внутренних энергий, а позволяет им течь и переформировываться в соответствии с ее собственными законами.

Через 6–8 месяцев аутотренинга практикующий должен научиться удерживать внимание на внутреннем экране, не отвлекаясь в течение часа, позволяя возникающим образам и ощущениям просто быть, ничего не делая с ними, и сохраняя внутреннее безмолвие.

После этого переходим ко **второму этапу** высшей ступени. На этом этапе занимающийся пытается удерживать возникающие образы, фиксировать их, не давать им переформировываться и двигаться. На освоение этого этапа уходит обычно три-четыре недели.

Третий этап – это развитие способности к управляемой визуализации представлений. Тренирующийся вызывает перед своим мысленным взором представление какого-либо цвета или простого объекта, выбранного им заранее. Когда человек научится вызывать и удерживать какое-то время четкий образ предмета или цветовой фон, делается переход к следующему упражнению.

Четвертый этап. Переживание чувственного и образного представления абстрактных событий. Человек задается темой, например, счастье, справедливость, нация, планета Земля, Бог, и ждет, когда на мысленном экране возникнут зрительные образы. При правильном освоении образы должны сопровождаться эмоциональными ощущениями и чувствами. Каждому человеку знакомы ощущения гнева, стыда или какие-то эмоции счастья. Точно так же любое абстрактное понятие имеет свой чувственный эквивалент. Переживание чувственного эквивалента абстрактного понятия позволяет интенсивно погружаться во все более глубокие слои бессознательного.

Пятый этап. Начало внутреннего диалога с бессознательным. Практикующий задается любым вопросом и ждет ответ, приходящий в образах, символах, прямых подсказках, голосах или любых других проявлениях. Это может быть поток мысленных картин или внезапные озарения. В чем моя главная проблема? Кто я? Чего я хочу? Как исполнить мое желание? Что я должен сделать?

Шестой этап. Вызывание образов людей с ощущением их энергетических вибраций. Сначала это нейтральные или безличные образы (торговец, полицейский, политик). Затем – эмоционально окрашенные образы людей, связанные с практикующим какими-либо отношениями. Как правило, это крайние типы эмоциональных отношений: симпатии или антипатии. Эти эмоции придают возникающим образам гиперболизированный или карикатурный образ, выделяя соответствующие черты личности. В процессе длительной визуализации образа гиперболизация снижается, наступает этап нейтрализации. Нейтрализация является показателем успешности проведения упражнения. На этом этапе возможны возвраты в детство с переживанием травмирующих эпизодов, в которых участвовали вызываемые персонажи. Нейтрализация становится результатом катарсиса.

Седьмой этап. На этом этапе занимающийся способен визуализировать любые события и фантазии. Например, создание идеального образа самого себя и вживание в него. Это этап управляемой галлюцинации. Возможно, это также уровень управляемых сновидений. На этом уровне, в принципе, уже можно формировать любые события реальной жизни.

Шульц утверждал, что при правильных и регулярных тренировках на освоение высшей ступени требуется не менее полутора лет.

Срок в полтора года может быть выдержан при нескольких условиях. Самое важное из них – это регулярность занятий. На первом этапе занятия должны проходить не менее трех раз в день. А на последующих – не менее одного раза в день в течение часа. Тут надо понимать, что если во время часового сеанса вы десять минут работали с сознанием, а остальные пятьдесят минут занимались размышлениями, воспоминаниями или фантазированием, значит, реальное время тренировки было только десять минут. Кроме того, занятия под руководством опытного учителя всегда более эффективны.

Анекдот про аутотренинг. *Встречаются два друга и обсуждают свои сексуальные возможности. – Я в последние годы сильно сдал, больше одного раза за ночь уже не могу, – жалуется Джон. Друг отвечает:*

– Со мной тоже такое происходило. Но теперь я применяю аутотренинг. После секса погружаюсь в транс и даю себе установку, что через пятнадцать минут проснусь и смогу сделать это снова. Выхожу из транса, занимаюсь сексом второй раз. После этого снова ввожу себя в транс и даю установку, что через пятнадцать минут проснусь бодрым и сильным и снова буду заниматься сексом. Просыпаюсь и третий раз удовлетворяю свою женщину. Таким образом, три раза за ночь для меня не проблема. Могу и тебя научить аутотренингу.

Пройдя курс обучения у своего друга, Джон, наконец, решается применить аутотренинг на практике. После первого оргазма с женой погружается в транс и дает себе установку, что после пробуждения сможет это повторить. Просыпается, занимается сексом, снова вводит себя в транс и настраивается снова. Просыпается, занимается сексом третий раз и удовлетворенный засыпает. Утром звонит будильник. Но после такой бурной ночи пробуждение дается весьма тяжело, и Джон немного опаздывает на работу. Начальник грозит его уволить, на что Джон говорит:

– Я пятнадцать лет служил вам без единого замечания. Неужели вы хотите уволить меня за то, что я впервые за пятнадцать лет опоздал на какие-то десять минут? – Какие-то десять минут? Ничего себе! А где же вы были вчера и позавчера?

Во всех медитациях каждое предыдущее упражнение является расширителем сознания для выполнения следующего. И пока какое-либо упражнение не будет правильно освоено, следующий этап будет недоступен. Главная причина в том, что в психику человека встроена так называемая «защита от дурака», которая не позволяет неподготовленному сознанию входить в глубокие уровни бессознательного. Это опасно. А подготовка происходит последовательными ступенями.

Переход на более глубокие уровни труднее дается людям с преобладанием интеллектуального мышления, склонным к контролированию всех аспектов своей жизни. А также людям со страхом перед будущим, склонным тревожиться по поводу последствий своих действий. Когда просчет и контролирование из необходимых инструментов превращаются в хозяина человека, они мешают ему войти в состояние неопределенности, тем самым сильно ограничивая возможности в управлении течениями энергий. Медитация вскрывает эти качества и показывает зоны, где их влияние становится ограничивающим фактором в дальнейшем совершенствовании сознания.

Когда во время медитации человек не может погрузиться в глубокие уровни транса, откуда возможно управление тонусом сосудов или другими подобными функциями, он сталкивается с законом, который гласит: «Управление объектами и событиями, неподвластными прямому контролю и волевому влиянию, может быть осуществлено только через моменты неопределенности». А момент неопределенности всегда предваряется следованием потоку без сопротивления. Следовать потоку в неопределенности – это скользить по абсолютно гладкому склону без возможности повлиять на направление и скорость и без знания того, куда это нас приведет. «Тому, кто подчинился течению Дао, следуя естественным процессам неба и земли, несложно управлять всем миром».

На всех этапах практики, начиная от самых простых и заканчивая самыми продвинутыми, занимающийся встречается с трудностями в виде всевозможных страхов, потребности контролировать, автоматического возврата к прежнему образу мышления и поведения. При опросах принимающих ЛСД выяснилось, что 80 % из них считают опыт, приобретенный во время сеанса, положительным и лишь 20 % – отрицательным. В дальнейшем выяснилось, что в состав этих двадцати процентов входили люди, которые не смогли довериться процессу, боялись отпустить себя, позволить развернуться надвигающимся энергетическим паттернам. Они сопротивлялись приходу негативных ощущений, не в состоянии были взглянуть в лицо своим страхам и пытались контролировать себя. Тем самым они блокировали течение энергий. Зато те, кто сумел

войти в процесс, после прохождения кризиса испытывали чувство необычайной свободы и радости.

Кризис всегда сопровождает рост. Буддисты знают, что переход на новый психический уровень совершается через ощущение хаоса, через сомнения и даже страх смерти. За «великой смертью» следует пробуждение и «великая радость», которая выражается естественным смехом. Весь этот процесс – эквивалент самокатарсиса и перепросмотра. Кризисы и следующие за ними просветления расцениваются как центральный опыт и как подтверждение правильности практики. После прохождения очередного кризиса буддист испытывает озарение, проявляющееся в постижении смысла бытия, эйфорических ощущениях, осознании ответов на неразрешимые вопросы.

Сам я впервые познакомился с аутогенной тренировкой Шульца, когда мне было пятнадцать лет. Я был просто поражен ею и обязательно хотел освоить высшую ступень, с помощью которой собирался входить в измененные состояния сознания и жить в иных реальностях, созданных с помощью моей воли. В тот момент я был влюблен в девочку из четвертого подъезда и мечтал о том, как буду целоваться с ней на морском песчаном пляже. Такая была подростковая эротическая фантазия. Конечно же, это должно было происходить в трансцендентном мире, ибо, когда я приближался к моей девочке в настоящей жизни, ноги становились ватными, а язык переставал меня слушаться. Страх был сильнее моей воли. Этот страх заставлял меня демонстративно ее не замечать и делать равнодушный вид, хотя желал я совершенно другого.

Таков закон: неспособность к реальной жизни заставляет бросать силы на изучение мира внутреннего. Но отношения между сознанием и реальностью задуманы очень хитро. Самостоятельное погружение в глубокие медитативные уровни возможно только через разрядку программирующих матриц, в том числе и тех, что вызывают стыд и страх перед женщинами. К тому времени, когда человек приближается к возможности создавать внутренние миры, те проблемы, которые толкнули его на начало совершенствования, уже перестают быть для него проблемами.

По мере расширения сознания его способность к охвату и гармонизации становится всеобъемлющей. Со временем медитативный психотренинг приводит к улучшению памяти, более яркому восприятию, сильным эмоциям, остроте мышления, к способности интуитивного решения жизненных и других задач.

«Много лет назад я, как обычно, медитировал в Индии. Когда я наблюдал, как приходят и уходят мои мысли, я заметил знакомую мысль, которая звучала точно как голос моей матери. Мысль говорила: «Весь этот путь – постоянный тяжелый бой». Обычно я бы автоматически слился с этой мыслью и пережил разочарование и

тщетность ее слов. Однако в этот раз я смог наблюдать ее и не отождествиться с ней. Впервые я почувствовал свободу от этой мысли и пережил открытое пространство, оставшееся после слияния с ней». (Стивен Волински.)

«Энергия становилась все более сильной, и я думал, что схожу с ума. Я ждал, когда что-то покажется из-под моего обычного сознания. Пришло: «Извините, что я есть». Я рассматривал это, наблюдал это и следил за тем, как оно стихает (исчезает). Я оказался совершенно в другом состоянии. Действительно, я бессознательно в своей жизни вел себя, говоря:

«Извините, что я есть». Это было моим шаблоном поведения в жизни. Я увидел это как объект и смог отпустить его на свободу. По-видимому, нельзя отпустить что-то на свободу, пока не узнаешь, что это». (Стивен Волински.) Никто ничего не может достичь, если изолирует внутренние переживания от повседневной жизни. Начинать мирскую практику лучше всего с двух упражнений: создание внутреннего безмолвия и работа с негативными ощущениями.

Внутреннее безмолвие старайтесь создавать всегда: выполняя работу, находясь в общественном транспорте, на отдыхе и даже во время общения.

Что касается работы с негативным материалом, то тут поле деятельности безгранично.

***Это сердце всегда полно страха,
Ум постоянно в опасениях,
Существует ли жизнь, свободная от тревог,
Сообщи мне это в ответ на мой вопрос.***

Это стихотворение написано 2500 лет назад, и с тех пор человек не изменился. Каждый день мы испытываем негативные ощущения. Жизненные проблемы и неудачи, болезни, потеря контроля над событиями, бедность, уязвленное самолюбие, ненависть. Проиграть, потерпеть неудачу, испытать унижение, оказавшись дураком в чужих глазах, испытать гнев, зависть, стыд, страх, дискомфорт при общении, боль в теле – со всем этим медитирующий работает. Когда страшно или больно и все внутри кричит: «действуй, убегай, прячься, уничтожь источник боли», ты остаешься бдительным и работаешь со своими страхами, пропускаешь их сквозь себя, смотришь им в глаза.

Все эти ощущения прорабатываются как энергия. Вы начнете обнаруживать, что многие эмоциональные проблемы являются блокировками энергии в различных частях тела. «В европейском членстве мир построен в основном из того, что глаза сообщают уму. В магии все тело служит рецептором. Наши глаза питают наш рассудок. Согласно магии, эта ноша не является необходимой. Мы познаем всем телом. Надо настроить и привести в порядок тело так, чтобы сделать его хорошим рецептором. Тело – это сознание, и с ним надо

обращаться безупречно». (Кастанеда.) Самвел Гарибян, обладатель самой сильной в мире памяти, что подтверждает книга Гиннеса, проводит семинары для желающих развить способности к запоминанию. Свое выступление он начинает с вопроса: «Вы знаете, сколько весит мой мозг?» И сам на него отвечает: «Мой мозг весит 82 килограмма, потому что я думаю всем телом». На определенном этапе основным понятием в практике становится бдительность. Следует постоянно быть начеку, чтобы не отождествляться, оставаясь лишь наблюдателем энергии, сторонним наблюдателем за своими реакциями, и не возобновлять мысленный диалог.

Мыслящий человек может спросить: «Хорошо, мы будем работать со страхами, неудовлетворенностью, самолюбием и болью во внутреннем пространстве, со всем тем, что заставляет нас действовать в жизни; ничего не будем делать во внешнем мире, наши дети пусть остаются нищими, самому умирать с голоду, но если от этого будешь страдать, испытывать страх смерти и чувство вины, то просто наблюдай за страданиями и прорабатывай их внутри себя. Так что ли?» «Причем здесь вера? Ведь нельзя же не жить». (Кафка.)

Вот тут мы подходим к основному вопросу всех религий, философий и мистических учений. Это вопрос противоречия между необходимостью деятельности и освобождением от мотивов деятельности.

В буддизме этот принцип называется **деяние в недеянии**, у Толтеков – **контролируемая глупость**, у индусов – **бхакти**, деятельность, очищенная от сознания. Именно этот принцип пытаются объяснить американские технологи успеха, когда говорят «Относись к жизни искренне, но не воспринимай ее всерьез».

ГЛАВА ПЯТАЯ

ДЕЯНИЕ В НЕДЕЯНИИ

*Мудрецы отказываются от знаний – почему ложь
служит истине – от беседы Кришны и Арджуны волосы
встают дыбом – формирование намерения – орлята
учатся летать – иногда полезно не думать – 7 правил
воина*

Деяние в недеянии – краеугольный камень любого учения. Поскольку это понятие затрагивает все парадоксы физического мира, его нельзя объяснить в последовательном, логически-понятийном, линейном изложении. Поэтому данная глава состоит из нескольких разрозненных фрагментов. Каждому фрагменту я дал отдельное название. Если вы обнаружите, что мысли, представленные в одном фрагменте, противоречат мыслям из другого фрагмента, значит, вы на правильном пути к пониманию принципа деяния в недеянии. Одновременное восприятие взаимоисключающих истин приводит к пониманию их на более высоком уровне. «Свойства системы не могут быть поняты из нее самой, а только с позиций системы более высокого уровня». (Теорема Геделя.) Это похоже на процесс рассматривания куба, на каждой грани которого нанесен какой-либо отдельный рисунок. Мы никак не можем увидеть все рисунки одновременно. Мы можем только поворачивать куб и рассматривать их по очереди. И только после этого у нас создается общее впечатление о всей той информации, которую несут рисунки на гранях куба.

Таким образом, эта глава представляет собой нечто вроде буддистского коана. Хороший коан, как и жизненная задача, заменяет целые тома философии. Одним из лучших коанов для совершенствующегося в духе является парадокс Зенона: **«Если Бог всемогущ, может ли он создать скалу, которую сам не сможет поднять?»**

Принцип деяния в недеянии перекликается со всеми темами, рассматриваемыми ранее. Поэтому прошу простить за повторения, избежать которых не представлялось возможным.

Фрагмент первый.

Несколько дополнительных замечаний о невозможности логического объяснения парадоксальных истин.

«О, вступившие на Путь, воистину трудно быть верным самому себе. Истина Будды темна и бездонна, но, будучи понята, как она легка! Я провел весь день, рассказывая людям об Истине, но слушатели до сих пор пребывают в полнейшем неведении. Люди, ущербные в вере, стремятся постигнуть Истину посредством слов. Полжизни растрачивают они, нося от одних дверей к другим

безжизненные трупы учений, наполненных словами. Владыка подземного мира спросит с них за все впустую стоптанные сандалии». (Дзен-буддизм.)

У человека несколько центров осознания, и разум только один из них. «Что касается любого учения, провозглашающего полную истину, то знай, что истина невыразима». (Алмазная сутра.) Именно поэтому любая философия, избегающая неопределенности, будет ущербна. А любые психотехники могут тогда только считаться высокотехнологичными, когда используют бессознательное и интуицию. Принцип деяния в недеянии, как и другие сложные феномены, присущие природе человека, должен передаваться не только в пределах интеллекта, но и дополняться чувственным восприятием.

Смогут ли слова передать знания, полученные чувственно? Сумеете ли вы слепому объяснить, что такое голубой или красный цвет? Кто-то подсчитал, что для того, чтобы описать словами один час игры в футбол, понадобится 250 лет. Но будут ли слова соответствовать непосредственному восприятию? Так и с чувственным познанием Истины: мы не имеем еще тех органов чувств, которыми могли бы полностью ее осознать, а тем более описать словами.

«Знания и рассуждения не приносят постижения. Мудрецы решили отказаться от них». (Дзен-буддизм.)

«Но прежде всего, не теряйся из-за того, что не можешь описать это событие. Оно за пределами синтаксиса нашего языка». (Кастанеда.)

«Нельзя обрести знание этого принципа, просто беседуя о нем, его можно пережить в своем внутреннем я».

«Век живи, век учись – дураком помрешь». (Русская пословица.)

«Кто в состоянии выразить, как он пылает, тот охвачен слабым огнем».

«Нельзя выпить слово вода».

«Не все вмещают слово мое». (Матф. 19:11.)

«Любой крупный ученый должен уметь доказать все, что угодно, в том числе и совершенно обратное тому, что он только что доказал. Большие истины всегда содержат в себе два абсолютно противоположных утверждения». (Д.В. Кандыба.)

Фрагмент второй.

Любой аспект физического мира в своем линейном пределе переходит в противоположность. Мы знаем: ничто в физическом мире не может существовать без своей противоположности, и ничто не может восприниматься без сравнения с чем-либо другим. Более того, любое качество при полной реализации переходит в свое отрицание. В

Древней Греции существовало философское течение эсхатология, которое утверждало, что доведение любого свойства до крайности приводит к отрицанию данного свойства. Даже принципиальные различия между духом и материей, в пределах изучения каждого из аспектов, обнаруживают постепенный переход одного в другое. Можно сказать, что бессмысленна сама идея быть духовным, ибо мы и так дух. **«Кто познает только дух – невежда. Кто познает только материю – невежда».** (Будда.) Единство и борьба противоположностей является главным свойством материального мира и человеческого сознания.

«Война – это мир, свобода – это рабство, незнание – сила». (Оруэлл.)

«Абсолютное право становится абсолютным бесправием, поэтому следуйте не только букве закона, но и духу его». (Римское право.)

«Очень печально, что стремление людей уменьшить зло порождает так много нового зла». (Г. Лихтенберг.)

«Благими намерениями вымощена дорога в ад».

«Мои недостатки – продолжение моих достоинств».

«То, что раньше нас продвигало, вскоре начинает нас ограничивать».

«То, что сжимают – расширяется, что ослабляют – укрепляется, что уничтожают – расцветает, кто хочет отнять у другого – непременно потеряет». (Лао-Цзы.)

«Богословы пытаются изобрести мир, где нет места горестям и страданиям, а значит, нет места чувственным наслаждениям. Пресный мир, разве это рай?»

«Ни насыщение, ни голод, и ничто другое не хорошо, если преступает меру природы». (Гиппократ.)

«Сила несет в себе слабость, если она чрезмерна».

«Страсти без конца осуждают, им приписывают все человеческие несчастья и при этом забывают, что они являются источником всех человеческих радостей». (Дидро.)

«Тот, кто породил тебя, породил и радости твои, и то, что ты проклинаешь. И то, и другое необходимо, согласно его законам. Целостность мира будет нарушена, если ты посягнешь на что-то в нем. А ты это неизбежно сделаешь, будь у тебя достаточно власти. Только тому будет дана такая власть, кто сможет принять до сих пор неприемлемое, а также не привяжется к сладким ощущениям бога, испытав их». (Марк Аврелий.)

«Говорят, деньги – корень всех бед; то же можно сказать и про отсутствие денег». (Батлер.)

«Жизнь – это материя, в которой мы непременно запутаемся, если будем рассуждать о ней слишком много или слишком мало». (Батлер.)

«Болезнь, боль и страдания – важнейший источник духовности». (Кафка.)

«Все, в том числе и ложь, служит истине». (Кафка.)

Эти парадоксы – цена, которую следует платить за наше воплощение в форме наделенных сознанием существ, которые неизбежно делят реальность на объекты и видят себя как нечто отличное от мира.

Каждое явление жизни существует только благодаря другому. Разве можно познать победу без борьбы, ощущать себя богатым, когда не существует бедных, понять смысл наслаждения без страданий, наслаждаться здоровьем, не пережив болезни. Только сравнение дает нам осознание реальности, и оно же приносит нам страдания. Но мы часто принимаем одну сторону и хотим избавиться от ее противоположности. Мы считаем противостоящую часть дуальной пары за помеху, за препятствия. Это заставляет нас страдать – препятствия делают нас несчастными. А правильно ли это? К чему приведет беспрепятственная реализация нашего желания? Удовольствие от утоления голода при неумеренности переходит в страдание от обжорства. Это в лучшем случае.

Возьмем физиологию. К каждому внутреннему органу подходит пара нервов. Один нерв отвечает за усиление функциональных процессов, другой за ослабление. Пропуская электрический импульс по одному нерву, мы можем поднять интенсивность деятельности любого органа до максимального уровня, а пропуская импульс по другому – полностью прекратить его функционирование. В здоровом организме эта пара нервов находится в тончайшем равновесии. В зависимости от изменяющихся условий, это равновесие колеблется в ту или иную сторону. При необходимости сердечный ритм ускоряется или замедляется, активность желудка, печени и кишечника усиливается или затухает. На физическую нагрузку, эмоции, болезни, влияния внешней среды подобным образом реагируют все системы организма. Но после максимального функционирования необходим отдых, иначе наступит истощение. С другой стороны, полное прекращение деятельности на длительное время приводит к атрофии органа. Чтобы орган продолжал нормально функционировать, ему необходима нагрузка. Другими словами, после работы необходимо отдыхать, но надо знать меру. Немецкие и американские ученые обнаружили, что после двухнедельного отпуска IQ снижается на 20 %. Для полноценной работы организма использование противоположных качеств, как видим, необходимо.

Надо отметить и то, что качество, полезное в одних условиях, становится вредным при других обстоятельствах. Физиологическая

реакция страха, например, очень полезна для выживания. При страхе повышается свертываемость крови, учащается сердцебиение, происходит освобождение кишечника и мочевого пузыря. В джунглях это поможет выжить, а на школьном экзамене?

Интересно также рассмотреть работу мышц-антагонистов. Сгибатели и разгибатели работают в противоположных направлениях. Отсутствие их согласования – это отсутствие управления телом. И только их тончайшее взаимодействие приводит ко всему многообразию движений, начиная от ходьбы и бега и заканчивая сложнейшими номерами гимнастов, грациозными движениями танцовщицы, мастерством рук пианиста или рабочего.

Работу мышц-антагонистов мы можем брать за пример всегда, когда обсуждаем вопросы сочетания труда и отдыха, активности и пассивности, интересы мужа или жены в семье, личных интересов и морали, даже добра и зла. Здесь мы увидим бесконечные типы сочетаний и весь диапазон силы напряжений.

Муж и жена всегда спорили по поводу расходования денег. Она обвиняла его в скупости, а он ее – в расточительности. И каждый находил своему поведению убедительные оправдания. Наконец, устав от споров, они обратились к мудрецу, чтобы он помог решить, кто из них прав. Мудрец показал им открытую ладонь и спросил: «Как вы назовете человека, у которого ладонь не сгибается?» «Инвалид» – ответили супруги. Тогда мудрец показал им сжатый кулак: «А так?» «Тоже инвалид» – ответили муж и жена. И через мгновение все поняли. (Лавский.)

А сколько людей мечтает о безграничной свободе и вечном счастье. Допустим, приятные события породят ощущение счастья. Но если эти события будут происходить постоянно, это повысит уровень наших ожиданий и нам все труднее будет получать ощущение счастья от событий одного уровня. «Такова природа человека, что за первый твой подарок он падает перед тобой ниц, за второй – целует руки, за третий – подлизывается, за четвертый – лишь кивает головой один раз, за пятый – становится фамиллярным, за шестой – оскорбляет тебя, за седьмой – судится с тобой за то, что ты дал недостаточно». (Гурджиев.)

Мы повышаем уровень наших запросов и страдаем, если не получаем желаемого. Таким образом, предыдущее счастье стало причиной нового несчастья. Чтобы остаться на том же уровне удовлетворения, надо напрягаться все сильнее. А несчастья, наоборот, снижают уровень притязаний так, что человек может быть счастлив уже от самой малости. Так что для частого ощущения счастья необходимо так же часто быть несчастным.

«Всегда наслаждаться – это значит вовсе не наслаждаться». (Вольтер.)

«Счастье, как и здоровье; если их не замечаешь, значит, они есть». (Тургенев.)

«Свободу невозможно определить из самой себя, она существует только как отрицание препятствия».

«Удовольствие состоит только в прекращении всякого страдания».

«Клиент больше доволен не тогда, когда его просто хорошо обслуживают, а тогда, когда он получает больше, чем ожидал». (Форд.)

Свобода – это миф. Птица в полете не свободна от законов аэродинамики, желающий иметь раба не свободен от того, чтобы не кормить его. Желающий властвовать над народом не свободен от того, чтобы потакать его потребностям. Чтобы быть свободным, необходимо подчиниться законам более высокого уровня. Чтобы получить свободу на высоком уровне, надо стать зависимым от требований еще более высокого уровня.

В воспитании детей, как мы помним, постоянное потакание ребенку, как и политика тирании, строгости и ограничений, одинаково приводят к формированию ущербности его личности. В этом плане я всегда вспоминаю дочку Онассиса – самого богатого человека в мире в середине прошлого века. У нее было все, в ее честь даже назывались корабли. Но в возрасте двадцати восьми лет она покончила жизнь самоубийством. **«Привилегии рождения губительны, нужен великий стимул».** (Ницше.)

Перейдем к социальным законам. Излишний контроль государства ослабляет экономику, но отсутствие контроля ослабляет государство. Только тонкое сочетание свободы и контроля делает государство сильным. Около двадцати лет назад в Италии развернулась кампания против коррупции. Экономическую деятельность, решения чиновников и совершение сделок стали жестко контролировать. Усилили наказания за нарушение законов. В итоге все стали бояться работать. Экономика резко пошла вниз. Правительству пришлось вернуться к более либеральной политике. Конечно, при ней процент незаконных сделок высок, но зато все работает. Экономика взаимосвязана. Незаконно заработанные деньги все равно участвуют в обороте, производстве, занятости населения, тесно сплетаясь с законной экономической деятельностью и являясь важной частью общегосударственного оборота. В то же время нельзя дать полную свободу, так как ничем не ограниченные частные интересы разрушат государство изнутри, и общественное богатство поделят между собой преуспевающие и наглые авантюристы. Государство и личность необходимы друг другу, при этом их интересы часто вступают в конфликт.

Вспомним кармические законы. Допустим, сегодня ты в чем-то победил, и ты наслаждаешься. Проигравший страдает. Тогда в

следующей жизни, наоборот, тебе придется пострадать в качестве проигравшего. Это поможет стать победителем в третьей жизни, чтобы снова быть проигравшим в четвертой. И так бесконечно? Где же смысл? Замкнутый круг.

От непонимания того, что все переходит в свою противоположность, многие впадают в заблуждение. Подобно персонажам Уильяма Джеймса в книге «Многообразие религиозного опыта». «Величайшим утешением монашеской жизни, – говорит один выдающийся иезуит, – служит убеждение, что, повинаясь другому, мы не можем совершить ошибку. Ваш начальник может ошибаться, приказывая вам сделать то или другое, но у вас есть уверенность, что, повинаясь ему, вы свободны от ошибки, потому что Бог спросит у вас только, исполнили ли вы как следует его приказание. И если вы будете в состоянии дать в этом отношении удовлетворительный отчет, вы совершенно свободны от ответственности. Правильно ли вы поступили или вам следовало бы поступить иначе, это будут спрашивать не с вас, а с вашего начальства. Раз вы совершили то, что вам было назначено, Бог снимет с вас ответственность за ваш поступок и возложит ее на вашего начальника. И святой Иероним был вполне прав, восхваляя в следующих словах преимущество послушания: «Какая безбрежная свобода! Какое блаженное ощущение уверенности, при которой человек делается почти безгрешным!» Святой Иоанн Климах придерживается того же мнения относительно послушания, называя его оправданием перед Господом. Поистине завидный удел – переплыть бушующее море на плечах и руках другого человека, и милость эта даруется Богом только тем, кто принял обет послушания».

Как незаметно смирение из духовного упражнения превращается в обыденный уход от ответственности.

Следуя такой логике, все подсудимые – нацистские преступники на Нюрнбергском процессе в 1945 году – были невинны. Ведь своим основным оправданием они считали то, что выполняли приказ. Значит, эти «святые», считавшие духовным ростом умение переплыть бушующее море на руках и плечах другого человека, в других исторических условиях вполне могли стать основателями концлагерей и нацистскими министрами. А последних обвиняли, ни много ни мало, в преступлениях против человечества. Пока у подчиняющегося есть свобода выбора между неповиновением и смирением, он несет ту же ответственность, что и его начальник.

Гессе являлся начальником концентрационного лагеря Освенцим. Он всегда старался быть исполнительным человеком. Сначала он слушался своих родителей, а затем и своих начальников. Исполнительность была его сильным качеством. Именно исполнительность и высокая ответственность заставила его сделать Освенцим безупречным предприятием по уничтожению человека.

«Как это трагично; я, от природы спокойный, добродушный и всегда отзывчивый, стал величайшим убийцей», – писал он в тюрьме.

Недавно разговаривал с другом. Он подарил бывшей жене машину, через месяц она сбила ребенка. «Она на меня сильно давила психологически, – говорит он, – требовала, изматывала нервы. Я подумал, что, отдавая машину, освобождаюсь от привязки к собственности и, делая доброе дело, зарабатываю хорошую карму. Другой бы человек злорадствовал после аварии, я же переживал. Получается, что я сделал не добро, а зло. Следовательно, терпеть ее недовольство, чувствовать себя плохим, не отдавать ей машину было бы лучшим и для меня, и для нее. Тогда в плохом поступке, в жадности и заключается истинная святость и доброта». «Во многих мудрости много печали».

Или поразмышляем о сложности выбора по мотивам книг одного из наиболее выдающихся российских исследователей сознания С.Н. Лазарева «Диагностика кармы». «Сначала отработайте тему гордыни, пройдите по жизни, сохраняя любовь. Примите крах вашей судьбы, воли, способности и возможности управлять. Почувствовали, отпустило, переходите к теме ревности. Крах отношений, измены, унижение желаний». Логически продолжаю. Научитесь сохранять любовь, когда вас убивают, насилуют ваших жену и детей. Готовы отрабатывать гордыню до этого уровня? В линейности не найдем ответа. Смирение становится потаканием злу.

Все превращается в свою противоположность, когда уровень силы не соответствует уровню поставленной задачи. *«Больше еды – вместо здоровья болезнь, больше тренировок – вместо рекордов инвалидность, хотели чайку попить и воду вскипятить – она вся выкипела».* (Веллер.) Фрагмент третий. Деятельность в физическом мире необходима, но любые мотивы этой деятельности по большому счету бессмысленны.

Желание это и мотив нашей деятельности, и проклятие нашего существования. Мы хотим освободиться от неудовлетворенности, от страхов. А именно они и являются главными мотиваторами для наших действий. Нет мотива – нет деятельности. Отсутствие деятельности приводит к снижению уровня выживаемости, вплоть до смерти. Одновременно в задачу каждого живого существа входит максимальное повышение уровня выживаемости. В пределе любому нашему выбору невозможно найти смысл при помощи чистой логики.

«Куда? Зачем? Для чего?»

В чем смысл двигателя внутреннего сгорания? Из банки бензина выделяется куча энергии, она может совершать работу.

В чем смысл этой работы? Автомобиль может двигаться быстрее и на большее расстояние.

В чем смысл такого передвижения? Гора кирпичей будет перемещена быстро и легко, всего одним человеком. В чем смысл этой перевозки? Рабочие быстро построят огромный дом.

В чем смысл этого строительства? Сто семей будут жить в комфорте.

В чем... и так далее, и так далее, и все они умрут. Вот черт! Так на хрена нам этот двигатель и эти кирпичи... Просто пожить послаще и все? Так зачем мы тогда мучились, любили, работали, квартиры украшали, детей растили, если конец один?» (Веллер.)

Все стремления жизни при глубоком анализе выглядят полной нелепостью. **«Кто не замечает суеты мира, тот суетен сам».** (Паскаль.) Поэтому любое интеллектуальное обоснование мотивации будет ущербно. Действительно, наш ум не может представить себе активность без желания и проявление усилий без мотива.

Страсти, чувства и ощущения – единственные мотиваторы, доводы которых неоспоримы, но от них надо отвязываться. Чем же руководствоваться? Ведь если лишены смысла победы и поражения, лишены смысла и поступки.

Больной перед операцией: «Доктор, я буду жить?» Доктор: «А смысл?».

Об этом парадоксе повествует Бхагават-гита, памятник древнеиндийской культуры.

«И Арджуна увидел в обеих армиях своих отцов, дедов, учителей, дядей по матери, братьев, сыновей, внуков, друзей, а также тестей и благожелателей.

«Что может принести мне эта битва, где погибнут все мои сородичи? Такой ценой, о, Кришна, как я могу желать победы в ней, надеяться на царство и радости, которое оно мне принесет?

О Говинда, зачем мне царства, счастье и даже сама жизнь, если те, ради кого мы могли бы этого желать, выстроены сейчас против нас в боевом порядке на этом поле? О Ты, поддерживающий жизнь во всех твоих созданиях, я не готов сражаться с ними, даже в обмен на все три мира, не то что за эту землю. Какую радость принесет нам убийство сыновей Дхритаташтры?

Лучше жить нищенствуя, нежели существовать ценою гибели великих душ, моих учителей. Пусть ими овладела мирская корысть, они все равно остаются моими учителями. Если они будут убиты, все наши радости будут окрашены кровью.

Слабость заставила меня утратить всякое самообладание; я уже не вижу, в чем мой долг, укажи мне

верный путь. Теперь я твой ученик, поручаю тебе душу мою. Прошу, научи меня.

Я не в силах успокоить боль, иссушающую мои чувства. Ее не утолит даже процветающее царство, не имеющее себе равных на земле, и верховная власть, подобная той, которой обладают полубоги на небесах.

Говинда, я не буду сражаться».

Верховная божественная личность произнес: «Мудрые не скорбят ни о живых, ни о мертвых.

Поэтому сражайся, о, потомок Бхараты. О Партха, как может человек, знающий, что душа неразрушима, вечна, нерождена и неизменна, убить кого-либо или заставить кого-либо убивать?

Зная это, не следует скорбеть о теле.

Если же ты полагаешь, что душа однажды рождается и навсегда умирает, все равно нет причины для скорби, о сильнорукий Арджуна.

Все сотворенное существует вначале в непроявленном состоянии, проявляется в промежуточной стадии и опять уходит в непроявленность после уничтожения Вселенной. Так зачем же печалиться?

Что же касается твоего долга воина, то знай, что нет лучшего для тебя занятия, чем сражаться, служа собственному предназначению. Поэтому не надо колебаться. О сын Кунти, либо ты будешь убит и достигнешь небесного царства, либо ты завоюешь царство земное и будешь наслаждаться им.

Ты имеешь только право исполнять свой долг, но плоды твоих действий не принадлежат тебе. Никогда не считай себя причиной результатов своей деятельности и не пытайся уклоняться от исполнения долга.

Будь уравновешен, Арджуна, исполняй свой долг, не беспокоясь об успехе или неудаче. Такое самообладание называется йогой.

Человек, занятый преданным служением Господу, освобождается даже в этой жизни от кармических последствий, как хороших, так и плохих. Поэтому стремись к йоге, в которой заключено все искусство деятельности. Каждый вынужден действовать в соответствии с качествами материальной природы; поэтому никто не может удержаться от деятельности, даже на мгновение. Исполняй свой долг, ибо это лучше, чем не работать. Без работы невозможно поддерживать свое материальное тело. Осознавший себя человек,

выполняя свои обязанности, не стремится к какой-либо цели, но нет у него причин и не выполнять их.

Поэтому человек должен действовать из чувства долга, не беспокоясь о плодах своей деятельности, ибо, действуя так, он достигает Всевышнего.

Поэтому, о Арджуна, посвятив Мне все свои действия, полностью осознавая меня, не желая выгоды, без притязаний на собственничество и стряхнув апатию, сражайся. Даже умные люди не знают, что есть действие и что – бездействие. Теперь Я объясню тебе, что есть действие, и, зная это, ты освободишься от всех несчастий. Все хитросплетения деятельности очень сложны для понимания.

Тот из людей разумен, кто видит бездействие в действии и действие в бездействии; его положение трансцендентально, хотя он и занят разнообразной деятельностью. Отказавшись от всякой привязанности к результатам своей деятельности, всегда удовлетворенный и независимый, он не совершает действий, приносящих плоды, хотя и занят всевозможными делами.

Тот, кто довольствуется прибылью, которая приходит сама собой, кто свободен от двойственности, свободен от зависти, кто сохраняет твердость как в успехе, так и в неудаче, тот никогда не запутывается в сетях кармы, хотя и совершает различные действия.

Итак, встань и приготовься сражаться и завоевать славу. Победи своих врагов и вволю наслаждайся процветающим царством. По Моему замыслу все они уже погибли; ты же, Савьясачи, можешь быть лишь Моим орудием в этом сражении.

Если ты не способен следовать этому, тогда посвети себя получению знаний. Однако лучшие знания медитация, а лучшие медитации отречение от плодов своего труда, ибо через такое отречение можно достичь спокойствия разума». Так внимал я беседе двух великих душ Кришны и Арджуны. И столь удивительно то, что я услышал, что волосы у меня встают дыбом».

Несколько высказываний дополнительно.

«По разумным причинам никогда ничего не делается». (Закон Мерфи.)

«Если действовать не будешь, ни к чему ума палата». (Руставели.)

«Выполнять долг это рента за право жить на земле».

«Если я обречен, то только на смерть, но и обречен на сопротивление до самой смерти». (Кафка.)

«Этот мир лишен смысла, и кто это осознал, обретает свободу». (Камю.)

«Желать чего-то и добиваться этого – свойство сильного характера. Но даже не желая чего-то, все-таки добиваться того – это свойственно сильнейшим, которые ощущают себя воплощенным фатумом». (Ницше.)

Притча, объясняющая действие без привязанности. *«Два шаолиньских монаха путешествовали от монастыря к монастырю. Как-то раз на берегу ручья им повстречалась девушка и попросила перенести ее на другой берег. Один из монахов взял ее на руки и перенес. После этого двое монахов продолжали путь. Через некоторое время один из них сказал: «Как ты мог так поступить? Ведь нам запрещено прикасаться к женщинам». «Я оставил женщину на берегу, а ты продолжаешь нести ее», – ответил другой».* (Лавский.)

Фрагмент четвертый.

С одной стороны, привязанность к цели является препятствием, а с другой, только наличие цели и страстное желание достичь ее делает человека действительно эффективным.

Тому, как привязанность к цели мешает достижению этой цели, я посвятил целую главу первой книги «Управление реальностью». Но именно наличие цели и позволяет к ней идти. Как же это совместить? Поговорим о намерении или о том, почему люди недалекие, глупые и нехорошие часто добиваются успеха, в то время как добрые и умные (не всегда, но часто) живут намного скромнее. Напомним, что в этой книге под словом «намерение» мы подразумеваем «желание без желания». Попробуйте это понять. А потом попробуйте понять слова «страстное намерение». Страстное намерение способно решить очень многие вопросы.

Однажды лягушка попала в колею. Как ни старалась выбраться, ничего не получается. Друзья ей помогали. И подкидывали, и землю под лапы подкладывали, и десятки советов давали. Все бесполезно. Все устали и разошлись домой. Утром смотрят, лягушка довольная плавает в озере. «Как тебе удалось выбраться?» – спросили у нее. «Увидела, что грузовик приближается», – последовал ответ.

К Учителю пришел человек и попросил научить его добиваться в жизни успеха. Мудрец заставил его залезть в бочку с водой и окунуться с головой. Затем он изо всех сил удерживал его голову так, что тот не мог подняться и вдохнуть воздуха. Наконец, с огромным усилием он встал, преодолев сопротивление, и вздохнул. «Что ты хотел, когда преодолевал мое сопротивление?» – спросил мудрец. «Дышать!» – ответил ученик. «А что еще?» «Больше

ничего». *«Вот это и есть сила единого желания. Сможешь так хотеть успеха, сможешь его достичь»*, – сказал Учитель.

Эксперименты на птицах доказали, что не существует определяемых признаков, свойственных доминантным самцам. Ни вес, ни размеры, ни обучаемость в лабиринтах: только жажда власти. Некоторые исследователи считают, что как в животных сообществах, так и в человеческом социуме, успешными становятся самцы с высоким уровнем мужского полового гормона тестостерона. Но это спорное положение. Ведь сексуальное желание может сублимироваться в такие виды деятельности, которые нельзя назвать престижными в общепринятом понимании. Бывают также случаи, когда высокий сексуальный потенциал был задействован негативными подсознательными программами, которые реализовывали энергию в депрессиях и направляли ее на материализацию неудач. Ну и, наконец, никто не будет отрицать, что женщины не меньше мужчин склонны к соперничеству. Они стремятся к успеху во всех доступных им областях жизни. Тестостерона у них меньше, а тщеславия, пожалуй, больше, чем у мужчин.

Попробуем выяснить, как намерение реализует успех.

«Желание появилось раньше жизни». К сожалению, не помню автора данного изречения. Хочу отметить, что в нем заложен многоуровневый смысл. От бытового до космологического.

«Есть простейшая истина, незнание которой убило бесчисленное множество идей и великодушных планов: провидение начинает действовать в тот же миг, когда человек решительно связывает себя какими-то обязательствами». (У.Г. Мюррей.)

«На ловца и зверь бежит». (Русская пословица.)

«Необходимость выше расчетов». (А. Македонский.)

Умен тот, чьи планы осуществляются. Если у человека есть способность к реализации своего намерения, то он добивается своего как благодаря, так и вопреки расчетам. Древние греки считали, что хорошим воином может стать только помеченный Богом человек. Викинги, нанимая на службу, всегда спрашивали, есть ли у данного воина удача. Древние римляне были уверены, что если личный ангел не помогает человеку, то все его начинания обречены на провал, несмотря на самые разумные и упорные действия. На самом деле все они говорили о силе намерения.

«Если вы хотите достичь цели, не старайтесь быть деликатным или умным. Пользуйтесь грубыми приемами. Бейте по цели сразу. Вернитесь и ударьте снова. Затем ударьте еще сильнее ударом плеча». (Черчилль.)

«Будьте страстны в своих исканиях».

«Грубая примитивная сила настойчивости некоронованная королева мира».

«Главное – понимание того, что это можно сделать».
(Кастанеда.)

Исследования американцев показали: чем выше интеллект, тем меньше шансов на власть. «Ограниченность – это преимущество. Интеллектуал не удержится у власти, колеблясь между множеством аспектов и последствий. Главное – уверенность, ясность, моноидея, простые убеждения, победа и месть без угрызений совести». (Ландрам.) Любая моноидея найдет себе подтверждение в многообразии и противоречивости жизни. Люди благодарны тем, кто избавляет их от мучений из-за борьбы противоречивых мотиваций. Выбор цели не имеет значения, но в материальном мире намерение исполняет только одно желание. Не допускай противоречия в мыслях.

«Не боритесь против бога влюбленных. Какие бы средства вы ни применяли, вы проиграете, будьте уверены». (Данте.) Это означает, что влюбленные настолько сильно стремятся друг к другу, что преодолевают любые разумные препятствия, буквальным образом сметая все на своем пути. Тем более, что состояние влюбленности позволяет задействовать достаточно мощные вселенские вибрации, до которых в присущем большинству людей полусонном состоянии не добраться.

В той же Америке существует Клуб 150. Членами клуба становятся те, чей IQ при тестировании превысил 150 баллов. Оказывается, почти все члены клуба в жизни середняки и неудачники. Видимо, умным деньги не нужны. Не ум важен, а намерение. Когда есть намерение, придут необходимые знания, будут созданы нужные условия. Откроются таланты, о которых человек и не подозревал. **«Ты всегда найдешь силы на путь, на который решился».** Еще раз необходимо напомнить: каждый обладает безграничным потенциалом.

Неудачники любят размышлять о процентах и вероятности. Но любая вероятность рано или поздно должна реализоваться в конкретный результат: либо 100 % – да, либо 100 % – нет. Пуля, пролетевшая в миллиметре от цели, так же бесполезна, как улетевшая в небо, хотя вероятность ее попадания больше. То же о процентах. Успешные любую вероятность превращают в реальность силой своего намерения. Основа успешных – немотивированная уверенность в правильности реализуемой программы действий. Эту уверенность они рационализируют так же, как неудачник рационализирует внутреннюю неуверенность и тревожность, объясняя свою бездеятельность объективными причинами. Кто-то видит препятствия, кто-то возможности.

Анекдот о вероятностях.

– Говорят, 70 % женщин изменяют своим мужьям. – Мне не нужны проценты. Ты говори номера телефонов, имена.

«Люди, достигшие успеха в мире – это те люди, которые встают и ищут нужный им случай». (Шоу.) Успех приходит чаще всего не к тому, кто планирует, а к тому, кто умеет воспользоваться случаем. Если человек мечтает о карьере и при этом не решается предпринимать каких-либо действий потому, что ждет надежных гарантий, то он приговорен навсегда оставаться на среднем уровне, слепо веря в ложную рациональность.

Намерение формирует успех, независимо от того, сколько ошибок на пути к нему вы сделали. Когда ты устремлен, случай пробьется к тебе, зайдет с черного хода тогда, когда меньше всего ожидаешь этого. Сумасшедшая удача приходит зачастую лишь после того, когда судьба много раз перед этим сказала «нет».

Обратимся опять к примеру мышц-антагонистов. Если нам нужно научиться сложному движению, то мы не контролируем каждую мелкую мышцу. Мы пробуем выполнить определенное движение, а какие для этого задействовать мышцы, какое их сочетание и какова последовательность их работы – все это просчитывает подсознание. Сначала движения будут неверными и неуклюжими, но раз за разом мышцы гармонизируются, и мы находим оптимальное выполнение. Как в известной сказке про сороконожку, которая запуталась в своих ногах после того, как ее попросили объяснить, в какой последовательности она переставляет ноги. Знание и умение – не одно и то же. Намерение – вот что нужно.

Преуспевающие люди буквально животом прочувствовали силу своего желания. И использовали эту силу. Характерен случай с Генри Фордом. Он дал своим инженерам задание создать новый двигатель, где все восемь цилиндров размещались бы в одном блоке. Инженеры ответили, что это невозможно. Он потребовал сделать это. Через шесть месяцев инженеры доложили, что испробовали все возможные варианты, но задачу не решили. Форд сказал, чтобы они продолжали работать над этим. Еще через полгода ему доложили, что невозможно выполнить его требование. Тут Форд произнес фразу, которая характеризует силу его веры в намерение: **«Я хочу этого, значит, это будет»**. Через некоторое время задача действительно была решена. Мятежный дух вырывается за рамки действительности. Наполеон Хилл, написавший много бестселлеров об успехе, проанализировав несколько тысяч успешных биографий и около 20000 неудачных судеб, пришел к следующему выводу. Успешные люди быстро принимали решение и держались его твердо, невзирая на возникающие препятствия. Неудачники долго думали, просчитывали варианты и, если брались за дело, отказывались от него при серьезных трудностях.

«Не берись ни за какие дела, вот признак мудрости. Взлся за дело – доводи до конца, вот второй признак мудрости». (Древнеиндийские источники.)

Теперь несколько более тонких замечаний.

«Чтобы разрешить конфликт двух сознаний, нужно намереваться сделать это, – сказал он. – Маги призывают намерение, произнося слова вслух, громко и ясно. Намерение – это одна из сил, существующих во Вселенной. Когда маги призывают намерение, оно приходит к ним и прокладывает путь к достижению цели. Это значит, что маги всегда выполняют то, что они решают сделать. – Ты имеешь в виду, дон Хуан, что маги получают все, что хотят, даже если это нечто мелкое, обычное и произвольное? – спросил я.

– Нет, я не это имею в виду. Намерение, конечно, можно призывать для чего угодно. Но маги выяснили, что намерение приходит к ним лишь для чего-то абстрактного. Это «предохранительный клапан» магов; иначе они были бы просто невыносимы. В твоём случае призывать намерение, чтобы разрешить конфликт твоих двух сознаний или чтобы услышать голос твоего истинного сознания, – это отнюдь не мелкое, произвольное и обычное дело. Наоборот, это высокая и абстрактная задача, и она жизненно важна для тебя!». (Кастанеда.) Это путь свободы. «Маг формирует намерение совершить то, что он намерен совершить, просто за счет того, что он намеревается это совершить» (Кастанеда.)

Фрагмент пятый.

Точный поступок есть баланс между всей суммой противоположностей.

Страстное намерение иногда сопровождается таким же страстным волевым усилием, а иногда и нет. Сначала принцип деяния в недеянии превращается в принцип желания в нежелании. При дальнейшем же рассмотрении он превратится в принцип пассивности в активности, контроля в доверии, знания в незнании, расчета в случайности и даже смирения в гордыне.

Вот несколько высказываний по поводу совмещения несовместимого.

«Скорость нужна, а поспешность вредна». (Суворов.)

«Поспешай не торопясь». (Русская пословица.)

«Не уподобляйся птице, голодающей от страха перед пугалом, не уподобляйся мышь, перебегающей дорогу в оживленном месте». (Козлов.)

«Мысли глобально, действуй локально».

«Прощение – это не вседозволенность».

«Смелость города берет, но отвага птички не спасает от когтей кошки».

«На бога надейся, а сам не плошай». (Русская народная пословица.)

«Если не можешь жить, как хочешь, живи, как можешь, но живи изо всех сил».

«Воин не срывает незрелый плод, но и не дает ему перезреть. Он позволяет ему расти – это пассивность и доверие независимым от него силам, он наблюдает за ним – это контроль. Он срывает его, когда нужно, – это активность. Воин всегда использует момент, когда в дело вступает Вселенная». (Толтеки.)

«Воин смиренен, но он повелевает». (Кастанеда.)

«Жизнь – это земледелие. Надо найти хороший кусок плодородной земли, распахать почву и запастись терпением. Урожай приходит позже, а главное же делается тогда, когда ни малейших результатов не видно». (Герберт Кауфман.)

«План не догма, а руководство к действию». (Маркс.)

В плане важны как замысел, так и исполнение. Всегда возникнут препятствия, которые не принимались в расчет при самом тщательном планировании. Необходимо совместить следование плану с умением воспользоваться ситуацией. **«Чтобы стать великим человеком, нужно уметь искусно пользоваться тем, что предлагает судьба».** (Ларошфуко.) Некоторые фармакологические вещества, лежащие в основе многих лекарств, были созданы в результате миллионов опытов, причем наиболее эффективные из них открыты случайно, вне программы исследований, и воспринимались сначала как досадные побочные эффекты. То же случалось и с другими открытиями. То же и в бизнесе. Леви Страус во время золотой лихорадки в Калифорнии затоварился парусиной для палаток. Когда выяснилось, что продать товар не удастся из-за большой конкуренции, он с горя, чтобы не пропадало добро, пошил для одного старателя рабочие штаны. Старателям так понравились прочные штаны из жесткой ткани, что посыпались непрерывные заказы. Так родились джинсы и состоялся один из самых преуспевающих бизнесменов Америки.

Самый яркий пример совмещения противоположностей предоставила нам сама природа. Знаете, как орлята учатся летать? Когда они достигают определенного возраста, им приходится прыгать из гнезда в пропасть. Есть небольшой период в жизни растущего орленка, когда он способен научиться летать; если этот период не использовать, то птица просто погибнет. Птенцы испытывают сильный страх, стараются оттянуть прыжок, но время не ждет. Они должны совершить прыжок в течение нескольких дней. Кто не осмеливается прыгнуть сам, того подталкивает орлица. Орленок прыгает, демонстрируя полное смирение, отрешенность от безопасности предыдущей жизни, готовность к смерти. Но вместе с этим он изо всех сил работает, действует. В эти несколько секунд его

судьба решается невероятным напряжением сил, максимальной работой мышц и нервов, силой его намерения. В совмещении противоположностей **«максимальное смирение – максимальная активность»** заключена вся суть квантовой психологии.

Настойчивость и упорство приводят к победе. Это верно. Но бывает, что с проблемой, которая вам противостоит, часто не удастся справиться, просто борясь с ней. «Спокойно ль смиряться с ударами судьбы, Иль надо оказать сопротивление?..» (Шекспир.) Извечная дилемма.

Летчики знают, что вывести самолет из штопора (неуправляемого падения) можно только после введения его в пикирование, временно увеличивая скорость падения. Иногда сопротивляться – только усугублять проблему. «Отличай упрямство от настойчивости». (Сократ.)

Олегу не давали покоя соседи алкоголики. Частые сборища их друзей, таких же алкашей, не особо радовали жителей дома. Пьяные дебоши и крики надоели так, что добропорядочные граждане за головы хватались. Сначала алкашей прогоняли. Бесполезно. Ругали и увещевали. Нулевой эффект. Вызовы милиции тоже приносили только временный результат.

Тогда Олег пошел к хозяевам притона и сказал:

– Господа, нужна ваша помощь. Ко мне приехала теща, а я не хочу, чтобы она жила со мной. Не могли бы вы каждый день устраивать шумный скандал. Чем громче будете кричать и ругаться матом, тем лучше. А я за это каждый вечер буду приносить вам бутылку водки.

Алкаши рады стараться. Через неделю Олег сказал:

– Тут у меня проблемы с деньгами. Я смогу вам давать только две бутылки в неделю. «Господа» поворчали и следующую неделю отработывали уже без энтузиазма.

Через неделю Олег зашел к соседям и пожаловался:

– Вы понимаете, не платят зарплату, поэтому смогу вам за ежедневные скандалы приносить только одну бутылку в две недели.

– Ну, нет, за бутылку в две недели сам дери глотку. С тех пор вокруг была тишина. Алкаши, даже если и ругались по-настоящему, старались делать это тихо. Чтобы тещу не спугнуть, назло этому жмоту Олегу.

Фрагмент шестой.

Принцип обратной связи. Двигайся в направлении цели, но всегда наблюдай, как реальность реагирует на каждый твой шаг. В этих ответных реакциях заключаются знаки-указатели. Здесь необходимо разумное совмещение настойчивости и уступчивости. Твердо сохраняй направление, даже если реальность сопротивляется, и в то же время будь готов остановиться (даже вернуться назад) и

обработать препятствие. Будь готов использовать жизненные проблемы как указатели пути. Совмещение настойчивости и уступчивости по-своему правильно понял один из участников ЛСД-сеансов. «Для меня стало ясно, что нет различия между сексом и процессом рождения и что скользящие движения в сексе идентичны скользящим движениям в родах. Я усвоил с легкостью, что всякий раз, когда женщина вжимает меня, я должен просто дать дорогу и скользить, куда бы она меня не толкала. Если я не боролся и не сопротивлялся, сжатие оказывалось чрезвычайно приятным. Иногда я настораживался: а если там конец и никакого выхода, и я должен буду задохнуться, но каждый раз меня подталкивало и мое тело изгибалось (меняло форму), я отпускал себя и легко скользил туда, куда меня посылали. Тело было покрыто той же слизью, что раньше в сеансе, но она уже не вызывала ни малейшего отвращения. Она уже казалась божественным уманием, которое так хорошо способствовало движению в предлагаемую сторону. Снова и снова возникало переживание, что «все к этому» («одно к одному»), что «это невероятно просто», что все годы борьбы, боли, страдания понять, попыток продумать – это все абсурдно, и что всегда это было прямо передо мной. Вы просто отпускаете себя, а жизнь сжимает вас и подталкивает вас, смягчает вас и направляет вас в согласии со своим путем. Удивительно, фантастично, что за странная шутка, что меня столь долго дурачили сложности жизни! Снова и снова приходило это переживание, и я смеялся в невыразимой радости». (Гроф.)

Фрагмент седьмой.

Спонтанные и эффективные решения и поступки.

Все афоризмы о совмещении несовместимого выглядят, конечно, красиво, но их понимание не освобождает нас на практике от проблемы выбора. Точный выбор между двумя противоположными подходами – основа управления реальностью.

Проблема выбора тем острее, чем больше мы детализируем информацию. Все теории временны и ограничены, основанные на них действия имеют смысл только в контексте места, времени и цели. Реальность – это движение. Вы всегда можете очертить точный круг проблем и создать соответствующую этим проблемам теорию. Но реальность размоет ваши построения, и то, что когда-то вам помогало, в других условиях будет ограничивать. То, что было правильно, при решении других задач будет неверным. Жизнь всегда нарушит устоявшийся Status Quo, и надо будет искать новые решения и делать новый выбор.

Логический и линейный мыслитель со временем понимает, что жизнь не доступна полному анализу, так как будущее – результат такого неисчислимого переплетения, что только при участии бессознательного можно найти правильное решение в этой умопомрачительной сложности. **«Чтобы умно поступать,**

одного ума мало». (Достоевский.) «Великие дела надо совершать не раздумывая». (Юлий Цезарь.) По мнению буддистов и адептов восточных единоборств, единственно правильным поведением в жизни становится не логическое обоснование поступков и целей, а освобождение от ложной рационализации и гармоничное участие в потоке жизни. Это выражается в спонтанности поступков, которые в сложных ситуациях оказываются наиболее правильными.

Трансформируя сознание в этом направлении, дзен-буддист работает с парадоксами мотивации. Он стремится избегать крайностей аскетизма, с одной стороны, и полного отказа от всякой тренировки, с другой. В практике психотренинга усиленное напряжение воли сочетается с релаксацией, дисциплина чувств и эмоций со спонтанностью психических проявлений. В итоге мышлением и поведением управляет психосоматическая целостность, в которой сознательные и подсознательные уровни находятся в гармоничном взаимодействии и единстве.

Отсутствие контролирующей и аналитической работы сознания помогает бессознательному находить возможности, а сознание их реализует. Действия человека в таком состоянии идут из самой глубины его существа, от его истинной природы, и продиктованы интуитивным озарением. К такому уровню приходят, только освободившись с помощью различных техник катарсиса (перепросмотр, медитации по разотождествлению, повседневная практика внимательности, внутреннее безмолвие) от всех привязанностей, от чувства собственной важности и от программирующих подсознательных матриц.

Неоднократно проходя через кризис неопределенности и состояние хаоса, прорабатывая страхи и парадоксальные ситуации, мастер получает ответы на жизненные вопросы в виде озарений и абсолютно точных спонтанных поступков. Возникает естественность поведения, способность к импровизации, учитывается текучесть, изменчивость и уникальность каждой конкретной ситуации. Буддистский учитель не дает знаний. Он ставит ученика в конфликт двойного послания с помощью коанов, создания соответствующих жизненных ситуаций, противоречивых высказываний, бессмысленных ударов своим посохом. И наблюдает, как решается этот конфликт: либо с помощью интеллектуального мышления, либо под влиянием чувственной реакции (например, гнев или стыд), либо гармонично, с возникновением озарения. **«Для того, чтобы победить, воин твердо держится цели, при этом следует потокам окружающего мира, подчиняется законам Вселенной и находится в единении с небесным провидением. Такое состояние позволяет ему выжить в самых трудных условиях».** (Из кодекса ниндзя.)

Решения и поступки продвинутого мастера есть проявления интуиции.

Учитель Яго Тадзима-но-ками был глубоко погружен в созерцание. Вдруг его тело мгновенно развернулось, повинаясь бессознательному импульсу, как будто сзади ему угрожала опасность. Находясь в боевой стойке, он увидел всего лишь юношу, который всегда сопровождал его, неся меч. Мастер захотел разобраться в происшедшем. Тогда юноша признался, выразив готовность понести наказание:

«Когда я увидел ваше высочество погруженным в созерцание цветущей вишни, во мне зародилась мысль, что, как бы ни был совершенен мой господин во владении мечом, он ни за что не смог бы защищаться, вздумай я нанести ему сейчас удар». Эта мысль и была уловлена какой-то частью сознания мастера.

«Разум не может принять правильное решение без сердца, сердце – без разума. Для их объединения требуется Дух». «Нет от дел (успехи. – А.Н.), чтоб никто не хвалился». (Мф 2:8-9.) «Истинно, истинно говорю вам: Сын ничего не может творить Сам от Себя, если не увидит Отца творящего: ибо, что творит Он, то и Сын творит тоже». (Иоанн 5:19.)

Подобный уровень управления реальностью превосходит любые другие практики. В свое время маги (воины свободы) столкнулись с проблемой. В случаях физического столкновения с врагами недостаток времени, необходимого для чтения заклинаний и отправления ритуалов, оставлял древних видящих такими же незащитными, каким был подчиняющийся им народ. Одной из самых серьезных ошибок древних видящих была их неспособность понять необходимость сделать свои знания более рациональными и практическими, чтобы их можно было использовать на физическом плане. Их последователи, новые видящие, исправили эту ошибку. В нужный момент они смещают точку сборки туда, где все решения принимает бессознательное. Они говорят, что подобная практика за пределами слов, вне описаний и вне концепций, поскольку все происходит в области непостижимого и невыразимого.

«На самом деле нет процедуры. Просто это приходит. Но приходит в результате подготовки. В любом случае, выбор делает бесконечность. Воин-путешественник просто молча соглашается с этим выбором». (Кастанеда.)

«Подлинное мышление мгновенно; времени на обдумывание требуют только основанные на чувстве собственной важности банальности» (Теун Марез. «Возвращение воинов».)

«Это может быть сделано, но не может быть объяснено». (Восточные боевые искусства.)

Толтеки говорят: тем, кто совершенствуется в миру, не нужна философия. Сама реальная жизнь ставит бесконечное множество парадоксальных задач. Решая их, человек познает законы Вселенной. Едва ли есть смысл повторять, что выбор деятельности, цели и вероисповедания не имеют значения. На любом пути, справляясь с кризисами и хаосом переходных парадоксальных периодов, совершенствующийся расширяет сознание. И если кто-то застрял на одном уровне, это не говорит о неправильности веры или мировоззрения, а всего лишь говорит об индивидуальной скорости развития. **«В любой ошибке есть что-то от Бога. Так что не спеши ее исправлять. Напротив, стремись постигнуть ее разумом, докопайся до самой сути. И тебе откроется ее сокровенный смысл».** (Ф. Гойя.)

У любого обычного человека есть способности к точным поступкам за пределами логического обоснования. Конечно, это не так ярко выражено, как у продвинутых мастеров магических практик. У наиболее гармоничных людей или у тех, чье сочетание подсознательных матриц способствует успеху (маниакальная программа), мы можем наблюдать в деятельности эффективное сочетание рационального мышления и интуиции. Это также заметно в отношении незначимых целей у любого человека. Особенно ярко проявляется влияние бессознательного у талантливых и гениальных людей в присущих им сферах деятельности. Удачливый бизнесмен, как хороший пианист, чувствует ситуацию кончиками пальцев. Многие успешные люди говорят о «чувстве живота»: «Нутром чую». Некоторые из тех, кто находился на вершине славы и богатства, замечали: «То, что произошло, было решено не нами».

Великая танцовщица Айседора Дункан только один раз в жизни посетила урок танцев. Когда ее спросили, кто учил ее танцевать, она ответила: «Терпсихора». Пытаясь объяснить, как она танцует, Дункан могла сказать только то, что в момент танца она находится в состоянии «зоны», «потока». Во время танца ее тело и разум становились выражением Духа. Этот дар влиял и на ее повседневную жизнь, становясь причиной иррациональных поступков и неспособности к жизни. Она не управляла им.

У каждого свой талант. Лев Толстой гениально показал действие интуиции в совершенно прозаической деятельности. *«Князь Василий не обдумывал своих планов, он еще менее думал сделать людям зло для того, чтобы приобрести выгоду. Он был только светский человек, успевший в свете и сделавший привычку из этого успеха. У него постоянно, смотря по обстоятельствам, по сближениям с людьми, составлялись различные планы и соображения, в которых он сам не отдавал себе хорошенько отчета, но которые составляли*

весь интерес его жизни. Не один и не два таких плана и соображения бывало у него в ходу, а десятки, из которых одни только начинали представляться ему, другие достигались, третьи уничтожались. Он не говорил себе, например: «Вот этот человек теперь в силе, я должен приобрести его доверие и дружбу и через него устроить себе выдачу единовременного пособия», или он не говорил себе: «Вот Пьер богат, я должен заманить его жениться на дочери и занять нужные мне сорок тысяч»; но человек в силе встречался ему, и в ту же минуту инстинкт подсказывал ему, что этот человек может быть полезен, и князь Василий сблизился с ним при первой возможности, без приготовления, по инстинкту, льстил, делался фамильярен, говорил о том, о чем было нужно... Ежели бы князь Василий обдумывал вперед свои планы, он не мог бы иметь такой естественности в обращении и такой простоты и фамильярности в сношениях с людьми, выше и ниже себя поставленными». («Война и мир».) Недавно был проведен опрос западных литературоведов с целью определить самого лучшего писателя всех времен и народов. На первое место они поставили Сервантеса с его «Дон Кихотом», на второе – Толстого, на третье – Достоевского. У Сервантеса действительно много тонких жизненных наблюдений, касающихся глубоких основ человеческой психологии. Но у Толстого таких наблюдений наберется на десяток «Дон Кихотов».

Фрагмент восьмой. Правила воина.

Приведу правила управления реальностью в магической традиции Толтеков. Они называют это stalkingом (выслеживанием себя и мира). (На основе произведений Карлоса Кастанеды и Теуна Мареца.)

Постулаты воина.

1. **Весь мир – бесконечная загадка.**
2. **Долг воина разгадка этой тайны, но он никогда не должен предаваться надежде на то, что это ему удастся.**
3. **Воин – часть мира, значит, и часть загадки. Он становится единым с ней.**
4. **Будучи единым с этой загадкой, воин неизбежно приходит к осознанию того, что загадочно бытие всего сущего: атома, камня, растения, животного, человека или 164 сверхчеловеческой сущности. Достигнув такого знания, воин приобретает подлинное смирение, так как в этой загадке бытия все равны.**

На базе этих постулатов воин практически осваивает следующие семь правил.

Правила воина.

1. **Воин сам выбирает свою битву и потому всегда тщательно оценивает обстоятельства и условия сражения.**

Участие в битве, которая ничего не приносит в разгадке бытия, не имеет смысла. Чаще всего воин принимает те вызовы жизни, которые позволяют ему освободиться от привязанностей, разрешить конфликт двойных мотиваций или встретиться лицом к лицу с командами программирующих подсознательных матриц. То, что помогает познать себя. Он радуется, когда для победы ему надо играть роли, диаметрально противоположные тем, которые укоренились в его привычном поведении.

Именно с этих позиций воин выбирает, какую жизненную задачу ему решать и что в этой жизненной борьбе будет считаться для него победой, а что поражением. Мнение других людей он использует только как информацию для лучшего понимания ситуации, но не как фактор, влияющий на его самооценку. Воин смотрит не на внешнюю сторону битвы, а на ее сущность. Поэтому победа в общепринятом смысле может не совпадать с внутренней победой воина, хотя рано или поздно победа над собой приносит возможность внешней победы.

Победа и поражение равно несут свою цену. Поэтому нет смысла делить на победителей и побежденных. Имеет смысл только безупречность в битве.

«Единственное поражение в жизни – это отказ от сражения».

«Честная неудача не позорна, позорен страх перед неудачей». (Форд.) ***«Желающий стать орлом не должен стремиться быть первым среди галок».*** (Пословица.)

2. В стремлении к простоте воин отбрасывает ненужные действия. Каждое мгновение он использует всю доступную на данный момент информацию и делает на ее основе самый точный расчет, на который способен. Но он знает, что каждый поступок – это шаг в непознанное, где новые обстоятельства могут сделать все предыдущие знания бесполезными. Только совершив шаг, он приобретет нужные для победы знания. «Не попробуешь, не узнаешь». Знания, собираемые интеллектуальным путем, безграничны, поэтому совершенствующего не интересует сбор знаний сам по себе. Он собирает знания, только необходимые для битвы. ***«Мудр тот, кто знает нужное, а не многое».*** «Кто такой экономист? Это человек, который знает о деньгах больше, чем тот, кто их зарабатывает». Для поиска наиболее точного поступка воин подключает к знаниям интуицию.

Он идет не путем построения теорий, а путем реализации бытия. «Метод имеет смысл только с позиций эффективности». Знания также имеют смысл только с позиций эффективности. Для решения задач на новом уровне, как практических, так научных и философских, наступает момент, когда нужно полностью отбросить старые модели, теории и правила. Здесь работает принцип «бритвы Оккама», который требует: «Не плоди лишних сущностей, отбрось все построения,

которые мешают непосредственному интуитивному и опытному пониманию». Любая модель и теория всего лишь посредник, взявший на себя роль построения очередного тоннеля реальности. Мудрец стремится общаться с реальностью непосредственно. Он понимает, что осознать мир можно только в тоннеле реальности, но он стремится быть не привязанным ни к какой модели, а создавать реальности, миры, карты и модели, факты и интерпретации в зависимости от стоящих перед ним задач. Любые объяснения не являются реальностью, это всего лишь временное упорядочивание мира. Принцип «бритвы Оккама» относится не только к знаниям, но и к действиям.

3. Воин всегда готов сразиться насмерть. Путем воина можно овладеть только в том случае, когда это становится вопросом жизни и смерти. Каждый квантовый прыжок требует, чтобы ты попрощался со своим миром, это путь без возврата.

4. Вступая в битву, воин полностью отдается своим действиям, позволяя духу течь легко и свободно. Только в этом случае силы предназначения откроют перед ним дверь.

Предстоящая победа или поражение воина не волнуют, он полностью поглощен вызовом текущего мгновения. Воин размышляет и сомневается до того, как принимает решение. Но когда оно принято, он действует, не отвлекаясь на сомнения, опасения и колебания. Воин занимается деланием здесь и сейчас, а не думаньем о том, что он будет делать, когда победит или проиграет.

5. Сталкиваясь с неравным противником, воин полностью открывается миру и позволяет своему уму заняться мелочами жизни. Все меняется, реальность течет. Воин отпускает напряжение данного конфликта, попросту лишив его своего внимания, мыслей об этом, привязанности. Внимание фиксирует реальность, в то время как неопределенность (отсутствие наблюдения) позволяет реальности течь. И поэтому ему необходимо настолько безупречно заниматься мелочами жизни, чтобы первоначальная проблема перестала для него существовать. Такое действие называется «безупречным завязыванием шнурков». *«Мы шли с ним однажды через очень крутое ущелье, как вдруг громадная каменная глыба отделилась от стены, покатила вниз и с невероятным грохотом упала на дно каньона в двадцати-тридцати ярдах от места, где мы стояли. Падение этой глыбы было впечатляющим событием. Тут же дон Хуан увидел возможность извлечь драматический урок. Он сказал, что сила, которая правит нашими судьбами, находится вне нас и не обращает внимания на наши действия и волеизъявления. Иногда эта сила заставляет нас на нашем пути наклониться, чтобы завязать шнурки на ботинках, как это только что сделал я. Если бы мы продолжали идти, этот огромный валун явно раздавил бы нас насмерть. Однако в некоторый день, в другом ущелье, та же*

самая руководящая сила вновь заставит нас наклониться и завязать шнурки, в то время как другая глыба сорвется в точности над тем местом, где мы будем стоять. Продолжая, дон Хуан сказал, что поскольку у меня полностью отсутствует контроль над силами, которые решают мою судьбу, моя единственная свобода в этом ущелье состоит в безупречном завязывании своих ботинок». (Кастанеда.)

6. Воин сжимает время. Любая битва, крупная или мелкая, не может быть отложена и является сражением не на жизнь, а на смерть. «Вторая попытка и ломаного гроша не стоит». (Сенека.) Время – вот главный ресурс. Отказ от поступка в надежде на второй шанс – это нерациональное использование главного ресурса. Обработка земли, посадка семян и сбор урожая должны быть сделаны вовремя не раньше и не позже. Вселенная не ждет. Только в отличие от времен года жизненные шансы не столь цикличны и предсказуемы. Дополнение: «Куй железо пока горячо». «Пересчитывай деньги не отходя от кассы», но «Есть ситуации, в которых самым безупречным действием является бездействие». (Толтеки.)

7. Воин никогда не раскрывает своей сущности, даже самому себе. Любая битва представляет собой упражнение в недеянии. Воин достигает в нем такого совершенства, что сам верит в важность своих внешних поступков, которые ничем не отличаются от действий обычных людей, продиктованных социальной обусловленностью.

Один адепт использовал стремление к богатству в качестве упражнения в недеянии. Когда он многого достиг, его ученики стали хвалить его, а он ответил: «Нет, я не сумел в полной мере освободиться от гордыни, потому что не стал таким, как другие скупые и жадные богачи. Я посчитаю себя достигшим, когда начну считать себя умнее вас, когда мне так же, как им, будут завидовать, а вы начнете меня презирать и считать сбившимся с пути».

Результаты выполнения правил.

1. Воин никуда не торопится.

2. Воин никогда не воспринимает себя всерьез и смеется над собой.

3. Воин обладает бесконечными возможностями импровизации.

Итак, воин действует обаятельно, но безжалостно, деликатно, но ловко, терпеливо, но активно, мягко, но смертельно опасно, осмотрительно, но без страха, отрешенно, но не безрассудно. Быть воином – самый эффективный способ жить.

Как видите, воин балансирует в применении противоположных подходов. Самая главная идея данной главы в том, что вопрос выбора между противоположными подходами – это **не** вопрос логики. Она не

в состоянии на него ответить. Решения ищут уже в **нелинейном** мышлении, то есть в бессознательном.

В следующих главах будут приведены несколько методик сотрудничества с бессознательным. Это Анализ сновидений, Активное воображение по Юнгу, Использование знаков реальности и Сотворение ритуала.

ГЛАВА ШЕСТАЯ

АНАЛИЗ СНОВИДЕНИЙ

Королевская дорога в бессознательное – дикари изобретают швейную машинку – дьявол умеет играть на скрипке – четыре фазы работы со сновидениями – вынашивание сновидений для решения жизненных проблем

Наши сны – поразительное и загадочное явление. Еще каких-то три десятилетия назад наука представляла сон как вызванный действием химических веществ бессмысленный поток галлюцинаций, тасование обрывков дневных впечатлений или процесс очищения мозга от излишней информации. И хотя еще в начале двадцатого века Фрейд назвал сновидения королевской дорогой в бессознательное, наука о человеке продолжала по инерции «рыть материю», закопавшись с головой в гормоны, ферменты, нервные синапсы и энцефаллограммы. Все эти исследования, конечно, принесли много замечательных практических результатов, но самым главным результатом стала коренная перестройка представлений о природе сна. В русле этой перестройки обнаружилось, что сны являются далеко не таким простым явлением, как это представлялось в первых естественнонаучных гипотезах.

Один современный опыт показывает одну из удивительных возможностей сновидений. Записанную на магнитофон фразу разделяли на отдельные звуки и распределяли так, что при прослушивании не удавалось не только распознать ее, но и установить сам факт передачи сообщения. Однако некоторые испытуемые после прослушивания слышали во сне голос, узнавали по нему говорившего и понимали смысл произносимой фразы. В данном опыте четко обозначается связь сновидений с возможностями бессознательного.

Попытки объяснить феномены сновидений с позиций рациональности иногда приводили к заблуждениям, длившимся десятилетия. Так, часть научного мира длительное время разделяла теорию Альфреда Маури. Однажды этот ученый увидел сновидение, где его вели на казнь и затем гильотинировали. В тот момент, когда нож гильотины опустился, он проснулся. Это произошло в момент, когда у дивана случайно откинулось изголовье и голова спящего резко изменила положение. Из этого события он сделал вывод, что сновидения являются всего лишь мгновенными разрядами в мозгу, которые при пробуждении мы воспринимаем как длительную последовательность событий. По его мнению, этот разряд произошел тогда, когда изменилось положение головы. Ведь не могло же случиться, уверял он, такого точного совпадения между кратким

событием физического мира и длительным развитием сюжета сновидения.

Однако более поздние исследования показали, что сновидения не являются мгновенными разрядами, а имеют длительность от 10 до 40 минут и повторяются несколько раз в течение ночи. Каждый человек за ночь видит несколько снов, хотя чаще всего мы запоминаем только последний. Некоторые люди ошибочно полагают, что вообще не видят снов. Но если их каждый раз будить в момент, который физиологи называют БДГ-фазой (фаза быстрого движения глаз), то они всегда рассказывают об увиденных сновидениях. Тогда получается удивительная вещь: сновидения могут синхронизировать развитие сюжета с внешними событиями. Карл де Прель описал сновидение, в котором он пришел к другу в гости. Комната друга была разделена толстой занавесью на две половины. После долгого разговора друг сказал, что решил, наконец, показать вторую половину комнаты. Он начал поднимать занавес. Ткань издавала шелестящий звук. В это время Карл де Прель проснулся и обнаружил, что его брат шелестит над его ухом лощеной бумагой. Уверен, что некоторые читатели знакомы с подобным явлением. Лично у меня было несколько случаев, когда события сна удивительно точно подстраивались под звонок будильника. Сначала это меня удивляло, но потом я понял, что возможности бессознательного не имеют границ.

Поэтому и вещие сны не такое уж невероятное событие. Проблема в том, что современный человек не умеет еще пользоваться возможностями сновидений. Нас этому не учили. Но уже все больше и больше людей начинают понимать и использовать эту часть нашей жизни. В современном западном мире анализ сновидений становится элементом самосовершенствования, частью культурной жизни и является обязательным инструментом в работе психоаналитика. Роберт Мосс в своей книге «Осознанные сновидения» приводит список из более чем двухсот книг на тему анализа сновидений, осознания себя во сне, путешествий вне тела. В них говорится о том, что с помощью сновидений люди входят в иные сферы бытия, приобретают способность осознавать сущность предметов, существ и явлений, решают жизненные вопросы. Предлагается также и много практических методик. Но из всего этого списка лишь около двух десятков книг переведены на русский язык.

Со сновидениями работали все мистические традиции различных культур мира. Но исследование сновидений было доступно не только шаманам и магам. У многих народностей работа со сновидениями считалась неотъемлемой частью жизни каждого человека. У североамериканских индейцев сны рассматривались как источник житейских и духовных советов. В некоторых племенах по утрам традиционно, всем обществом, обсуждались сновидения.

Наиболее одаренные сновидящие, те, кто обладал даром пророческих сновидений или даром интерпретации чужих снов, как правило, становились в племени очень уважаемыми людьми. На основании сновидений индейцы совершали важные поступки, отправлялись в путешествия и проводили ритуалы.

Вынашивание сновидений для решения проблем было известно и в Древней Греции, и в Древнем Китае. Инкубационные сны в Египте использовались с 16 века до нашей эры. С помощью сновидений анализировали прошлое, планировали будущее, разбирались в своих желаниях, исцеляли болезни, преодолевали жизненные испытания, искали контакт со своей интуицией.

Известно много случаев, когда по подсказке сновидений делались величайшие научные открытия или писались книги. Менделеев, изучая химические свойства вещества, долго не мог объединить результаты своих наблюдений под общим знаменателем. Но однажды во сне он получил подсказку, на основании которой создал свою знаменитую периодическую таблицу.

Немецкий химик-органик Кекуле долго размышлял о строении органических веществ, пока во сне не увидел шесть змей, лежащих в виде кольца. Благодаря этой подсказке, он предложил формулу бензола из шести атомов углерода, объединенных в кольцо, так называемую циклическую формулу. Это открытие дало мощный толчок развитию химии и химической промышленности, а Кекуле получил Нобелевскую премию.

Элиас Хоув, изобретатель швейной машинки, столкнулся с инженерной проблемой, заключающейся во взаимодействии иглы и челнока. Он довел себя до нервного истощения, пытаясь найти решение. Однажды ему приснился сон, где он был схвачен дикарями, которые посадили его в котел вариться. Когда он пытался выбраться из котла, дикари кололи его копьями и заставляли оставаться в кипящей воде. После пробуждения Хоув вспомнил, что копья имели какую-то странность. Он понял, что наконечник каждого копья имел отверстие. Это и было решение. Размещение отверстия для нити на нижнем конце иглы разрешало все проблемы.

Льюис Стивенсон, английский писатель, часто получал сюжеты своих произведений из снов, в том числе и сюжет известнейшего романа «Странная история доктора Джекила и мистера Хайда».

Композитор Вагнер слышал свои знаменитые произведения «Золото Рейна» и «Тристан и Изольда» в сновидениях. Интересна история возникновения «Дьявольских трелей» композитора Джузеппе Тартини. Как-то во сне он руководил оркестром. Тут к нему подошел дьявол и попросил принять его в оркестр. «А ты играть то умеешь?» – спросил Тартини. Дьявол взял скрипку, зашел в оркестровую яму и начал показывать свое мастерство. Эту музыку композитор и записал, когда проснулся. Он говорил, что ему так и не удалось передать всю

красоту того, что он слышал. «Дьявольские трели» стали самым исполняемым его произведением. Утверждают, что Юлий Цезарь пересек Рубикон по подсказке сновидений.

Джек Никлаус увидел во сне новый способ обращения с клюшкой, что в дальнейшем помогло ему выиграть чемпионский титул в гольфе.

Рей Хаммерстром, прокатчик сталелитейного завода в Питсбурге, столкнулся с тем, что у первого прокатного стана часто ломался выключатель, управляющий движением проката. Все инженеры, и он в том числе, давно бились над этой проблемой, но не могли ничего исправить. Однажды после обеда он присел, чтобы поспать несколько минут. Перед сном он думал о выключателе. В своем сновидении он увидел безупречную конструкцию приспособления, которым можно было заменить выключатель. Проснувшись, он набросал схему в соответствии с той, что увидел во сне. В итоге он получил крупнейшее вознаграждение, когда-либо выдаваемое сотруднику завода.

Часто записывал и анализировал сны Александр Македонский. Делал он это, видимо, по подсказке своего учителя Аристотеля, у которого среди других трудов есть и три трактата по сновидениям. Подход Аристотеля ко снам сугубо реалистичный. Он отбрасывал любые суеверия, стараясь сохранить не религиозный, а научный подход. Это до сих пор делает его работы достаточно ценными, несмотря на то, что с тех пор прошло уже 24 века.

Занимались истолкованием сновидений Платон, Юлий Цезарь, Наполеон, Рузвельт, Шекспир, Черчилль, Эйнштейн. Томас Эдисон записывал на ночь вопросы, ответы на которые надеялся получить во сне. Личные дневники Толстого и Достоевского изобилуют описаниями снов. Биолог Георг Мендель в сновидении открыл законы наследственности, Александр Флемминг – пенициллин, Рейнольдс – авторучку. Два математических гения 20 века, основатели кибернетики Винер и Нейман, имели привычку класть карандаш и бумагу у изголовья, чтобы использовать образы сновидений в своей работе.

В Древней Греции было построено около 400 храмов бога врачевания Асклепия. После специальных ритуалов желающие излечиться оставались спать в храме, чтобы в сновидении получить указания относительно лечения.

Наши сновидения – это не просто другая реальность, это посредник между сознанием и бессознательным. Сновидения связаны с материальным миром бесконечным количеством проекций. А может быть, наша реальная жизнь – просто долгий сон. Ведь не зря имя «Будда» означает: «Тот, кто проснулся».

Взаимоотношения сна и действительности хорошо отражает притча, рассказанная Идрисом Шахом.

Однажды жарким летним днем двое мужчин, уставших после долгой дороги, присели отдохнуть на берегу реки. Вскоре более молодой из них крепко уснул, приоткрыв рот. И, хотите, верьте, хотите, нет, крошечное создание, по всем признакам похожее на бабочку, вылетело из его рта. Насекомое упорхнуло на речной островок, где, присев на цветок, стало собирать нектар. Потом оно несколько раз облетело свои миниатюрные владения, наслаждаясь солнечным светом и мягким ветерком. Вскоре бабочка встретила другую такую же бабочку, и они закружились в воздухе, словно играя друг с другом.

Затем она вновь присела на тонкий качающийся пруттик, а через некоторое время присоединилась к облаку самых разных, больших и маленьких насекомых, весело роившихся около скелета погибшего животного... Прошло несколько минут.

От нечего делать бодрствующий путешественник бросил камешек в воду. Вызванные им волны смыли бабочку. Она чуть не погибла, но, с трудом стряхнув капли с крылышек, все-таки поднялась в воздух. Отчаянно трепеща крылышками, она помчалась обратно ко рту спящего. Но в этот момент его спутник сорвал большой лист и закрыл им его лицо, с любопытством наблюдая за тем, что будет делать бабочка. А бабочка снова и снова билась о препятствие, словно охваченная паникой, пока спящий не начал корчиться и стонать.

Ее мучитель убрал лист, и она молниеносно скользнула меж губ. Как только она оказалась внутри, спящий вздрогнул и сел, проснувшись. Потом он рассказал другу свой сон.

Ты не представляешь, что за ужасный сон мне приснился! Настоящий кошмар! Мне снилось, будто я живу в милом и уютном замке, но мне стало скучно и я решил исследовать мир снаружи.

Какая-то магическая сила перенесла меня в далекую страну, где все было приятным и радостным. Я, например, мог пить из чаши с амброзией столько, сколько хотел. Я познакомился и танцевал с женщиной неповторимой красоты, наслаждаясь вечным летом. Я наслаждался и пировал со множеством друзей и с самыми разными людьми. Так продолжалось много лет, пока не случилась ужасная катастрофа: на землю обрушились исполинские волны. Я весь промок и чуть было не утонул. Я несясь обратно к своему замку, но, достигнув его, обнаружил, что гигантский злой джинн закрыл вход огромной зеленой дверью. Я бился об нее снова и снова, но она не поддавалась.

Когда мои силы были уже на исходе, я вспомнил волшебное слово, которое рассеивало злые чары. Как только я его произнес, огромную дверь снесло, словно лист ветром, и я снова попал в свой дом, где зажил в безопасности. Потом я проснулся.

Сновидения, так же, как видения в катарсических техниках психотерапии, отражают в образах и инсценировках психофизиологические, эмоциональные, интеллектуальные и духовные проблемы. Например, во сне мы иногда не можем сделать простейшие вещи: ускорить шаг, сходить в туалет, преодолеть какой-то страх. Нас затопляет вода из унитаза, мы в очередной раз не успеваем подготовиться к экзаменам или выполнить какие-то детские обязанности. Меня пятнадцать лет, не реже одного раза в месяц, преследовал сон, что я еще служу в армии. Все это – образное отражение внутренних комплексов и неразрешенных подсознательных конфликтов, которые продолжают играть ограничивающую роль в реальной жизни.

Некоторые шаманские традиции утверждают, что любое событие повседневной действительности сначала происходит во сне, а при определенной практике работы со сновидениями мы способны научиться выбирать одно из вероятных будущих событий.

Посредством снов бессознательное символическим образом показывает наши проблемы и пути их разрешения. Образы символические, а эмоции настоящие. Сновидения отражают взаимоотношения нашего внутреннего мира с миром внешним.

Сновидения являются средством, с помощью которого бессознательное пытается связаться с нами, но, так как оно непознаваемо разумом, ему приходится проявлять себя через язык символов. Сны не пытаются запутать нас, они делают все, что в их силах, чтобы выразить невыразимое. Ведь непознанное может быть объяснено только в терминах познанного. Иногда это делается так хитроумно, что многие сновидения можно воспринимать как шедевры. Работа со снами позволяет установить контакт между разумом и бессознательным, получить информацию из не-познанного и реализовать ее практически на физическом и социальном планах. **«Сновидения – вот реактивный самолет магов».** (К. Кастанеда.)

Записывая сновидение для анализа, желательно отмечать самые мелкие подробности, с первого взгляда не имеющие отношения к основному сюжету сна. В них обычно и кроются подсказки. Очень часто в основном сюжете содержится проблема, а в мелочах – подсказки к ее решению. И всегда нужно обращать внимание на эмоции и чувства, сопровождающие сновидение. Это главное. Объяснять основные принципы работы со снами я буду на примере недавнего сновидения моего друга. Естественно, с его разрешения.

Вот сон моего друга Олега:

«Как-то во сне я собрался лететь куда-то самолетом. Аэропорт в сновидении состоял из огромного асфальтированного поля со взлетно-посадочными полосами и нескольких одиноких зданий, стоящих на значительном расстоянии друг от друга.

В какой-то момент я обнаружил себя гуляющим между зданиями. В это время до меня донеслась информация, что группа, с которой я лечу, отправляется на регистрацию для посадки в самолет. Я бегом кинулся к своему автобусу, но он быстро уехал, оставив только черный дымный след. Я попытался за ним бежать, но не смог его догнать. Здесь моя эмоциональная проблема заключалась в том, что я чувствовал сильную потребность во что бы то ни стало найти свою группу.

Я напряженно искал нужное здание, но тут случайно обратил внимание на посадку какого-то самолета. Внутренним чувством я знал, что в самолете сидит только один пассажир. Через некоторое время после того, как он приземлился, я увидел, что этого пассажира посадили в лимузин с мигалками и вывезли с территории аэропорта. Это был то ли большой политик, то ли крупный бизнесмен. После долгих скитаний по полю, с тяжелым чувством, что я катастрофически опаздываю, я добрался до здания, которое, как мне казалось, было мне нужно. Я надеялся, что здесь будет регистрация и сюда прибудет моя группа. По пути я зачем-то купил пластмассовый макет автомата Калашникова, ничем внешне не отличавшийся от настоящего.

Кроме того, я каким-то образом узнал, что к нашей группе хочет присоединиться бывший ее член, а теперь опасный преступник, чтобы улететь вместе с нами. Руководитель группы сообщил об этом в спецслужбы. Тут к зданию подъехал автобус. Я увидел, что это моя группа. Пока я подходил к автобусу, на меня очень внимательно смотрели двое ребят в джинсах и майках. Я понял, что это представители спецслужб, ожидающие преступника. Я был не тот, кто им нужен, но, когда заходил в здание, услышал, как они обсуждали, не застрелить ли меня прямо сейчас. Решили этого не делать. Группа стала в очередь на регистрацию, но тут выяснилось, что у меня нет ни паспорта, ни денег, ни сумки с вещами. Я мучительно пытался вспомнить, где оставил сумку. То ли в автобусе, то ли забыл на улице во время моих переходов. Но никому нет дела до моих проблем, хотя из вежливости кто-то предложил поискать в автобусе. Когда я подходил к автобусу, мне было приятно, что на мне автомат, который со стороны выглядит, как настоящий, и что на меня смотрят, и что я выгляжу с этим автоматом мужественно и привлекательно. Мне хотелось, чтобы на меня смотрели и чтобы я нравился. Поиски вещей ни к чему не привели.

Автобус внутри был обжитой и уютный. Мне почему-то тяжело было осознавать, что в то время, когда я неприкаянно суетился на улице в поисках своей группы, пассажиры автобуса спокойно, уверенно и уютно, не проявляя никаких усилий, ни о чем не заботясь и даже наслаждаясь, ехали на посадку в самолет. Там

были кожаные диваны, брошенные на спинку дивана колготки, упаковка от сникерсов. Все это указывало на домашнюю обстановку. А я всего этого был лишен. Пассажиры и сейчас спокойно готовились в полет, стоя в очереди на регистрацию, а я снова испытывал мучительное чувство от потери сумки с вещами. Кроме того, я знал, что без вещей мне не улететь, что тоже было мучительно. Я проснулся с этим чувством».

Олег говорил: «Пробуждение не принесло облегчения, неприятные ощущения в душе оставались. Я узнал эти эмоции и понял, что они преследуют меня всю мою жизнь и в настоящий период играют в ней важную роль. Таким образом, сон высветил две яркие эмоции. Во-первых, чувство, что от меня ускользает что-то значимое для меня, что-то, что другие имеют без напряжения, и, одновременно, страх отстать, который заставлял догонять и суетиться. Не догоню автобус – не улечу. Не останусь членом группы – пропаду. А это казалось таким важным! Во-вторых, очень неприятное чувство потери вещей, их отсутствия, что напоминает по ощущению потерю безопасности или уверенности в будущем. И одиночество».

Сон показывает именно те эмоции, которые в данный момент являются причинами сегодняшней жизненной ситуации и выражают тот конфликт, разрешение которого приведет к решению проблемы в реальности. «Сначала я провел с этими эмоциями самокатарсис. Я начал работать с ними, наблюдать за ними, как за энергией. Сон сделал их явственными, поэтому попасть в них было легко». Обычно острота эмоций сохраняется в течение двух-трех часов после сновидения, поэтому сразу после сна можно легко вновь их испытать. Затем они уходят глубже и ощутить их уже труднее.

«Самокатарсис на этот раз не принес облегчения. В тот же день я добавил ребефинг. Это тоже не помогло. Видимо, данным сном были затронуты слишком глубокие проблемы, влияющие на все периоды моей жизни. Во время ребефинга удалось только вспомнить несколько эпизодов детства, когда я испытывал подобные эмоции. Но чувствовалось, что напряжение не разрядилось». (О техниках ребефинга и катарсиса читайте в первой книге «Управление реальностью» – А.Н.)

Более эффективным способом проработки является анализ сновидений по методу Юнга. Олег воспользовался им для дальнейшей работы».

Данная методика включает четыре фазы.

- 1. Поиск ассоциаций.**
- 2. Поиск взаимосвязей.** (Связь образов сна с его сюжетом и с событиями реальной жизни.)
- 3. Толкование.** (Создание девиза сна.)

4. Отправление ритуалов. (Синхронизация символизма сновидения с символизмом текущего тоннеля реальности.

Фаза первая: поиск ассоциаций.

Запишите в столбик образы своего сна. Задайте по отношению к каждому вопрос: «Какие чувства вызывает у меня этот образ? Какие слова приходят мне на ум?». Ваша ассоциация – это любое слово, мысль, картинка, чувство или воспоминание. Без критики и оценивания. Олег: «По отношению к моему сну мне пришли в голову следующие ассоциации.

Аэропорт:

а) место контакта неба и земли; б) возвращение после длительного отсутствия; в) символ возвращения домой; г) последняя твердая опора перед квантовым прыжком.

Открытое пространство:

а) то, что я на открытом пространстве, не в автобусе и не в здании, дает ощущение неприкаянности, неуспокоенности, незащищенности; б) свобода передвижения.

Автобус:

а) ты ни о чем не беспокоишься и спокойно отдыхаешь, пока тебя везут; б) ограничения социальной обусловленности хорошо только внутри, а снаружи, вне системы общественных условностей, ты беспомощный и одинокий. Любой общественный транспорт символизирует ограничения общественных установок.

Группа:

а) вместе весело шагать по дороге; б) сравнение друг с другом, зависть, попытка не отстать от других; в) необходимость в равновесии эгоистичных потребностей и моральных норм.

Асфальтированное поле:

серая пустота, одиночество и безжизненность, покинутость.

Пассажиры:

а) они не напрягаются, полностью отпускают контроль, пока их везут; б) живут в тесном уютном мирке, пока едут к месту назначения, не заботятся о том, что за пределами их мирка.

Черный дым:

а) загрязнение окружающей среды,
б) дым – символ иллюзии, черный цвет – потребность объединиться с иллюзией, стать ее частью, либо потребность объединить разрозненные части своего «я». (О том, что черный цвет означает потребность в объединении, смотри в следующей главе – А.Н.)

Самолет:

а) свобода, полет, отрыв от всего земного, но в пределах своих социальных ограничений (не свободный и самостоятельный полет, ведь салон самолета – это ограниченный внутренний мир); б) быстрое и значительное изменение обстановки и окружения.

Лимузин:

- а) успех, богатство, уважение;
- б) свадьба.

Мигалки:

- а) милиция;
- б) беспрепятственное движение.

Автомат (оружие):

самостоятельность, уверенность в себе, мужество.

Спецслужбы:

а) незаметный контроль; б) ограничения, фильтр: одних свободно пропускают, других ловят.

б) преступник: изгой, не вписался в социальную обусловленность.

Вещи в сумке:

а) привязанность к материальным вещам, зависимость от них, ощущение незащищенности при их отсутствии; без паспорта невозможно себя идентифицировать, без денег – нет свободы;

б) некоторые события моей жизни, связанные с малым бизнесом: путешествия с сумками, нервное напряжение, конфискации, таможни, рэкёт, налоги, много дней без душа и чистой постели (эта часть моей жизни несет много негатива для меня, так как все эти проблемы не принесли мне преуспевания)».

Не следует создавать цепочки ассоциаций, каждая ассоциация должна отходить непосредственно от образа сна. Например, у вас возникла одна ассоциация, затем в связи с ней рождается следующая, которая, в свою очередь, порождает третью и так далее. Это все дальше уводит нас от первоначальной темы сна. Ассоциации должны быть не в виде цепочки, а в виде лучей, отходящих от одного центра.

На следующем этапе из всего многообразия ассоциаций следует произвести отбор тех, которые приведут к правильному толкованию. Существует метод отбора, который Юнг называл **методом щелчка**. Пока вы обдумываете ваши ассоциации, наиболее важная из них может сгенерировать более сильное энергетическое взаимодействие со структурами психики. В этот момент в глубине души рождается ощущение: «Совпала!» Так происходит подключение интуиции. Но здесь необходимо доверие. Не надо искать логических связей, верная ассоциация «щелкнет». Это трудно описать словами, но легко осваивается в процессе практики. Некоторым людям контакт с правильной ассоциацией напоминает прикосновение к проводам с малым напряжением.

Фаза вторая: поиск взаимосвязей.

Если в первой фазе мы изолированно рассматриваем каждый образ сновидения, то здесь анализируем взаимоотношения образов друг с другом, с контекстами сна и реальности.

Мы должны найти проблемы личной жизни, которые соответствуют произошедшему во сне событию или ощущению. Либо найти в себе качества и привычки, показанные символически во сне. Что с чем (или с кем) ассоциируется? Как отражают конфликты персонажей ваши внутренние конфликты? По отношению к каждому образу задайте вопрос: «Какую часть меня он представляет? Где в моей жизни проявляется он или мои взаимоотношения с ним?» Помните, что образы сновидений говорят не прямым текстом, а чаще всего символически. То есть, если вам приснилась трава, то не надо считать причиной ваших затруднений траву в реальности. Трава во сне – это символ жизни. Вспомнив, каковы ваши отношения с травой во сне и каковы отношения с травой у других персонажей сна, поразмышляйте, каковы ваши отношения с жизнью, развитием и естественностью. Не следует ли добавить в отношения с близкими больше жизненности и естественности?

Главное, сны повествуют в основном не о внешних событиях, а о внутренних конфликтах личности, даже если используются при этом образы внешней жизни. Так, действия вашего друга во сне вовсе не отражают его реальные действия. Скорее всего, сновидение показывает вам некоторые его качества, которые есть в вас и на которые следует обратить внимание.

Всегда обращайтесь внимание на цвет волос, глаз, одежды.

Сцены прошлого, взаимоотношения с друзьями и родственниками требуют воспоминаний детских проблем и конфликтов.

По возможности ищите взаимосвязь между следующими элементами сновидений: персонажи; обстановка; природное окружение; деятельность; природные явления; ощущения органов чувств; эмоции; предметы, созданные человеком.

Бывают случаи, что сновидящему снится происходящее с родственником событие, а затем он узнает, что это событие имело место в действительности. *«Не стоит считать возможность буквального осуществления приснившихся обстоятельств наяву единственным смыслом сна. Однако не менее поверхностно (а иногда и опасно) будет пренебрегать вероятностью того, что сновидение может означать только буквальное предупреждение о развитии событий во внешней действительности».* (Р. Мосс.) Вещие сны – явление нередкое. В этих случаях информация приходит в прямой, а не символической форме. Проблема только в том, что невозможно оценить сон как вещий до того момента, пока он не начнет реализовываться в действительности. Поэтому поиск ассоциаций все равно важен.

Олег: *«Вторая фаза анализа в отношении моего сновидения выглядела следующим образом.*

Аэропорт отражает взаимоотношения между сознанием и бессознательным (небо и земля).

Для меня это актуально, так как я пытался применять квантовый подход, то есть отпустить контроль, чтобы свободное течение событий привело к материализации необходимых обстоятельств. Это удавалось с трудом, меня удерживали в линейной реальности мои страхи перед будущим и некоторые другие проблемы. То есть я не мог оторваться от земли и ощутить свободный полет.

Ранее я уже имел серию снов, связанную с аэропортами. Но в тех снах я так и не смог добраться до аэропорта. Это был первый сон, где я все-таки добрался и находился уже в аэропорту. Этот сон высветил, кажется, те препятствия, из-за которых я не в состоянии улететь и почувствовать больше свободы.

Мои мучительные ощущения от потери сумки означали, что я привязан к вещам, составляющим норму человеческого существования. Это привязанность к одежде, что была в сумке, то есть зависимость от того, что про меня думают и какое впечатление я производжу. Потеряв одежду, я потерял контроль над созданием впечатления и очень болезненно это переносил. Это заставляло проявлять меня невероятные усилия, чтобы найти сумку.

Пластмассовый автомат, с которым я хорошо выглядел в глазах других, показывал, что моя внешняя уверенность и защищенность бутафорская, сознательно созданная видимость, и она меня удовлетворяла.

Потеря паспорта – это потеря самоидентификации, которая удерживает меня в кругу социобусловленности. Потеря денег во сне показала, что я управляю реальностью только через системы социальной обусловленности, такие, как деньги. Имею недостаток непосредственного межличностного человеческого общения.

Я страстно хотел присоединиться к группе, быть ее частью, но не мог. Я чувствовал их безразличие. Все это, вместе с напоминанием о преступнике, заставляло чувствовать себя изгоем, неприкаянным, отвергнутым и недостойным. Я понял, что все мои попытки чего-то добиться в жизни были лишь попыткой добиться принятия в группу или семью, попыткой уйти от чувства одиночества.

Мне кажется, сон заставил меня понять следующее. Не надо «дергаться», пытаюсь найти сумку и воссоединиться с группой, а необходимо остановиться там, где ты есть, принять существующие эмоции и поработать с ними. Успешный человек на лимузине, прилетевший один, ясно указывал на гораздо большие возможности управления реальностью для того, кто не боится самостоятельности, свободен и независим. Лимузин забрал его

сразу от самолета. Следовательно, он не зависел от зданий (здания – это символ ограничений стенами и потолком социальной обусловленности), не зависел от денег, вещей, билетов и паспортов. Он летал напрямую.

Группа наделяет тебя возможностями, но ты становишься зависимым от них.

Каким-то образом я оказался изгоем, беззащитным и беспомощным одиночкой. И страстно хотел вернуть все атрибуты самоидентификации и социальной обусловленности. Без них мне было страшно и одиноко. Одновременно сон показывал, что только в этом состоянии находится проход к могуществу, к тем возможностям и свободе, о которых каждый отдельный член группы не мог и мечтать. Моя реальная жизненная ситуация была в те дни сложной. Полная неудача во всех делах и личной жизни. Хотелось спросить: «За что? Я не виноват». Я напоминал себе маленького ребенка, который цепляется за мамину юбку, в то время как она отвергает его за какую-то мелкую провинность. Она пытается ему что-то объяснить, но ребенок не в состоянии ничего понять. Как маленький звереныш, он пытается зацепиться за отторгающую его маму и снова почувствовать себя уютно; он снова хочет стать заслуживающим любви. С таким же инстинктивным упорством я пытался во сне вернуться к уюту прежнего мирка. Но прежний мир потерян. Сон показывал, что необходимо осмотреться, принять эту боль и найти в новых условиях проход к свободе».

Третья фаза: толкование, создание девиза сна.

В процессе толкования вы складываете все проанализированные части сна в единую картинку. Третья фаза отвечает на вопросы такого типа: «В чем заключается основное, наиболее важное послание, которое сон старается передать мне? Что он советует мне сделать? Каково общее значение сна в моей жизни?» Иногда приходится делать выбор из нескольких возможных толкований. Прокрутите мысленно каждое из них. Станьте на сторону одного, продумайте его последствия, затем на сторону другого. Обнаружатся дополнительные качества, новое понимание. **Правильно сделанный анализ приносит чувство внутреннего облегчения.**

Четыре принципа толкования.

1. Выбирайте толкование, показывающее то, чего вы раньше не знали или не понимали. Ведь смысл сновидения – дать вам информацию, которую вы не осознавали.

2. Избегайте самоуспокаивающих толкований. Сны, подтверждающие то, что вы сами о себе думаете, никак не влияют на ваше психологическое развитие. Нельзя допускать, чтобы получилось,

как в выражении: «Наши глаза перестают видеть не там, где невозможно различить, а там, где прекращается наша честность».

3. Ваши сны не показывают того, что должны делать другие, они показывают, как **вы** должны изменить себя и свое поведение.

4. Не торопитесь истолковывать все сновидения. Если что-то не получается, отложите толкование на время, соотнесите свой сон с динамикой других сновидений и жизненных событий. Случается и так, что некоторые сны не расшифровываются вообще. Кроме того, никакой анализ не может считаться окончательным, поскольку любые понятые нами элементы сновидения являются лишь освещенной частью скрытого во тьме общего ландшафта.

Итак, цель третьей фазы состоит в том, чтобы определить суть послания в одной фразе.

Олег: *«Смысл послания моего сна в следующем: не цепляйся за прежнюю безопасность, освободись от страха и прими неопределенность и даже незащищенность самостоятельности. Найди новый путь к новым возможностям, путь свободы от социальных ограничений, путь раскрытия незадействованного потенциала. Девиз моего сна: «Стань пассажиром лимузина».*

Четвертая фаза: ритуалы.

После того, как мы проанализировали сновидение интеллектуально, настало время непосредственных физических действий. Теперь нам необходимо использовать послание сна в нашей физической реальности, именно для этого оно нам и послано. Объединение духа и материи и есть сейчас наша цель.

Психоаналитик Тони Вольф обычно спрашивала у своих клиентов: «Что вы сделали с тем сном, что вам приснился на прошлой неделе?» Если они говорили о том, что размышляли и что-то поняли, она их выгоняла. Она говорила:

«Человек может анализировать свои сны в течение двадцати лет, но все, что у него находится ниже шеи и подозревать не будет, что же вообще происходит! Вы должны что-нибудь сделать. Сделайте что-нибудь своими мускулами!» Это может быть любое практическое действие. Например, можно внести изменения в отношениях с людьми или совершить наиболее правильный выбор в напряженной ситуации. И здесь вовсе не обязательно выполнять рациональное действие, это может быть и символическое действие, то есть – ритуал. Человек мог получить в сновидении послание в образе свечи, насекомых или природных явлений. В этом случае можно поставить свечу, например, выйти в лес, сделать дар бабочке, доверить решение своей проблемы ветру или грозе. Правильный ритуал будет подсказан вам самим сном и вашим подсознанием.

Ритуал устанавливает связь между бессознательным и физическим, минуя сознание с его парадоксами и проблемами выбора; это средство сосредоточения намерения. Ритуал позволяет

упорядочить направление материализации и избежать поглощения бесконечным количеством стратегий в материальном мире. Например, некоторые верующие люди знают, что молитва имеет намного большую силу, если молящийся шевелит губами. В этом состоит перевод психической энергии на физический план и ее упорядочивание. По этой же причине анализ сновидений лучше делать письменно. Фиксация мыслей на бумаге и движения руки связывают энергию сновидения с физическим планом. Роберт Джонсон в книге «Внутренняя работа» приводит пример ритуала.

«Один из самых лучших ритуалов, который я могу припомнить, проделал приходящий ко мне на прием студент колледжа. Ему приснилось, что субботним вечером он посетил торговый центр. Из этого посещения ничего хорошего не вышло. Он слонялся по всему торговому центру, но видел только низкокачественные продукты, от которых его тошнило, завязывал ничего не значащие знакомства, покупал вещи, которые при ближайшем рассмотрении не доставляли ему удовольствия.

Он хорошо потрудился в ходе первых трех фаз работы со сном. Он решил, что речь во сне шла о синдроме субботнего вечера. Это означало «пойти в компанию, много выпить, съесть вредные для здоровья блюда, поискать приключений и завязать ничего не значащие знакомства». В свете анализа своего сна он решил, что такой вид отдыха или общения не приносит ему никакой пользы. Он представляет собой чуждый ему набор ценностей и образ жизни. Я спросил его: «Что ты собираешься делать со своим сном, какова четвертая фаза твоей работы?» Он решил, что суть сна достаточно хорошо определяется выражением «Низкокачественные продукты», то есть увиденные во сне низкокачественные продукты символизировали уровень его человеческих отношений. Подобно этим продуктам, такие отношения не приносили никакой пользы его внутренней жизни, его ощущению жизни или даже его отношению к человечеству. Поэтому он придумал следующий ритуал.

Он отправился в кафе, приобрел там самый большой чизбургер и порцию жареной картошки, после чего пошел на задний дворик своего дома, прихватив с собой лопату. Он вырыл ямку и очень торжественно похоронил чизбургер и картошку. Он совершил это как символический акт самоотречения. Он ритуально подтвердил свое намерение отказаться от поверхностного и разрушающего его окружения, к которому сон привлек его внимание».

Если ритуал действительно соответствует посланию сна и вашему внутреннему намерению, то через некоторое время после него жизнь сама, как бы случайно, начнет материализовывать новые обстоятельства. Ритуалы могут помочь и в прояснении сути непонятного сна. У одного человека был период, когда ему постоянно снилась собака. Она хватала его зубами и не давала совершать какие-

то действия. Ему долго не удавалось проанализировать сон и понять это послание. Тогда, проснувшись, он взял косточки, вышел на улицу, положил их под дерево и сказал: «Угощайся! И помоги мне разобраться с тем, что ты хочешь сказать». После этого сны с ее участием изменились, появились дополнительные эпизоды, благодаря которым он смог расшифровать смысл послания.

Олег: *«Для сновидения с аэропортом я долго не мог придумать подходящий ритуал. Однажды, размышляя об этом сне, я бродил по лесу. Как раз в ту секунду, когда я думал о мигалке на лимузине, мне под ногу попала крохотная автомобильная лампочка. Я подумал, что если она окажется еще и не перегоревшей, то это будет хорошая синхронистичность с образами сновидения. Проверил: лампочка оказалась хорошей. Сон и реальность пересеклись через автомобильный символизм. Само по себе найти далеко в лесу автомобильную лампочку в рабочем состоянии – это событие из разряда необычных. Кроме того, это произошло точно в тот момент, когда я думал об автомобиле из сновидения, да еще во время поиска ритуала для этого сновидения. Подобные совпадения не происходят случайно. Такая текучесть материального мира подтвердила, что анализ сна был проведен правильно. Этим же событием был подсказан и ритуал. Я положил лампочку в карман со словами: «Итак, ты будешь мигалкой, освобождающей мне путь.*

Конечно, все это можно воспринимать как игру. Ведь понятно, что любому здравомыслящему человеку этот поступок может показаться, мягко говоря, странным. Зато реальность откликнулась сразу. В тот же вечер мне позвонила давняя знакомая и сказала, что некоторых бизнесменов заинтересовали мои идеи. Нужно представить их в виде бизнес-плана. И я засел за работу».

Анекдот о ритуале. Разговаривают две подруги. Одна говорит: «Мне сегодня приснилось, что я занимаюсь сексом с ротой солдат. Не знаю теперь, что делать: идти к психоаналитику для толкования или к командиру роты для проведения ритуала?»

Как начать работать со снами? Очень просто. Поставьте у изголовья своей кровати настольную лампу, положите рядом чистый лист бумаги и ручку. Перед тем как заснуть, дайте себе установку на то, чтобы проснуться сразу после сновидения и записать его. Записывайте как можно подробнее. А утром или днем начинайте анализировать. Здесь есть один важный момент. Человеку за ночь снится не менее четырех снов. Иногда больше. Если ваша установка на пробуждение после каждого сна сработает, то ночь будет напоминать пытку. Представьте, глаза слипаются, руки в полусне не слушаются, хочется лишь одного – лечь и заснуть. А вы преодолеваете себя и пишете. И так раз пять-шесть за ночь. Лично я больше двух ночей не выдерживал. Некоторые ночи пропускал совсем, иногда записывал

одно или два сновидения за ночь. Или просто записывал только те, которые вспоминал по утрам. Но и этих снов я не успевал анализировать. Хотя некоторые авторы рекомендуют записывать и анализировать все сны, я не представляю, как это можно осуществить на практике. Поэтому сейчас я даю себе установку просыпаться только после тех снов, которые несут для меня наиболее важное послание. Бессознательное будит меня, когда считает нужным. В среднем получается один сон за несколько ночей. Эти сны я сразу записываю и стараюсь серьезно анализировать. Вы можете избрать другой метод работы. Доверяйте больше себе.

Наиболее важными, без сомнения, являются повторяющиеся сны и кошмары.

В выборе сновидений для анализа можно совмещать два подхода. С одной стороны, вы выбираете из того, что вам предлагает ваш источник сновидений. Это пассивное следование внутреннему источнику. А с другой стороны, вы сами можете заказывать необходимый сон или вынашивать его. Это активный путь.

Если вы желаете решить какую-либо проблему, вы можете заказать сновидение, которое принесет необходимые подсказки. Сновидение может подсказать такие пути для решения, о которых вы даже не подозревали. Многие из того, что кажется безвыходным, решается на удивление просто и эффективно.

Итак, перед сном настройте себя следующим образом:

«Ночью мне приснится сон, содержащий информацию для решения проблемы, заключающейся в следующем...» Мысленно представляете проблему, обращаете внимание на ключевые точки, точно выражаете желаемый результат. Далее проговорите: *«Я открываю себя высшему сознанию. У меня будет этот сон»*.

При пробуждении подробно запишите все, что вы увидели. Сложности в анализе или отсутствие необходимого сна показывают, что вы заложили в подсознание недостаточно четкую информацию. Повторите процесс, не забывая, что необходимое сновидение может прийти сразу, а может только через несколько дней или даже недель. Это зависит от многих факторов. От силы вашего намерения, от важности проблемы, от вашей веры в данную методику. Надо также ясно понимать, что невозможно добиться успеха, если вы боитесь получить честный ответ, то есть не готовы принять какое-то развитие событий или сделать необходимые изменения в своем мировоззрении. Например, если девушка хочет во что бы то ни стало сохранить отношения с каким-либо молодым человеком, то она просто не «захочет» заметить такой подсказки, где ей будет рекомендоваться освободиться от зависимости к нему. Подобных привязанностей к различным ценностям тысячи. Они мешают правильно анализировать сновидения. Вот почему анализом, как и катарсисом, лучше заниматься с единомышленниками или психоаналитиком. Со стороны

всегда легче обнаружить проблему и «разрулить ситуацию». Особенно продуктивно анализ сновидений проходит в специально собранных для этого группах.

Ниже приводится методика вынашивания сновидений, предлагаемая Робертом Моссом.

1. Четко сформулируйте свое намерение. Его можно выразить как вопрос или просьбу, скажем: «Как вести себя на собеседовании, устраиваясь на работу?» или «Помогите мне выздороветь». Неплохо начать с просьбы улучшить память о сновидениях или укрепить связь с наставниками из снов. Вопрос может быть любым, главное, чтобы он был достаточно важен для вас. Вынашивание приносит больше пользы, если намерение высказывается не жестко, а в виде просьбы к источнику сновидения, к бессознательному, к Богу. Не бойтесь использовать любые собственные изобретения по работе со сновидениями, экспериментируйте, доверяйте себе и своей интуиции.

2. Запишите вопрос или просьбу. Напоминайте себе о ней в течение дня. Перед сном положите листок с вопросом под подушку. Эта детская методика, как ни странно, очень мощно работает.

3. Записывайте сны и пытайтесь найти в них ответы на заданный вопрос. На первый взгляд, сновидение может показаться никак не связанным с вопросом. Продолжайте искать и помните: в нем наверняка скрыт ответ. Неожиданные встречи и события в жизни тоже могут принести ответ на ваш запрос.

4. Помните, что источник сновидений мудрее бодрствующей личности. У вашего Высшего я могут быть более далекие планы. Вы просите помощи в поиске решений насущных проблем, но сновидения вполне могут объяснить, что текущие цели ошибочны и вы должны двигаться в совершенно ином направлении.

Сны довольно чувствительны к предварительным установкам. С их помощью можно вернуться в старый сон и попытаться изменить там свое поведение. Или поискать дополнительные детали для анализа. Это очень полезно в отношении кошмаров. Трудные попытки убежать от монстров или других опасностей, ощущение, что вы куда-то не успеваете, невозможность управлять своим телом, все это можно прорабатывать не только после сна, но и в самих снах с помощью предварительной установки перед засыпанием. Задайте себе вопрос: «От чего я убегаю? Чего я боюсь?» Пора посмотреть в лицо собственным страхам. Если это удастся сделать в сновидении, то многие проблемы жизни с успехом разрешаются.

Конечно, не все сны являются носителем негатива. Иногда во снах к нам приходят яркие положительные переживания. Под впечатлением хороших снов можно несколько дней пребывать в отличном настроении. Наверное, такие сны тоже несут какой-то смысл.

При анализе надо обращать особое внимание на эмоции, так как различные эмоции могут придавать одним и тем же образам сна совершенно разные значения. Например, женщине снится, что ее рвет и она выплевывает красную жидкость. При первом рассмотрении это могло означать болезнь. Но эмоции, сопровождавшие рвоту во сне, она воспринимала как ощущения радости и счастья. После дополнительного анализа в группе ей посоветовали пройти тест на беременность. Она долгие годы не могла забеременеть, а после проверки со счастливым лицом объявила, что у нее будет ребенок.

Нельзя рассказывать о тайнах сна и при этом не затронуть тему осознанных сновидений, то есть таких снов, в которых спящий осознает, что находится во сне. Он понимает, что его тело лежит в кровати в физическом мире, а то место, где он находится, – не что иное, как его собственный сон. Осознанные сновидения интереснейший феномен, которому вполне возможно научиться. В этом случае человеку открывается целый новый мир. Даже множество миров, намного более захватывающих, чем реальная жизнь. И в этих мирах вы можете обладать осознанием того, что вы во сне, и возможностью влиять на события. Можно пережить целую последовательность снов во сне, вложенных друг в друга, а возвращение будет происходить через ряд ложных пробуждений. Данная тема обширна, выходит за рамки нашей книги. О техниках осознания себя во сне, возможностях и опасностях такой практики вы можете почитать в книгах «Осознанные сновидения» Роберта Мосса, «Практика осознанного сновидения» Сти-вена Лабержа, «Учение толтеков. Крик орла» Теуна Мареза и «Искусство сновидения» Карлоса Кастанеды. Есть и другие книги, но перечисленного вполне достаточно.

Работа со сновидениями – это прекраснейший метод духовного совершенствования и один из способов управления реальностью. **«Эй, вы, боящиеся трудностей по дороге в никуда, не бойтесь! Он такой легкий, этот путь, что его можно пройти во сне».** (Суфийский афоризм.)

ГЛАВА СЕДЬМАЯ

СИМВОЛЫ СНОВИДЕНИЙ

*Предостережение от бездумного использования
сонников – цифры в сновидении – какие сны снятся
миллиардерам – список символов от А до Я*

Руководитель семинаров по анализу сновидений Роберт Мосс пишет: «Люди приходили в мой кабинет с записными книжками, заполненными описаниями своих снов. Когда я спрашивал их, что они узнали из своих снов, они, как правило, отвечали: «Я их не понимаю. Когда я прихожу к вам для аналитической работы, мы на основании моих снов делаем столько чудесных открытий. Но, когда пытаюсь поработать над ними в одиночку, я ничего такого в них не вижу. Я не знаю, с чего начать». То же самое происходит со многими психологами. Когда я работаю со снами своих пациентов, я могу блистать, но стоит мне заняться своим собственным сном, как происходит короткое замыкание». Собственные сны всегда труднее анализировать, чем чужие. Чтобы преодолеть подобные затруднения, я рекомендую составить список символов сновидений. Список должен помочь человеку в поиске необходимых ассоциаций. Именно с целью такой помощи ниже приводится небольшой список образов сновидений. Их символическое значение дается в соответствии с Теуном Марезом и Дениз Линн. Эти авторы знакомы с современным пониманием бессознательного и подходят к толкованию сновидений без излишней таинственности.

Не надо относиться к этому списку, как к последней инстанции. Я хочу предостеречь от его бездумного использования, так же, как и от бездумного использования любых других сонников и справочников по толкованию сновидений и знамений. Вы должны понять, что ни один 200 автор сонников не может дать готовой ассоциации для вашего личного случая. Глубины психики слишком многообразны и различны у каждого человека, поэтому даже у одного человека в разных случаях один и тот же образ может нести разное послание. Это зависит и от той задачи, которая в данный момент решается, и от жизненного опыта, мировоззрения, и от сочетания с другими образами сна. **«Абсолютной глупостью является вера в существование готовых, систематизированных справочников по толкованию снов, в которые можно просто заглянуть и отыскать любой конкретный символ. Ни один образ не может быть отделен от того индивидуума, которому этот сон приснился».** (Юнг.) Несомненно, существуют типичные символы, но в любом случае их нужно рассматривать не сами по себе, а только в контексте сна.

Символика сновидений не поддается однозначной классификации. Я просмотрел много сонников, начиная от Артемидора Эфесского (2 век до нашей эры), переводов с санскрита и с древнеегипетских папирусов, заканчивая Мюллером и другими современными изданиями. Почти во всех случаях они не имели ничего общего друг с другом, за исключением примитивных аналогий и явно различимых мест, где более поздние авторы переписывали ранних. По-этому используйте список символов только как вспомогательное средство, когда самостоятельный поиск ассоциаций по какой-либо причине затруднен.

Количество символов, приходящих к нам во время сновидений, практически бесконечно. В моем списке приведены только основные образы. Большинство из них являются архетипическими, то есть общими символами коллективного бессознательного, и их толкование у многих людей совпадает. Тем не менее надо всегда помнить, что каждый символ принадлежит исключительно вам, поэтому его толкование может отличаться от общепринятого. Даже самые типичные символы не следует применять слепо и буквально, всегда оставляйте возможность другой интерпретации. Каждый раз проверяйте их значение с помощью собственного чувства, методом «щелчка».

Обязательно дополняйте список собственными ассоциациями, исходя из того, кому, когда и что снится. Учитывайте обстановку в семье, на работе, в личной жизни, что было до, что после, что тревожит, под впечатлением каких событий находитесь. Отталкиваясь от приведенного ниже списка символов, начинайте составлять собственный, который будет больше соответствовать вашим личным ассоциациям.

В одной немецкой семье жил итальянский мальчик, усыновленный еще в младенчестве. Он не знал своих настоящих родителей, не знал итальянского языка и рос типичным немецким бургером. Когда он играл во дворе дома приемных родителей с кузнечиками, ему казалось, что кузнечики принесут ему счастье и процветание. Но отец, в соответствии с принятыми в Германии представлениями, объяснил ему, что кузнечики олицетворяют собой безделье и бедность. Однако мальчик чувствовал, что в отношении кузнечиков он испытывает положительные ассоциации и продолжал с ними играть. Когда он вырос и посетил свою родину, то с удивлением обнаружил, что в той местности, откуда родом его предки, кузнечики действительно считаются символом удачи и богатства.

Эта история наглядно показывает, что при анализе сновидений всегда нужно прислушиваться к своему сердцу. Обращайте внимание на общее ощущение от сновидения, оно подскажет, в каком смысле следует толковать замеченные символы. В зависимости от эмоций одинаковые символы могут отражать либо хорошее, либо плохое

значение, либо необходимость в приобретении какого-то качества, либо необходимость в избавлении от него, либо будущие события, либо прошлые.

Обращайте внимание не только на символы, но и на их количество. Проводите анализ чисел и цифр. Даты рассматривайте как числа, например, 10 августа 1896 года это $10+8+1896=(1+0)+8+(1+8+9+6)=1+8+25=1+8+(2+5)=16$. Если окончательное число вошло в диапазон чисел от 1 до 33, то оно не разлагается. Число больше 33 следует уменьшить до одной цифры.

Любой образованный человек знает, что календарь и даты придуманы человеком и не являются каким-либо атрибутом природы. Это созданный человеком метод упорядочивания мира и управления реальностью. Хотя любой календарь увязан с природными циклами, начало отсчета всегда выбрано произвольно. Сегодня мы пользуемся обозначением лет от Рождества Христова. В иные исторические периоды и в иных регионах земного шара были другие календари, следовательно, один и тот же день обозначался другими цифрами. Может ли произвольный набор цифр точно отражать объективную информацию? Несомненно. Наше бессознательное само увязывает информацию со структурой того символизма, которым мы пользуемся, и использует для подсказки цифры и даты, к которым привыкло наше сознание.

То же самое и с сонниками. Толкование образа в соннике может быть придумано совершенно произвольно. Но если ваше подсознание знакомо с этим толкованием и знает, что вы будете его использовать в анализе, то, вполне возможно, оно применит в своих символах именно эту смысловую связь.

Стоит ли серьезно относиться к символам сновидений? Убежденные рационалисты утверждают, что сновидения вряд ли несут неизвестную информацию, ведь образы сна проецируются из реальной жизни. Например, если к глазам спящего человека поднести красный фонарь, то, скорее всего, ему будет сниться пожар. Если лечь спать, испытывая жажду, то всю ночь будет сниться вода. Такие опыты проводились, и это действительно подтверждалось. Но наличие проецирования не опровергает, а наоборот, доказывает то, что сновидение можно использовать для анализа текущей жизненной проблемы. Проецируется любая текущая проблема, сложная жизненная ситуация, депрессия, страх и тому подобное. Но в эти проекции внедряется бессознательное с его безграничными возможностями. Поэтому в сюжете сновидения и в его многочисленных образах, во взаимоотношениях персонажей и в эмоциональных переживаниях сна обязательно кроются подсказки для решения.

И самое главное: любой анализ никогда не является окончательным, а только возможным.

Встречаются два бизнесмена. Один говорит:
– *Бросаю бизнес, устраиваюсь на скромную работу.*
– *Почему? – спрашивает другой.*
– *Вчера купил сонник, там написано, что фекалии снятся к деньгам. Представляешь, какие ночи у Билла Гейтса!*

Абажур – у вас есть лидер или помощь высших сил (или вы ощущаете потребность в этом). Цвет, степень прозрачности и форма абажура отражают ваши взаимоотношения с лидером.

Аборт (прерывание беременности) – отказ реализовывать имеющийся потенциал.

Авария – это предупреждение. Станьте внимательным и расчетливым, поищите дополнительную информацию, которую сейчас не замечаете или не учитываете.

Автомобиль – способность передвигаться по жизни, управлять реальностью. Имеют значение сцепление с дорогой, состояние шин, способность к торможению, управляемость на поворотах, мощность двигателя, ваша способность управлять, обзор, местность, по которой едете, обгоняют ли вас другие машины, грузовой или легковой автомобиль. Очень информативный символ; смотри также *Транспорт*.

Авторучка – необходимость выразить свои мысли.

Ад – трудности; наказание; очищение через кризис.

Айсберг – ваши эмоции большей частью подавлены.

Акула – безжалостная эксплуатация.

Анатомия:

лодыжки – разумное сотрудничество;

предплечья – идеализм, желание, ориентация на цель;

спина: верхняя часть – сила (или потребность в ней); средняя часть – действия (или потребность в них); нижняя часть – поддержка (или ее отсутствие);

молочные железы – питание (или потребность в нем); забота (или потребность в ней);

икры – память (подсознательное знание);

грудь – честность (или отсутствие ее);

уши – чувства, чувственность (их недостаток);

глаза – здравомыслие (или его отсутствие);

ступни – восприятие, понимание; контакт с материальным миром; умение идти к цели;

пальцы: указательный – отношения с самим собой; средний – взаимоотношения вообще; безымянный – восприятие ваших отношений с другим человеком; мизинец – потенциально возможные отношения;

наружные половые органы: свои – необходимость отождествления себя в роли мужчины или женщины; другого человека – отражение себя в роли мужчины или женщины (если речь идет о гениталиях противоположного пола, – отражение своего внутреннего партнера);

волосы – социальный портрет самого себя;

руки – взаимоотношения с окружающим миром;

голова – интуитивное мышление;

нижняя треть бедра – гибкость (или ее отсутствие);

суставы: локтевые – потребность в гибкости идеалов (или ее отсутствие); коленные – потребность в гибкости восприятия; ноги – способность двигаться вперед (любое продвижение и прогресс в жизни);

губы – сила (или ее отсутствие);

рот – см. губы;

шея – гибкость – негибкость;

нос – личная энергетическая сила (или ее отсутствие);

плечи – ответственность (или ее отсутствие);

желудок – напряженность, стресс;

верхняя треть бедра – сексуальность;

гортань – логическое мышление;

пальцы ног: первый – восприятие самого себя; второй – восприятие другого человека; третий – восприятие вообще; четвертый – восприятие того, как видят вас другие; пятый – восприятие собственного потенциала.

Ангелы – стремление к контакту с собственным источником сновидений или внутренним существом; получить благословление. Вы на верном пути.

Аплодисменты – признание (или потребность в нем).

Армия – необходимо собраться с силами. Аэропорт – квантовый прыжок (необходимость в нем); гармонизация противоположностей (небо и земля); символ перемен; отрыв от привязанностей.

Бабушка – плодородие, мудрая забота; родовая карма.

Бабочка – трансформация и возрождение; естественная радость свободы.

Бабочки ночные и мошки – сила (вселенская), мистическая реальность.

Башня – фаллический символ.

Бег – способность двигаться по жизни, управлять реальностью (очень важно определить, от чего убегаете или к чему бежите); стремление скрыться от всего, уединиться (возможность такого уединения.)

Берег – знак контакта сознания и бессознательного.
Библиотека – внутренние ресурсы (потребность в них).
Битва (драка) – внутренний конфликт.
Бог – стремление к получению религиозного опыта.
Бриллиант – многогранность, сочетание различных аспектов в единой гармонии (или потребность в этом).
Божья коровка – символ удачи.
Буря – сильные эмоции.
Бумажник – ваша личность; обладание силой (в зависимости от наполненности).
Бутылка: полная – наполненность эмоциями; пустая – внутреннее истощение.

Вампир – эксплуатация энергии; кровное родство.
Веревка – знак взаимодействия противоположностей, равновесия энергии (или потребности в равновесии, или блокировки энергии).
Ветер – мысль, интеллект; послание, предупреждение.
Волосы – смотри Анатомия.
Вода – любовь; посредник между Духом и материей.
Воздух – стремление к здравомыслию (или отсутствие такового).
Ворона – перемены; мистические переживания, эзотерические практики.
Восток – здравомыслие (включение части в целое, единство, понимание).
Время – потребность в ясности (необходим анализ цифр и чисел, обозначающих время).
Врач – исцеление (физическое, эмоциональное, интеллектуальное, потребность в нем).
Врач-офтальмолог – здравомыслие.
Врач-стоматолог – необходимость (или же боязнь) агрессии.
Вязание – посмотрите, какой узор жизни вам удастся.

Гвоздь – суть.
Гениталии – смотри Анатомия.
Глаза – см. Анатомия.
Город – см. Строения либо внимательно рассмотрите детали и анализируйте их.
Горы, холмы – надежда; достижения.
Гроб – завершение; ограничения.
Грудь, вскармливание грудью – см. Анатомия.
Грязь – чувство вины.

Движение – способность реализовывать намерение в действительность.

Движение назад – возвращение к старым привычкам.

Двери – возможности.

Дедушка – зрелый аспект вашего Я; аспекты родовой кармы по линии деда, потребность в перепросмотре взаимоотношений с родственниками по линии деда.

Деньги – кристаллизованная сила. Этот символ редко бывает связан с финансовыми отношениями в реальной жизни. Чаще всего деньги во сне означают приобретение или потерю вселенской духовной силы и внутренней энергии в результате жизненных поступков и ситуаций. Конкретная сумма денег – смотри Цифры и Числа.

Действие:

мытье – необходимость быть самим собой;

невозможность дышать – нехватка личной силы;

невозможность (или затрудненность) движений – плен мировых и социальных условностей;

кашель – сложность принятия (веры) в кого-либо или что-либо;

питье – желание свободы;

вы (или кто-то) утонул – убежденность в том, что вы находитесь в тюрьме или испытываете гнет;

умирание – высвобождение, успех (а также боязнь этого);

прием пищи – желание духовного роста.

Дети (ребенок) – потребность в перепросмотре и катарсисе собственных детских проблем и психотравм.

Дерево (вообще, без уточнения породы) – познание; объединение и жизнь, отношения между корнями и кроной, объединение в едином теле, между противоположными аспектами (потребность в нем) в любых делах, прагматичных и духовных; репродуктивная система.

Деревья:

кедр – интуитивное знание (потребность в логике);

цитрусовые и их плоды – обусловленная любовь;

лиственные – умственные способности;

хвойные – связь с бессознательным;

финиковая пальма – сила;

дуб – мудрость (потребность в ней);

сосна – необусловленная любовь;

ива – гибкость, подвижность (потребность в ней);

экзотические деревья и их плоды – эмоции.

Дождь – процесс жизни.

Долины – надежность, безопасность.

Дорога – символ судьбы. Полностью интерпретировать смысл этого образа можно только в контексте с остальными образами сна. Что касается самой дороги, то здесь надо обратить внимание на то, пряма она или извилиста, в какую сторону поворачивает, идет в гору или под уклон, каково покрытие. Важно, каким транспортом вы пользуетесь: идете ли пешком, или передвигаетесь по дороге другим образом. Либо просто наблюдаете за дорогой, но не пользуетесь ею.

Драгоценные камни:

алмаз – здравый смысл посредством интуиции, единство (потребность в этом);

гранат – инстинкт (потребность быть начеку);

рубин – сила (потребность в ней);

сапфир – сила (потребность в смелости).

Дракон – мощный потенциал (может быть задействован и во вред себе).

Ехать на (в) чем-либо – *движение* по жизни (вы едете или вас везут, сколько пассажиров, каков обзор, слушается ли управление, соответствует ли направление движения желаемому – все это имеет важное значение).

Жалюзи – смотри Занавеси.

Жеребец – буйство эмоций.

Железо – возможность что-то перековать в жизни. *Жених* – мужское начало (его отношения с женским началом); линейное мышление (высвечивает проблемы взаимоотношений противоположных начал, способность или потребность в совмещении линейного и нелинейного аспекта действий).

Жест – мысль, логика, рациональное мышление.

Животные:

медведи – гармония через конфликт;

олень, антилопа и другие представители жвачных – гармония и спокойствие;

коты – временные события или действия;

собаки – дружелюбие или верность;

ослы – покорность;

слоны – любовь и защита;

лисы – хитрость, рациональность, логика;

лошади – верность, устойчивость;

львы – созидание, разрушение (или и то и другое);

змеи – мудрость (или потребность в ней);

тигры – интеллект (или потребность в нем);

неизвестные животные – указатели судьбы;

волки – свобода (необходимость в ней);
зебры (животные с пятнистой шкурой) – неуверенность,
нерешительность.

Другие животные – копирование их свойств. Например, рыба:
холодный как рыба; в определенной среде как рыба в
воде; плодовитость (много икры); является пищей;
скользящая; знак зодиака; а также ассоциации: ели рыбу
вчера или запоминающийся эпизод детства, связанный с
рыбой.

Жук – символ удачи.

Заграждения – в деталях ограждения должна быть под-сказка,
как преодолеть какие-либо жизненные проблемы. *Закон* –
равновесие (его отсутствие).

Занавеси – открытость, закрытость.

Запад – чувство (стирание личной истории).

Запор – вы цепляетесь за старое.

Звезда – наставничество; предназначение.

Зеркало – таким видят вас окружающие; необходимость познать
себя.

Зерно (семя) – возможность или необходимость взрастить
желаемое, новое.

Земля (почва) – стремление к силе, стабильности (отсутствие
таковой).

Золото – Божественный Дух, персонифицированное
бессознательное.

Зубы – потребность в агрессии (боязнь ее); контакт с
реальностью и управление ею через волю. Выпадают – недостаток
воли и энергии для решения необходимых жизненных задач.

Измена – отношения с какой-то частью вашего Я, необходимость
познать ее.

Инструменты – способности, таланты.

Имена – (в них всегда важные послания. Найдите способ как
следует проанализировать имя) – необходимость переосмысления
отношений с человеком, носящим данное имя; потребность в
изменении своих внутренних качеств.

Кактус – не следует прикасаться, найди другой способ
обращения с чем-то.

Катастрофы – землетрясение, наводнение, пожар, цунами,
извержение вулкана, смерч, ураган и т.д. – все это указывает на

неожиданное и значительное изменение в какой-то сфере жизни. Эмоциональный сдвиг, резкое изменение жизненной ситуации, поворотные моменты, новое направление.

Квадрат – сущность, квинтэссенция; устойчивость.

Кинотеатр – объективность (ее отсутствие).

Кит – инстинкт.

Кладбище – освобождение от привязанностей, квантовый скачок.

Ключ – очень значительный символ, возможность открывать двери на духовном и физическом плане. Найденное решение или поиск его.

Книга – жизненный урок: встреча с человеком, несущая познание; духовные поиски в обыденном мире.

Кольцо – завершенность, цельность, объединение.

Колени – смотри Анатомия.

Колесо – гармоничное движение по жизни, к цели; контакт с действительностью, способность управлять реальностью; отсутствие колес – негибкое мировосприятие.

Кольцо – духовная сила.

Комната – ограничения.

Коробка – необходимость перепросмотра или катарсиса подсознательных блокировок, имеющих значение для проблем, которые вы решаете в настоящий момент в жизни.

Корона – преувеличенное чувство самозначимости, надменность.

Кошмары – одно из наиболее ценных познавательных сновидений, потому что показывает нам, что какой-то страх принял непропорционально большие размеры, или указывает на негативное воздействие на нас чего-то, что мы подавили.

Кран – все системы водопровода и канализации олицетворяют движение ваших эмоций.

Крест – данный образ сильно окрашен христианским символизмом, поэтому может иметь значение, связанное с верой вообще и с христианством в частности. Но крест является также и более древним мистическим символом, 211 означающем материализацию духа в материю через поиск правильного и точного действия или понимания. Кровать – желание покоя.

Кровь – обновление.

Круг – завершенность создания; здравомыслие (включение части в целое).

Лампа – лидерство (или потребность в нем).

Лед – замерзшие эмоции.

Лес – многообразие сил природы, взаимоотношения с ними. В зависимости от контекста – потребность в детализации либо, наоборот, в общем виде; бессознательное; приключения.

Левое, левая сторона – чувственное знание. У левшей, возможно, наоборот.

Лестница – продвижение по жизни, стремление к чему-либо.

Лодка – средство упорядочивать направление в море эмоций. Управляете ли вы лодкой или плывете по воле волн? Посмотрите, в каком она состоянии, – это состояние ваших линейных инструментов управления: самодисциплины, разума, физических возможностей.

Луг – место психологического отдыха.

Луна – целостность собственного Я; необходимость прислушаться к подсказкам Вселенной, знакам, знамениям. Мистическая сторона жизни. Исследование глубин души. Фазы Луны: полная Луна – хорошее использование интуиции и личной духовной силы (потребность в таком использовании). Молодой месяц – хороший, но не использованный интуитивный потенциал. Луна в ущербе – недостаток интуиции и силы.

Масло – лесть.

Мать – ваша внутренняя жизнь; элементы родовой кармы; предки.

Машина – смотри Автомобиль.

Маятник – необходимость или возможность использовать противоположные аспекты жизни. Для каждого аспекта найти свое место и время применения. Условия меняются, поэтому лови необходимый момент для каких-либо поступков.

Мед – желание эмоциональное.

Металл – физическая сила, подтвержденная четким намерением.

Меч – проникновение за покровы иллюзий.

Младенец – потребность во внимании; рождение цели; очень мощное изменение сознания.

Моряки, морской флот – эмоциональное действие.

Могила – возрождение через смерть; самоограничения.

Молния – оргазмическое высвобождение энергии; связь с иными пространствами.

Мост – создание направления намерением; трансформация; необходимость налаживания связи. Море – жизнь вообще.

Музыка – слышать музыку во сне – это знак контакта с энергией других пространств, развитие интуиции.

Музыкальные инструменты:

ударные – гармония в пределах нынешнего социального статуса (или ее отсутствие);

струнные – гармония относительно большего целого (или ее отсутствие);
духовые – гармония со своей внутренней сущностью.
Мусор – от чего-то в жизни следует освободиться.
Мясо – материальная часть вашей сути.

Нагота (отсутствие одежды) – ощущение собственной незащищенности перед окружающими, раскрытость тайн, уязвимость (необходимость в безопасности); ограничения, вызванные стыдом; сексуальность, имидж.

Насекомые – качества, соответствующие характерным особенностям тех или иных насекомых.

Нахождение над – нелинейное видение (или потребность в нем).

Небо – отсутствие границ.

Невеста – женская сущность, нелинейный аспект, смотри также Жених.

Нить – связь; судьба.

Нож – потребность в освобождении от ненужного; эмоциональное или физическое проникновение.

Ножницы – эффективное объединение.

Ныряние – погружение в бессознательное.

Облака – духовный поиск, изменчивость энергетических форм; грозовые – конфликт, угроза.

Обувь – понимание; контакт с реальностью.

Общественные места – открытость, незащищенность (боязнь этого).

Огонь – невероятная сила; стремление к разрушению, переменам (боязнь этого).

Озеро – обусловленная любовь.

Одежда – роли в жизни, образ самого себя, поведенческие и социокультурные роли. Предрассудки и стереотипы, в соответствии с которыми строится поведение.

Окно – видение материи как энергии, видение энергетической причины событий.

Опоздание – необходимость в самостоятельных действиях; предупреждение об упущенных возможностях. Опоздание на работу, в школу, на экзамен – необходимость пересмотреть подсознательные программы, вызывающие тревожность и беспокойство.

Оргия – силы расходуются нерационально; невостребованная сексуальность.

Оружие – защита, потребность в ней.

Остров – убежище.

Отец – защитник; необходимость переосмысления чувств, связанных с ним.

Открытое пространство – свобода (боязнь сделать рывок к ней).

Офицер – ответственность.

Падение – боязнь неудачи; в пропасть, съезд с обочины – неверное сочетание интуиции и разума в управлении реальностью (потребность в таком сочетании). Неверное сочетание активных и пассивных инструментов управления.

Паспорт – необходимость по-новому взглянуть на некоторые социальные роли и признаки самоидентификации.

Перекресток – точка формирования реальности путем зачатия нового или влияния извне.

Перо – важное послание из бессознательного.

Пила – эмоциональные раны.

Письмо – общение (потребность в нем).

Письменные принадлежности – общение, выражение, самовыражение (физическое, эмоциональное, умственное).

Плавание – желание быть воспринятым или любимым; способность плавать во сне показывает способность формировать желательную реальность намерением.

Плод – награда за труды.

Плоды:

виноград (вино) – личная духовная сила;

олива – чувства;

гранат – здравый смысл.

Плотина – сдерживание любви разумом, волей, страхами или социальной обусловленностью.

Погони – закрываете глаза на существующую проблему, нужно повернуться лицом к страху.

Подсвечники – вселенская сила (посчитайте количество свечей, проанализируйте числа).

Поезд – см. общественный Транспорт.

Пол – основа, фундамент; поддержка и опора. Необходимо обратить внимание на то, какими качествами пол обладает.

Полиция, милиция – превращение в жертву (ощущение такого превращения, страх превращения или отношение к кому-то как к жертве).

Полет – стремление к свободе (либо возможность ее получить); если не можете лететь, куда хотите, значит, боитесь выходить за рамки дозволенного; если снижаетесь или не можете набрать высоту, значит, недостаток интуиции и намерения, нет правильного сочетания линейных и нелинейных инструментов.

Потеряться – необходимость вырваться за пределы линейности, тоннеля реальности; необходимость перепросмотра эмоциональных блоков, связанных с одиночеством, потерянностью, брошенностью.

Потолок – ограничения, предел.

Поцелуй – гармония двух начал, наблюдайте за эмоциями и ощущениями, возможно, полная гармония не достигнута; потребность в силе (ее отсутствие или боязнь силы).

Правое – правополушарное знание (логика). У левшей и разноруких по-другому.

Препятствия (преграды) – если они сопровождаются негативными эмоциями, то события вашей жизни действительно требуют анализа.

Привидение – часть вас умерла.

Пропасть – квантовый скачок, страх при прыжке в неопределенность (если боитесь прыгнуть, разберитесь, за что вы цепляетесь в жизни, что боитесь потерять).

Птицы:

хищные (кроме сов) – духовная сила;

птицы с черным оперением (кроме ворон) – склонность к обману, обманчивость, хитрость;

птицы с ярко окрашенным оперением – смотри Цвет;

ворона – глашатай духовной силы (обратите внимание на направление и интенсивность ее полета); смотри также Ворона;

голуби – мир, гармония;

совы – смерть старого человека (мудрость);

воробьи – необусловленная любовь;

грифы и сходные виды птиц – упадок; птицы с белым оперением – мир и воплощение.

Пустыни – отчаяние; бесплодность.

Путешествие – перемены (возможность их); самоизучение, продвижение к цели (правильное или неправильное направление).

Работа – стремление к действию (или потребность в действиях).

Разговор – потребность в общении.

Река – знак эмоций и движения. Рассмотрите подробности и контекст, так как интерпретировать этот знак можно в широких пределах.

Рептилии – недостатки.

Ржавчина – у вас есть талант, развивайте его. Чем не пользуетесь, то ржавеет.

Рог – символ изобилия, вместилище, женская природа; символ власти, насильственного проникновения, мужская природа; в целом, единение мужского и женского.

Родители – необходимо разрядить детские травмирующие воспоминания и программирующие эпизоды, снять проблемы родовой кармы.

Роза – универсальный символ любви, красоты и вселенской силы.

Рот – многофункциональный орган, поэтому и анализ может быть разнообразным. Основные качества рта: промежуточная область между внешним и внутренним; сексуальность; средство выражения мыслей и передачи информации; полость, которая может быть грязной или чистой. Смотри также Анатомия.

Рука – возможно бесконечное количество интерпретаций, поэтому анализируется только в сочетании с другими символами сна и с учетом интуитивного чувства. Если рассматривается часть руки, смотри Анатомия.

Север – духовная сила (деяние в недеянии).

Секс, половая активность:

флирт – стремление к жизненной силе (вызов);

разнополюые половые контакты – стремление к разумному сотрудничеству (боязнь превосходства);

гомосексуальные половые контакты – стремление познать свою мужественность (боязнь несоответствия);

лесбийская любовь – стремление познать свою женственность (боязнь несоответствия);

изнасилование – чувства (страх превратиться в жертву);

половые извращения – сниженная самооценка.

Сексуальные сновидения обычно не имеют отношения к сексу в жизни. Они говорят о равновесии мужской и женской части Я.

Совокупление – слияние энергий. Слияние с человеком, которого знаете – *перенимаете его качества*.

Свет – смотри Лампа.

Серебро – материальный мир.

Сила, поддерживающая в воздухе, – действия разума.

Секретное задание – предсказание судьбы.

Сизифов труд (нескончаемая работа) – боязнь неудачи.

Смерть:

члена семьи – перемены во взаимоотношениях; самого себя – перемены мировоззрения, духовный рост;

незнакомца – некто, несущий с собой перемены. Солнце – духовная сила.

Соль – стабильность; квинтэссенция чего-либо.

Спина – смотри Анатомия.

Столы – необходимо обратить внимание на проблемы.

Строения:

любого типа (включая палатки, пещеры, могилы) –
мировоззрение (точка зрения);

общественного назначения – обывательский взгляд на мир
(социальные условности);

военного предназначения – практичность.

Стулья – особо удобное, комфортное место.

Ступни – смотри Анатомия.

Трава – жизнь.

Транспорт, средства передвижения:

воздушный – осознание по отношению к идеям или
понятиям;

тягловые, ездовые и вьючные животные – осознание по
отношению к животным качествам;

общественный транспорт (автобусы, поезда и прочее) –
социальные условности;

наземный – общее осознание (направленность);

водный – осознание взаимоотношений.

Треугольник – чувства, источник сновидений.

Тропа – смотри Дорога.

Туалет – потребность в освобождении от негативных
подсознательных программ.

Убийство – убивается какая-то часть вашего Я.

Унитаз – движение воды и испражнений означает движение
ваших эмоций, негативные или позитивные аспекты эмоций (или
запертость эмоций).

Фекалии – смотри Экскременты.

Фотографии – необходимость вспомнить содержание
фотоснимка. Переосмыслить отношения с теми людьми, разрядить
соответствующие эмоциональные блоки.

Цвета:

черный – всеобщность (потребность в целостности);

синий – покорность и понимание;

коричневый – стабильность, потребность в приземленности
(то есть приближение к реальности);

зеленый – исцеление;
голубой – включение части в целое (потребность в этом);
оранжевый – хитрость (необходимость быть проницательным и расчетливым);
красный – насилие (или необходимость борьбы);
белый – мир; желтый – жизненная сила.

Другие цвета представляют комбинации основных цветов, следовательно, комбинацию качеств.

Цветы – красота (или ее нехватка, стремление к ней).

Цифры и числа:

0 – универсальность, абсолютная свобода (или полное ее отсутствие);

1 – гибкость, подвижность;

2 – покорность и понимание (потребность в этом). Знак судьбы;

3 – творчество и радость (или их отсутствие), признак смешанного изобилия: как хороший, так и плохой;

4 – стабильность;

5 – свобода и перемены (необходимость в них);

6 – вдохновение и руководство со стороны силы (необходимость выбора между старым и новым);

7 – руководство (необходимость в нем);

8 – равновесие и гармония (или их отсутствие);

9 – завершенность (потребность в ней);

10 – новый цикл. Безгрешность путем повторения старого опыта (предупреждение о необходимости остерегаться старых ловушек);

11 – сила (или ее отсутствие);

12 – выносливость (необходимость проявлять терпение и не выдвигать своих требований);

13 – смерть старого (либо потребность отказаться от всего старого);

14 – знание (потребность в нем);

15 – луч света в темном царстве (необходимость увидеть в брошенном вызове дар силы); 219

16 – освобождение посредством силы намерения (необходимость отыскать дар силы в том, что, на первый взгляд, кажется катастрофой);

17 – различие (его необходимость);

18 – смелость (ее необходимость);

19 – жизненная сила (необходимость ее сохранения);

20 – честь и достоинство (или отсутствие таковых);

21 – мир и успех (новое начало);

22 – эгоистическое поведение;

23 – разрушительное поведение;

24 – страх;

- 25 – искушение;
- 26 – иллюзия;
- 27 – сопротивление;
- 28 – злоупотребление духовной силой;
- 29 – злоупотребления вообще;
- 30 – манипуляции;
- 31 – опасность разума (логики);
- 32 – дисгармония;
- 33 – свобода.

Другие числа: все остальные числа (больше 33): необходимо уменьшить до одной цифры при помощи сложения, например:

$$65=6+5=11=1+1=2, 2089=2+0+8+9=19=1+9=10=1+0=1.$$

Часы – см. *Время*.

Червяк – скрытая работа, как положительная, так и отрицательная.

Числа – см. *Цифры*.

Чихание – желание чего-либо или потребность в чем-либо (сосчитайте количество и истолкуйте в соответствии с цифрами).

Чтение – внутренние духовные искания.

Чувства:

слух – чувства (или их отсутствие);

обоняние – личная духовная сила (или ее отсутствие, в зависимости от контекста);

зрение – здравомыслие;

вкус – связь с вселенской силой (или ее отсутствие);

осязание – взаимоотношения.

Шкафы – подсознательная программа, потребность в воспоминании, перепросмотре, разрядке.

Шляпа, головной убор – смотри *Корона*.

Шторм – перемены.

Шина, автомобильные покрышки – смотри *Колесо*, *Обувь*.
Проколотое колесо – см. отсутствие Колес.

Электричество – бессознательное.

Экскременты – деньги, желание их, отношения с ними, путь к ним; потребность в разрядке негативных подсознательных программ.

Юг – духовная сила (сновидение).

Яблоко – восстановление (или потребность в нем). Иногда – раздор, соблазнение.

Яйцо – бессмертие, великий потенциал; начало (новая жизнь).

Ящерица – несущая послание.

ГЛАВА ВОСЬМАЯ

АКТИВНОЕ ВОООБРАЖЕНИЕ

Фантазийный мир внутри нас – как писать книги не напрягаясь – четыре фазы активного воображения – внутренний учитель Карла Густава Юнга – сухомозглые повсюду – активное воображение в бизнесе

Активное воображение – это одна из лучших практик самосовершенствования и самопознания. Это общение с различными частями нашего «Я», живущими в бессознательном. Данную практику можно рассматривать как разновидность медитации.

При этой технике все энергетические структуры, их взаимодействия и конфликты, как и при самокатарсисе, можно представить в виде любых образов: в виде геометрических фигур, различных существ или даже в виде героев фантазийного мира со всеми их битвами, страданиями, любовью и ненавистью. Осознающий разум наблюдает за внутренним миром, герои которого гуляют, беседуют, спорят, заводят друзей и наживают врагов среди населяющих этот мир личностей, общаются с живущими в бессознательном мудрецами. Это похоже на сон, с той лишь разницей, что вы, испытывая эти ощущения, не спите, а полностью осознаете происходящее. Как и во сне, в активном воображении происходит процесс символического отображения; но вы погружаетесь только до того уровня, где еще сохраняется контроль сознания.

Подобные упражнения хорошо удаются женщинам, но при регулярной тренировке и мужчины приобретают мастерство в обращении со своим внутренним «Я». У разных людей различные способности к активному воображению. Некоторые сразу могут увидеть образы и даже услышать их голоса. Другим необходимо время, чтобы научиться различать свои внутренние энергии. Сначала внутренние сущности воспринимаются смутно, едва уловимо. Можно попытаться говорить за них, принимая сторону одной или выражая мнения каждой из сторон. Сначала будет казаться, что вы разговариваете сами с собой, что все это придумано вашей фантазией, но вскоре по внутренним ощущениям вы научитесь определять, что некоторые высказывания совпадают с энергетикой какой-то внутренней сущности, другие нет. В ваших словах будут высказаны мнения различных сторон ваших персональностей. Даже не воспринимая образы, вы будете чувствовать, что различные мысли и фразы вызывают столь же различные эмоции, ощущения, согласие или сопротивление. Наблюдая за ними, вы постепенно научитесь видеть их в виде персонажей, предметов и их взаимоотношений.

Активное воображение – место встречи, «нейтральная полоса», где встречаются для сотрудничества осознающий разум и бессознательное. В результате они гармонизируются, и личность от конфликтов мотиваций и невротических проблем приходит к единству, расширению сознания и божественному бытию.

Начните с того, что просто загляните в себя. И наблюдайте. То, что появится, несет для вас сообщение из бессознательного. Затем эти образы начнут развиваться и взаимодействовать. Если вы научитесь не вмешиваться, а позволите им существовать и развиваться, они могут многое подсказать. Можно, например, испытывая какой-то дискомфорт, обнаружить его внутри себя, затем наблюдать за ним. Энергетическое ощущение может сформироваться в любое существо или образ и общаться с вами. Не давите, позвольте этому проявиться самостоятельно. Возможно, оно сможет рассказать, почему вам досаждают и чего хочет. Таким подходом решается главная задача катарсиса: некоторым частям бессознательного дается возможность выразить себя и стать осознанными.

Такая практика отличается от обычной фантазии тем, что фантазируем мы о желаемом, а в активном воображении принимаем всё. Мы позволяем существовать не только приятным ощущениям, но и любым страхам, болям. Мы начинаем общаться со всеми этими энергиями, присущими нашей личности, находим для них выход и учимся сотрудничать с ними, и даже используем их себе на благо. Для входа в активное воображение можно использовать, например, беспокойство. Большинству из нас есть о чем беспокоиться, причем беспокоиться постоянно. Мы пытаемся не замечать этих ощущений, забивать их повседневной деятельностью, надуманными развлечениями, искусственным общением, алкоголем или перееданием. Либо фантазируем о жизненных достижениях, которые, как нам кажется, избавят нас от беспокойства. В нашем мозгу возникает фантазия, в которой мы видим себя добившимися поставленной цели, победителями. Но, избегая встречаться лицом к лицу с противоположными, болезненными энергиями, например с чувством унижительного поражения, мы не даем выразиться нашему другому «Я». Оно вынуждено выражать себя через ощущение беспокойства и душевного дискомфорта. Сопrotивляясь этому чувству, мы образуем энергетическую блокировку, энергия не течет, эволюции сознания не происходит. Из-за этого окружающая нас реальность тоже не меняется, мы снова и снова, иногда год за годом, попадаем в однотипные ситуации и переживания.

В случае с активным воображением появляется возможность проникнуть в беспокойство, вступить с ним в диалог, выяснить, кто или что внутри нас находится в состоянии конфликта, и сделать что-то по этому поводу. В правильно наработанном активном воображении всегда задействованы чувства и эмоции. Вы можете испытывать

счастье, печаль, заинтересованность, гнев или любые другие человеческие проявления. Это спектакль, в котором вы участвуете так же полно, как в реальной жизни, и так же заинтересованы в нем.

Когда вы занимаетесь активным воображением, в вашей личности действительно происходят перемены. Бессознательное не пребывает на одном месте в неподвижности и покое, наоборот, оно занято непрерывным движением, перегруппированием, перевоплощением содержимого в другие структуры и уровни. Позволяя энергиям развиваться, мы гармонизируем их потребности с потребностями нашего сознательного существа. Меняются отношения между осознаваемой личностью и бессознательным. Если имеет место невротический дисбаланс между социальными, инстинктивными, моральными установками и ценностями бессознательного, то это напряжение можно разрядить, противоположности свести воедино. Это сделает вашу жизнь более богатой и насыщенной.

Приводимый ниже случай из психоаналитической практики Роберта Джонсона хорошо иллюстрирует метод активного воображения.

Женщина занималась ремонтом своего дома. Она много времени беспокоилась о дизайне, интерьере, подборе красок и строительных материалах. Через некоторое время она так «зациклилась», что уже не могла спать, потому что ее одолевали мысли и переживания о ремонте. Она целую ночь прокручивала в голове образцы дизайна и цветовые решения. Процесс ремонта превратился в манию, она стала раздражительной и нетерпеливой, не «могла взять себя в руки» и контролировать свои мысли.

В процессе активного воображения она попыталась общаться с той энергией, которая оказывала на нее такое влияние. Она обнаружила в своем внутреннем пространстве «японца», художника в буддистском одеянии, который пытался через нее выразить свое творчество. Это он подбирал краски и размышлял о дизайне. Когда она сказала ему, что нельзя этим заниматься всю ночь, что она устала и у нее есть другие проблемы, художник обиделся.

– Подожди, не уходи, – сказала она, – я не сержусь. Мы можем прийти к соглашению. Почему ты давишь на меня?

– Я боюсь.

– Боишься чего?

– Я боюсь, что меня снова запрут.

– Запрут?

– Мне очень редко удается выразить себя. Мне кажется, пока дверь открыта, я должен работать быстро и эффективно. Скоро все закончится, и я буду заперт.

– Я начинаю тебя понимать. В моей жизни у тебя было настолько мало возможностей проявить себя, что я даже не подозревала, что ты существуешь.

– Это правда. Я чувствую, что умираю с голоду. Это, может быть, моя единственная возможность.

– Если я предоставлю тебе другие возможности для самовыражения, то ты станешь меньше отчаиваться? Снизится ли ты интенсивность своего труда?

– Да. Но ты знаешь, что это может за собой повлечь? (Тут женщина чувствует испуг. Ей кажется, что она находится на грани поступка с необратимыми последствиями. Это очень важно. Серьезные противоречия, как правило, разрешаются через кризис, который может выразиться и в виде панического страха.)

В итоге женщина поняла, что она всегда отличалась практичностью, на нее всегда давили работа и обязанности. Она занималась только тем, что приносило практические выгоды, отказываясь от занятий ради радости или чистого творчества. Производственные мысли вытесняли все остальное. К этому добавлялся страх потерпеть неудачу и не справиться со своими обязанностями. «Японец» предложил ей заняться керамикой, акварелью, искусством составления букетов. Поначалу это показалось ей смешным и банальным. Но со временем она стала находить все более и более глубокое удовлетворение от своей художественной деятельности и общения с «японцем». С тех пор и по настоящее время она уделяет этому определенное время своей жизни и чувствует себя гораздо более многогранным и удовлетворенным человеком, чем раньше.

«Если родите то, что внутри вас, это спасет вас, если не родите то, что внутри вас, это убьет вас». (Ев. от Фомы.) Работа с активным воображением включает в себя четыре фазы:

- 1. Приглашение бессознательного.**
- 2. Диалог и ощущения.**
- 3. Этика энергетических взаимодействий.**
- 4. Ритуал.**

Первая фаза. Приглашение бессознательного.

Существует несколько вариантов включения в активное воображение. Можно просто освободить ум, наблюдать за внутренним пространством и ожидать. Начинать работать с тем, что появится. Как писательница Э. Блайтон: «На несколько минут я закрывала глаза и делала свой ум пустым и ждущим и тогда... мои персонажи возникали перед моим внутренним взором. Я не знала, что именно кто-нибудь из

них скажет или сделает. У меня была счастливая возможность: сочинять историю и одновременно ее читать. И я подумала: «Думай я хоть сто лет, я не смогла бы придумать такого». А потом подумала: «Хорошо, ну а кто же тогда все это придумал?» Российская писательница Дарья Донцова, автор нескольких десятков популярных романов, пользуется тем же способом: «Наверное, в ваших глазах я сейчас буду выглядеть психопаткой. На самом деле, передо мной просто несется картинка. Герои сами ссорятся, знакомятся, влюбляются. Я только записываю то, что вижу». С помощью активного воображения можно вернуться в сон, который вы видели ночью, заново пообщаться с участниками сна, разрядить негативную эмоцию сна, попытаться изменить сюжет (если не возникает внутреннего сопротивления) либо просто получить дополнительные сведения для анализа. Сразу после пробуждения вхождение в энергетические области последнего сновидения происходит очень легко.

Можно просто придумать произвольный мир, в который вы будете регулярно мысленно возвращаться, и в который будут постепенно вовлекаться ваши внутренние персонажи.

Полезно обращаться к бессознательному с помощью вопросов: *«Что мне следует делать? Чего я хочу? Как решить какую-либо проблему? Как вести себя на завтрашней встрече? Как поступить в той или иной ситуации?»* И наблюдать за ответом бессознательного, разбираться с ощущениями, интерпретировать их, анализировать, вступать в общение и разрешать в символической форме внутренние конфликты.

Входить в активное воображение можно с помощью различных органов чувств. «Четыре года назад я не мог увидеть ни одного образа. Я думал, что люди обманывают, говоря, что им помогает направленная визуализация. У меня и мысли не было о том, что они видят картины. Конечно, когда я впервые пытался создавать образы, я пошел тем же путем, что и все люди, которые испытывают трудности в этом плане. Они говорят себе: «Ну, еще упорнее смотри на это!» Конечно, чем больше я говорю себе и чем больше чувств я испытываю, тем менее я способен что-либо увидеть. Я выучился делать это по принципу наложения: беря чувство или звук, а потом добавляя к этому визуальное измерение!». (Бендлер, Гриндер.)

Вы можете использовать принцип наложения, чтобы натренироваться. Допустим, у вас хорошо развита тактильная система, но вы совершенно не можете визуализировать. Тогда представляйте себе, какова на ощупь кора дерева. Тактильно исследуйте ее, пока не получите хорошую галлюцинацию на коже пальцев. Затем визуализируйте вашу руку и посмотрите на нее, пытаясь увидеть, как выглядит кора дерева, базируясь на тактильных ощущениях (мягкости или твердости, шершавости или гладкости, температуры). Если же

вы, наоборот, легко визуализируете и хотите развить звуковое восприятие, вы можете увидеть машину, заворачивающую за угол, а затем попытаться услышать соответствующие звуки.

Вторая фаза. Диалог и ощущения.

Нам не следует руководить внутренними личностями и происходящими событиями, мы должны следовать им. Не надо пытаться определить или предсказать, что произойдет или будет сказано, пока этого не случится. Никогда не следует работать по заранее написанному сценарию. Погружаясь в воображение, мы не можем знать, как поведет себя и что скажет внутренний персонаж. Сценарий сам разворачивается в глубинах бессознательного и иногда приносит нам сюрпризы и неожиданности. Необходимо дать внутренним фигурам жить своей жизнью. Слушать и наблюдать. Запишите диалоги, пожелания, споры участников событий, все перипетии внутренних путешествий и приключений. Обращайте особое внимание на ощущения. Вы должны ощущать чувства персонажей так же явственно, как свои собственные.

Важное замечание. Создание образов – процесс бесконечный. Сначала мы визуализируем какие-то эмоции, персонифицируем их, то есть начинаем воспринимать их в виде сущностей и образов. Затем между внутренними персонажами возникает общение, они сами начинают испытывать эмоции, которые мы снова можем персонифицировать. Появляются новые сущности. И так далее. Не стоит увлекаться, необходимо держаться золотой середины между удержанием первоначально возникающих образов и необходимыми более глубокими включениями, если этого требует ситуация. Придерживайтесь того образа, что появился первым. Сюжет должен быть закончен, начиная от завязки, проходя через конфликт к гармонизации, к выводу и разрядке. Не позволяйте разуму часто перескакивать на другие образы, которых в процессе внутренней работы появляется достаточно много. Вы работаете со своим первоначальным ощущением так же, как психоаналитик работает со своим пациентом: следуете за его подсказками и ассоциациями, но не забываете о цели, придерживаетесь направления. В противном случае каждая промежуточная эмоция стремится превратиться в основную сущность. **«Стремясь к средствам, не забывайте о цели».**

Легендарный психотерапевт Милтон Эриксон образно описал этот процесс так. *«Однажды я возвращался из колледжа и вслед за нашей компанией на фермерский двор забрел чей-то потерянный конь, видимо, в поисках воды. Конь был весь в поту. Фермер сказал, что это не его конь, и мы привязали его в углу. На нем была уздечка, я сел на него и сказал «Но», и повернул его головой к дороге. Я не знал, какое направление правильное. И конь потрусил и поскакал галопом по дороге. Временами он забывал, что надо бежать по дороге и сворачивал в поле. Тогда я тянул его немного за повод и*

обращал его внимание на тот факт, что дорога была там, где и ему надо быть. Наконец, через 231 четыре мили конь повернул в фермерский двор и фермер сказал: «Вот как ты вернулся! Как вы узнали, что ему нужно сюда?» Я сказал: «Я не знал. Конь знал. Я просто обращал его внимание на дорогу». Так мы работаем: необходимо удерживать направление, одновременно позволяя бессознательному свободно самовыражаться. В самом правильном исполнении активное воображение не должно плодить лишних сущностей, а работать только с теми персонажами, которые могут принести из бессознательного нужные ответы на наши сегодняшние вопросы.

Активное воображение отличается от позитивного программирования. В своем коммерческом виде методики самопрограммирования потакают нашему Эго (эгоистичному сознанию). Они создают впечатление, что человек сам контролирует и направляет свою жизнь. Публике это нравится; людям нравится думать, что они обладают свободой действий. Бессознательное программируется на выполнение команд осознающего разума. Вы закрываете глаза и представляете, что вам хочется: новую машину, новую должность, новый дом или более высокую зарплату. И вы представляете это. Либо представляете себя обладающим определенными качествами: стройным, привлекательным, энергичным, уверенным и тому подобное. Другими словами, хотите сделать идеальным себя или свою жизнь. Вы пытаетесь изменить свою судьбу, затрагивая глубинные основы психики, и при этом совершенно не желая замечать других аспектов своей личности, находящихся в этих глубинах. В этом случае, как правило, желаемые позитивные образы не становятся реальностью, а мечты так и остаются мечтами. «Мечты, мечты, где ваша сладость? Ушли мечты, осталась гадость!»

Активное воображение строится на более всеобъемлющем представлении о человеке и Вселенной. Бессознательное обладает собственной мудростью, своей точкой зрения, которая более реалистична, чем узкое понимание Эго. Цель – не программировать, а сотрудничать. Если вы будете слушать бессознательное, то оно будет слушать вас. Если вы будете давить на него, не замечать его, то оно не откроет вам смысл возникающих препятствий и сопротивлений на пути к желаемым образам.

Вместе с тем утверждение о том, что мы должны пассивно следовать бессознательному и принимать его команды и подсказки, не отрицает того, что активное воображение должно быть целевым. Вспомните Эриксона: кто-то должен возвращать коня на дорогу. С этой точки зрения, позитивная визуализация может быть полезной. Она задает направление. Ведь бессознательное бесконечно, затеряться там проще простого. Если у нас задано направление, то на пути к

желаемой цели нам будут показаны подсознательные программы, которые мешали нам иметь то, что мы хотим. Мы можем ощущать эти программы в виде возникающих страхов, болей, стыда, вины, гнева, потребности контролировать и тому подобное. Прорабатывая все это в активном воображении, мы гармонизируем энергии и расширяем сознание. Это единственный правильный способ применения визуализации и мысленного программирования.

Говоря о целевом использовании активного воображения, мы возвращаемся к теме деяния в недеянии; мы вспоминаем утверждение некоторых мудрецов о том, что любая цель не имеет смысла, но она должна существовать. Любая деятельность также не имеет смысла, но она должна совершаться. Таков закон материального мира. Любое желание не имеет смысла, но оно должно быть. Таков закон существования сознания.

Сотрудничая с бессознательным методом активного воображения, можно решать любые задачи, как абстрактные (духовное совершенствование, объединение двух противоположных начал: мужское – женское, сознание – бессознательное), так и прагматичные (заработать денег, осуществить задуманный проект, получить социальную власть, избавиться от болезни).

Третья фаза. Этика энерговзаимодействий.

В воображении мы можем позволить себе больше, чем в реальности, например, реализовать свой гнев, обиду, совершить оскорбление, убийство, злоупотребить властью и силой. Но все во Вселенной имеет свою цену. Все это от-233 разится на внешней жизни и ее результатах в будущем. В нашу задачу входит найти причины жизненных проблем и разрешить их, а не потакать нашим нереализованным потребностям и подавленным энергиям.

Возникающие в нашем активном воображении создания персонифицируют различные силы Вселенной. Не стоит допускать в чем-либо преобладания одной из них, ибо любая сила это всего лишь грубая примитивная энергия природы, которая эгоистически стремится захватить все ваше существо. Но всегда найдется и противостоящая ей сила, с противоположными интересами. В любом конфликте интересов какая-либо сторона стремится взять верх, но мы должны руководствоваться этическим компонентом. Это означает, что когда мы вступаем в разногласия с внутренними силами, мы не уничтожаем и не подавляем какую-либо из них, а признаем их и находим им место в системе наших ценностей. Кроме того, мы не позволяем им завладеть нами в ущерб интересам разума, а также в ущерб другим частям личности.

Одна пациентка долгое время общалась с внутренним мужчиной, который подсказывал ей, как решать свои жизненные проблемы. Однажды он сказал, чтобы она отдала ему ключи и кошелек. Эти вещи символизируют управление собственной жизнью. Ее психоаналитик

предупредил об опасности такого шага. Она забрала эти вещи обратно, но в дальнейшем не смогла справиться с этой стороной своей натуры и полностью подчинилась внутреннему мужчине. В итоге она позволила властной части своей личности руководить всей ее жизнью. Жажда власти захватила ее сущность. Это сильно изменило ее внешнее поведение, смысл и стиль жизни.

Желательно стремиться к сохранению равновесия, не отдаваться одной полярной точке зрения, всегда представляющей какую-либо крайность. Конечно, активное воображение – это приключение. Мы сами и наши внутренние сущности должны участвовать в битвах и бороться за победу, но нельзя допускать победы над важными частями своей личности.

Еще один важный момент. Желательно не допускать смешивания жизни и воображения. Сохранение трезвости, разграничения и контроля – обязательное условие роста. Данное предупреждение важно для того небольшого процента людей, чья психика слишком подвижна. Им следует «заякориться» в действительности кругом реалистичных знакомых либо постоянной деятельностью, требующей ответственности, или чем-то еще, что требует регулярного возврата в действительность.

Люди с подвижной психикой без всяких психоделических препаратов и без специальных психотехник могут контактировать со своим бессознательным. Этот дар часто оборачивается для них серьезными испытаниями.

«Карен слышала женские голоса, которые говорили ей, что она вступает в полезные и важные для нее переживания. На протяжении нескольких дней тело Карен излучало необычайно сильный жар, у нее были видения огня и пространств красного цвета, а время от времени она ощущала при этом, что ее тело охватывает пламя.

Ей казалось, что ее ведет через все ее переживания некая чрезвычайно большая энергия, которая текла прямо через нее, вводя ее в различные уровни ее бессознательного, а также в те воспоминания, эмоции, чувства и ощущения, которые содержались в ее внутреннем мире. Испытывая состояние, когда она была подобна маленькому ребенку, Карен вспоминала заново и проживала биографические эпизоды, такие, как самоубийство ее матери и ее последующая зависимость от второй жены отца. Однажды всплыли детские воспоминания о том, как ее били ремнем, и она почувствовала себя страдающим черным африканцем, избиваемым плетью на корабле, перевозившем рабов. Периодически она чувствовала свою связь с умершей матерью, так же, как с одним своим другом, который погиб в катастрофе почти год назад. Она говорила, что тоскует по ним и хотела бы к ним присоединиться. В иное время она видела других людей, которые умирали, или же видела саму себя умершей. Напоминая ей о том, что есть возможность пережить смерть

символически, без действительного физического умирания, ее помощники предлагали ей оставаться с закрытыми глазами, поощряя ее к полному переживанию своего умирания внутренне и к выражению тех тяжелых эмоций, которые при этом возникали. Она согласилась с этим и за достаточно короткое время прошла через наиболее интенсивное столкновение со смертью и другими переживаниями.

Временами Карен чувствовала, что она была древней колдуньей, участвующей в магических ритуальных жертвоприношениях; в других случаях она чувствовала присутствие внутри себя ужасного чудовища.

После примерно двух недель некоторые из наиболее трудных и болезненных состояний стали ослабевать, и переживания Карен становились все более приятными, светлыми и, по ее ощущениям, связывались с божественным источником. Она видела внутри себя божественную драгоценность – излучающую свет жемчужину, которая символизировала ее подлинный центр, и она проводила большую часть времени, нежно разговаривая с этой жемчужиной, питая и возвращая ее. Карен получила указания из внутреннего источника о том, как с любовью и заботой относиться к самой себе, и чувствовала, что эмоциональные раны, нанесенные ее сердцу, зажили.

По мере того, как Карен постепенно выходила из своих переживаний, она все меньше и меньше была поглощена своим внутренним миром и все больше интереса проявляла к своей дочери и к тем людям, которые ее окружали. Она начала регулярно спать и принимать пищу и вскоре уже способна была самостоятельно заботиться о всех своих повседневных нуждах.

Если бы она подверглась обычному лечению и в результате пришла к убеждению, что она психически больна, она была бы не способна сформировать в себе такое отношение, которое отражало бы разрушение старых ограничений и освобождение для чего-то нового». (Гроф.)

Четвертая фаза. Ритуалы.

Эта фаза похожа на четвертую фазу работы со снами. Необходимо перенести желаемое развитие событий в реальность физического мира через символы бессознательного. Например, в воображении произошло событие, символизирующее ваш успех. Вы были одеты там в красный костюм. Найдите кусочек красной ткани и прикрепите к одежде. Существуют и другие ритуальные действия, позволяющие установить связь между образами бессознательного и физическим миром.

Некоторые выражают каждую часть своей личности в танце, живописи, стихах, речи. Другие описывают на бумаге все, что с ними происходило во время активного воображения. Все это – ни что иное, как установление связи физического мира с бессознательным, что расширяет возможности управления реальностью.

Может случиться так, что, путешествуя во внутреннем мире, вы забрались глубоко в подсознание и рестимулировали там какую-то негативную программу, затронули травмирующий эпизод детства и вернулись в реальность с сохранением состояния эмоциональной боли, стыда, обиды и тому подобное. Самое худшее, что вы можете в этом случае сделать, это отыграть эмоцию: в действительности обидеть кого-нибудь, отомстить или другим образом получить облегчение. С этой эмоцией нужно работать во внутреннем пространстве. Сама рестимуляция (то есть осознание) уже лишила программу гипнотической силы, а значит, вы уже можете справиться с ней. Уход от боли негативных эмоций через отыгрывание на других будет означать, что испытание не пройдено и карма не отработана. Отработайте эту эмоцию с помощью любой техники катарсиса, возвратившись в активное воображение.

Лучше понять практику активного воображения помогут отрывки из книги доктора медицины, выдающегося швейцарского психолога Карла Густава Юнга «Воспоминания, сновидения, размышления».

«Я старался записывать свои фантазии так подробно, насколько это было возможно, стараясь выявить их психологические источники. Но адекватного отображения не получалось: мой язык был слишком беспомощным. Поначалу я писал языком темным и архаическим, архетипы выглядели патетическими и высокопарными, что меня раздражало. (Мне это действовало на нервы, как если бы кто-то скреб ногтем по штукатурке или ножом по тарелке.) Но я не знал, каким языком пользовалось мое бессознательное, и у меня не было выбора: я записывал то, что слышал. Создавалось впечатление, будто мои уши слышат его, мой язык произносит; наконец я слышал собственный шепот я повторял вслед за бессознательным.

С самого начала я расценивал свой диалог с бессознательным как научный эксперимент, который проводил сам и в результатах которого был жизненно заинтересован. Сегодня можно сказать, что это был эксперимент, который я поставил на себе. Одна из самых больших сложностей была связана с моими собственными негативными реакциями. Я позволил чувствам овладеть мной. Я, зачастую против воли, записывал фантазии, ошеломлявшие меня своей абсурдностью. Ведь когда не понимаешь их смысла, они кажутся чудовищной смесью высокого и смешного. Все это дорого мне обошлось, но это, на мой взгляд, было предназначено мне судьбой. Ценой невероятных усилий мне удавалось наконец выбраться из лабиринта моих собственных фантазий.

К этим фантазиям, которые так волновали меня и, можно сказать, управляли мной, я испытывал не только непреодолимое отвращение, они вызывали у меня неопиcуемый ужас. Больше всего я опасался потерять контроль над собой и сделаться добычей своего бессознательного. Как психиатру мне было слишком хорошо известно, что это значит. И все же я пошел на риск, позволяя этим образам завладеть мной, и главным образом потому, что, не испытав сам, я не решился бы поставить в подобную ситуацию пациента.

Для того, чтобы удержать фантазии, я часто изображал некий спуск и однажды даже попытался дойти до самого низа. Сначала я будто бы спустился метров на 300, но уже в следующий раз оказался на некоей космической глубине. Это напоминало путешествие на Луну или погружение в пропасть. Сначала возник образ кратера, и мне почудилось, будто я нахожусь в стране мертвых. Под скалой я увидел двоих: седобородого старика и прекрасную девушку. Я приблизился к ним, словно они были реальными людьми, и стал прислушиваться к их беседе. Старик ошеломил меня, заявив, что он – Илья-пророк. Но ответом девушки я был просто возмущен: она назвала себя Саломеей!

Несколько позже мое бессознательное явило мне другой образ, он стал развитием и продолжением Ильи-пророка. Я назвал его Филемоном.

Я видел небо, но оно походило на море. Его покрывали не облака, а бурые комья земли, между которыми просвечивала голубизна морской воды, но эта вода была небом. Вдруг откуда-то справа ко мне подлетело крылатое существо – старик с рогами быка. В руках у него была связка ключей, один из них он держал так, будто собирался открывать замок. Окрас его крыльев напоминал крылья зимородка.

Филемон и другие образы фантазий помогли мне осознать, что они, возникнув в моей психике, созданы тем не менее не мной, а появились сами по себе и живут своей собственной жизнью. Филемон представлял некую силу, не тождественную мне. Я вел с ним воображаемые беседы. Мой фантом говорил о вещах, которые мне никогда бы не пришли бы в голову. Я понимал, что это произносит он, а не я. Он объяснил, что мне не следует относиться к своим мыслям так, будто они порождены мной. «Мысли, утверждал он, живут своей жизнью, как звери в лесу, птицы в небе или люди в некоей комнате. Увидев таких людей, ты же не заявляешь, что создал их или отвечаешь за их поступки». Именно Филемон научил меня относиться к своей психике объективно, как к некоей реальности.

Психологически я воспринимал Филемона как некий высший разум. Он казался мне фигурой таинственной, временами совершенно реальной. Я гулял с ним по саду, чувствуя, что он является для меня чем-то вроде того, что в Индии называют гуру. Лучшее, что я мог себе пожелать, это иметь настоящего гуру, чтобы кто-то был рядом со

мной: и кто-то, превосходящий меня знаниями и опытом, способный разобраться в путанице произвольных созданий моей фантазии. Эту задачу взял на себя Филемон, которого волей-неволей я признал своим наставником.

Затем на смену Филемону пришел другой образ, я назвал его Ка. В моей фантазии дух Ка явился из земли, из глубокой расщелины. Я нарисовал его, попытавшись передать эту связь с землей.

Записывая эти фантазии, я как-то спросил себя: «А чем я, собственно, занимаюсь?» Все это явно не имеет никакого отношения к науке. Но тогда что же это такое? Ответ мне дал некий голос: «Это – искусство». Я удивился, мне и в голову не приходило, что мои фантазии имеют какое-то отношение к искусству. У меня была абсолютная уверенность, что этот внутренний голос принадлежал женщине, и, более того, одной моей пациентке, весьма одаренной, но страдавшей психопатией.

...Меня крайне занимало то, что внутри меня существует какая-то женщина и вмешивается в мои мысли. Много позже я осознал, что «женщина во мне» – это некий типический, или архетипический, образ, существующий в бессознательном любого мужчины. Я назвал его «анима». Аналогичный образ в бессознательном женщины получил имя «анимус».

Разговоры с самим собой весьма походили на беседы с психоаналитиком, причем здесь в роли моего пациента выступал некий женский призрак. Каждый вечер, записывая свои фантазии, я думал об одном: если не запишу, моя анима не запомнит их. Можно назвать и другую причину добросовестности: в записанном уже трудно что-либо исказить или перепутать. Между тем, что сказано и тем, что записано, существует огромная разница. Постепенно я научился отличать свои собственные мысли от того, что говорила моя анима.

Но решающим в конечном итоге является все же сознание. Именно оно должно определиться по отношению ко всякого рода бессознательным проявлениям. Тем не менее анима обладает и некоторыми положительными свойствами. Она является посредником между сознанием и бессознательным, и в этом мне видится ее преимущество. Я всегда призывал ее на помощь, когда чувствовал, что мое душевное равновесие нарушено, что в моем подсознании что-то происходит. В этот момент я задавал ей вопрос: «Что с тобой? Что ты видишь? Дай мне знать». После некоторого сопротивления анима, как правило, являла мне образ, вполне зримый, и тогда беспокойство и подавленность исчезали. Вся моя эмоциональная энергия обращалась в любопытство, сосредоточивалась на содержании образа. Потом,

обсуждая с анимой эти образы, я понимал, что должен объяснить их себе, как в свое время сны.

Я видел, что фантазиям требуется некоторое твердое основание, что мне самому необходимо спуститься на землю, вернуться в реальный мир. Но обрести основание в реальном мире я мог, только научно осмыслив его. Я поставил перед собой цель осмыслить данный мне бессознательный материал. И отныне это стало смыслом всей моей жизни.

По иронии судьбы я, психиатр, на каждом шагу обнаруживал в себе тот самый материал, который лежит в основе психозов и с которым можно столкнуться разве что в сумасшедшем доме.

Подвергая себя этому рискованному эксперименту, я понимал, что нужна точка опоры, которая находилась бы в «этом мире», и такой опорой были моя семья и моя работа. Я как никогда нуждался в чем-то нормальном, самоочевидном, что составляло бы противоположность всему странному в моем внутреннем мире. Семья и работа оставались спокойной гаванью, куда я всегда мог вернуться, напоминали мне, что я реально присутствую в этом мире, что я такой же человек, как и все. Погружаясь в бессознательное, я временами чувствовал, что могу сойти с ума. Но я знал, что у меня есть диплом врача и я должен помогать больным, что у меня жена и пятеро детей, что я живу в Кюснахте на Озерной улице 228, все это было той очевидностью, от которой я не мог уйти. Ежедневно я убеждался в том, что на самом деле существую и что я не легкий лист, колеблемый порывами духовных бурь, как это случилось с Ницше. Ницше утратил почву под ногами, поскольку у него не было ничего, кроме собственных мыслей, и те имели над ним куда больше власти, чем он над ними. У Ницше не было корней, он парил над землей и потому впадал в крайности. Такой неадекватности я страшился, стараясь представить себя в этом мире и в этой жизни. Какой бы бездонной ни была глубина моего погружения в бессознательное, куда бы ни увлекали меня фантазии, я всегда знал: все, мной переживаемое, – реальная жизнь, и я должен наполнить ее смыслом.

Семья и работа оставались надежной реальностью моей жизни, гарантией того, что я нормален и действительно существую.

Научные занятия для меня были единственным способом и единственной возможностью преодолеть тот хаос, иначе я потерялся бы во всем этом нагромождении образов. Ценой огромных усилий я старался осмыслить каждый отдельный образ, каждый устойчивый элемент бессознательного, и настолько, насколько это удавалось, упорядочить их на каком-то рациональном основании, а главное, установить их связь с реальной жизнью. Для нас куда предпочтительней придумывать пространные отговорки о негативном влиянии бессознательного.

Не менее серьезную ошибку допускают те, по мнению которых достаточно лишь как-то объяснить образ и это уже будет знанием о нем. Если человек рассматривает это знание как этическую заповедь, он впадает в иллюзию собственной власти над бессознательным, что может привести к опасным последствиям, губительным не только для других людей, но и тех, кто считает себя «посвященным». Образы из бессознательного налагают на человека огромную ответственность. Непонимание этого, равно как и уклонение от морального долга, лишает человека целостности и придает его жизни характер болезненной раздробленности.

Я очень болезненно переживал противоречие между окружающим меня миром и тем, что находил в себе. Тогда я еще не знал, что два эти мира могут взаимодействовать, и видел лишь разлад между внутренним и внешним. Тем не менее моя главная цель не вызвала у меня никаких сомнений: я смогу вынести свои идеи на суд общества и добиться признания только в том случае, если ценой невероятных усилий сумею доказать реальность моих психологических опытов, суть которых касается не меня лично и как некий «коллективный» опыт имеет отношение ко всем людям.

Тогда же, в период между 1918 и 1920 годами, ко мне пришло понимание того, что цель психического развития – самодостаточность. Не существует линейной эволюции, есть некая замкнутая самость. Однонаправленное развитие возможно лишь в начале, затем все отчетливее проступает центр. Сознание это вернуло мне уверенность в себе и внутреннее равновесие.

Мне понадобилось сорок пять лет, чтобы облечь в строгие научные формы все, что я тогда пережил и записал. В молодости я мечтал о научной карьере, но этот пламенный поток, эта страсть захватили меня, преобразив и переплавив в своем огне всю мою жизнь. Именно страсть оказалась первоэлементом, и все мои работы лишь более или менее удачная попытка сделать ее достоянием современников, частью их мировидения.

Годы, когда я следовал своим внутренним образам, я считаю самыми важными в моей жизни. Они определили ее смысл, ее основу, а последующие частности – это только дополнения и уточнения. Вся моя дальнейшая деятельность была посвящена последовательной разработке того, что в те годы прорвалось из бессознательного. Это стало первоосновой моей работы и моей жизни». (Юнг.)

Принцип активного воображения многими творческими людьми найден самостоятельно в процессе интуитивного решения жизненных задач. В частности, в бизнесе используются некоторые подходы, напоминающие работу с внутренними сущностями. Несколько

интересных мыслей предлагает Даг Холл, наиболее дерзновенный и преуспевающий предприниматель сегодняшней Америки. Сам о себе он говорит следующим образом: «Я – лысый коротышка в кроссовках и голубых джинсах, которого ценят в некоторых компаниях вроде «Пепси-Кола», «Прок-тор энд Гэмбл», «Найк», «Уолт Дисней», «ЮС инвент бизнес айдиас». Образно говоря, вы можете не знать меня, но вы знаете мою работу. Исследования показывают, что средняя американская семья ежедневно пользуется плодами по меньшей мере восемнадцати моих изобретений, моих и моей команды». Вот такой монстр творческого подхода в бизнесе. «Сухо мозглые повсюду», – говорит он. Этот замечательный термин относится как раз к тем, кто не умеет пользоваться возможностями своего бессознательного. «Реализм неуместен!!!» – пишет он и ставит три восклицательных знака. Офис его фирмы назван клиентами «Центр детоксикации от рабочей деятельности». Это место, где бизнесмены, которых он обучает, могут высказать все, что у них есть в голове, не опасаясь осуждения и не волнуясь, что по этому поводу подумают. Это место, где они припоминают детские слова, играют героические роли, а также роли злодеев, которых они неизменно побеждают. И тогда приходят решения и всплывают ответы на неразрешимые вопросы. «У меня нет научных доказательств правильности моих методик, – говорит он, – зато у меня есть доказательства их эффективности». Все, что нужно, по его мнению, – это закрыть глаза и попросить подсознание дать ответ, и оно откликнется. А для извлечения, анализа и применения этого ответа он предлагает несколько десятков методик. Любой метод без применения бессознательного Холл называет иссушением мозгов и мыслительным запором.

Но еще задолго до него в бизнесе существовали и успешно применялись методики активного воображения. Есть упражнение «Внутренний локатор». Сразу опишу его в действии и вы сами поймете принцип применения. «Пока Дебби слушала уверения спонсора о преимуществах сотрудничества с ним, внутренний локатор стал подавать сигналы опасности. Она не могла этого объяснить. Но она испытывала сверлящее чувство в желудке и видела образ черного ворона. При следующих встречах она услышала четкий голос: «Берегись! Берегись! Не работай с этим человеком, ты будешь иметь неприятности». Проект был заманчивым, она не могла отказаться от него только по указке внутреннего голоса, поэтому решила навести справки. Внутренний голос оказался прав».

«Иногда я представляю, что сижу перед экраном компьютера. Я формулирую вопрос таким образом, чтобы на него можно было ответить словами «да» и «нет». Я задаю вопрос и жду. Иногда на экране появляется написанное слово, иногда – цвет (зеленый – да, красный – нет). Иногда слово звучит как сигнал в голове. Если я не получаю четкого ответа, я повторяю попытку через несколько часов,

иногда формулирую вопрос по-другому. Если полученный ответ не удовлетворяет и не соответствует желаемому, следует принять его. Если начнете переспрашивать, подсознательное даст вам то, что вы желаете услышать, но жизнь показывает, что только первый ответ является правильным и то при условии, что вы изначально настроены его принять». (Дж.Гр. Скот.) «Обращайте внимание на любой появляющийся образ. Большинство людей ищут лишь успокаивающие образы, положительные признаки, безопасный путь, отбрасывая другие ощущения, которые иногда бывают неприятными. Они отказываются видеть реальное, потому что у них возникает искушение избавиться от беспокоящего образа, не соответствующего 245 их желаниям. Многие люди, которые приходили ко мне на прием, сами уже почувствовали, что у них что-то не в порядке. Но они надеялись, что я придам этому положительное значение, типа «вы всего лишь испытываете естественные изменения в теле, но физически с вами не происходит ничего страшного». Очень важно говорить правду, а не то, что вы хотите увидеть. Интуитивные способности людей так же точны, как и мои, но страх говорит:

«Не замечай этого». Надо быть готовым посмотреть в лицо своему страху». (Лора Дей.) Если ты действуешь под влиянием страха, тогда внутренний проводник не для тебя. Боишься неудач? Значит, боишься жизни. Один бизнесмен после семинара по развитию интуиции и воображения каждый рабочий день начинал с того, что записывал внутренние образы и ощущения, а затем давал их секретарше напечатать. Секретарша смеялась над ним. Однажды он записал образ кролика, который быстро спускался на лыжах с горы, а затем начал медленное восхождение на более высокую гору. После этого перед его внутренним взором возникла рука с пятью растопыренными пальцами. По внутреннему ощущению он ассоциировал образ кролика с компанией по производству садового инвентаря, акции которой он собирался скупать. Спрос на акции был так велик, что он опоздал: акции были скуплены более расторопными компаниями, а к концу дня их цена взлетела на 25 % от первоначальной. Тут он вспомнил, что кролик скатывался с горы вниз. Действительно, через некоторое время спрос на акции стал резко падать. Цена упала ниже первоначальной. Все потеряли интерес к акциям этой компании. Аналитики охарактеризовали положение компании как крах. Но тот бизнесмен, помня о том, что после спуска кролика он видел восхождение на более высокую гору, продолжал наблюдать за курсом акций. Когда цена акций упала до цены пяти долларов, он вспомнил о пяти пальцах, увиденных в воображении вместе с кроликом, и начал постепенно скупать акции. На следующий день он разместил крупный заказ на покупку акций. А затем акции начали медленно расти. Он продолжал скупать акции. Через несколько месяцев их цена достигла первоначальной и продолжала

расти. В конечном итоге, когда он продал акции на новом пике их спроса, он завершил самую крупную сделку в своей жизни. Секретарша перестала смеяться.

Есть интересные упражнения по общению с внутренними мудрецами. Многим людям нравится образное упражнение Джинн Грехем Скотт. Обратите внимание на количество подробностей. *«Представьте, что вы на лугу и окружены сочной зеленой травой. Воздух чист и нагрет солнечными лучами. Рядом вы слышите жужжание пчел и щебетание птиц. Вдалеке вы видите высокую гору и направляетесь к ней. Когда вы идете, то замечаете маленькие цветы. Маленькие грибки растут в тени деревьев. Вы чувствуете ковер мха под ногами. Коровы пасутся на пологих склонах горы.*

По мере того, как вы идете к горе, деревья растут все реже и реже, и вы проходите через небольшие пастбища. Ветер становится сильнее и холоднее. Вы проходите через небольшой ручей. Опустите ноги в ручей. Ощутите, как вода омывает ваши ноги. Это позволяет вам хорошо расслабиться. Вы ощущаете полный покой. Теперь сядьте спокойно и слушайте. Заметьте разнообразие движения вокруг вас. Стрекозы стремительно проносятся, касаясь ручья. Краб выползает из-под камня и ищет, где лучше спрятаться. Мимо проплывают головастики, птицы перелетают с ветки на ветку у вас над головой. Белки взбираются на деревья. Насекомые качаются на травинках. Неподалеку стоит и смотрит на вас олень. Сядьте на большой камень и осмотритесь вокруг. Что вы еще видите?

Теперь идите дальше. Поднимаясь в гору, обратите внимание, что деревья сменяются кустами. Вы выходите на поляну и смотрите на луг, долину, лежащую у вас под ногами. Заметьте, как далеко они от вас: совсем другой мир. Теперь, по мере того, как вы поднимаетесь все выше и выше, заметьте, как воздух становится холоднее. Однако солнце светит прямо на вас и согревает вас. Затем, взбираясь вверх, испытывайте чувство ясности и самопостижения по мере того, как вы уходите все дальше и дальше от вещей, которые вас занимают. Вы оставляете позади весь мир и его заботы.

Теперь вы подходите к вершине горы. На вершине стоит маленькая хижина, построенная из дерева с затейливой резьбой. Окна и двери увешаны зеркалами и маленькими предметами, которые блестят и сверкают на солнце. Здесь и живет мудрец из гор. Говорят, что он все знает. Вы подходите к хижине. При этом обдумайте вопросы, которые вы хотите задать.

Теперь, четко представляя себе вопрос, подойдите к двери и постучите три раза. Мудрец ответит вам. Открыв дверь, он спросит вас: «С каким вопросом пришли?» В ответ посмотрите

ему в глаза и четко сформулируйте свой вопрос. При этом внимательно смотрите на него. Обратите внимание на его глаза, на то, как он одет. Похож ли он на провидца, который знает ответы на все вопросы?

Потом он приглашает вас в хижину выпить чая. Когда вы пьете чай, он отвечает на ваши вопросы. Теперь слушайте, что он вам отвечает. Если есть дополнительные вопросы, задайте их, когда он закончит свой ответ. Затем поблагодарите его за эти ответы. Поговорите о другом. Побудьте там некоторое время, если хотите. Попрощавшись, возвращайтесь по тому же маршруту».

Одна из разновидностей активного воображения – это известная каждому детскому психологу методика «Нарисуй свою проблему». Пусть ребенок нарисует свои страхи, монстров, которых он боится, или изобразит сцену, выражающую его болезненные взаимоотношения с мамой или папой. Затем ребенка просят нарисовать желаемое развитие событий. Воображение ребенка живо участвует во всех этих сценах. Очень часто такой сеанс освобождает его от значительного негативного заряда или навязчивого иррационального страха.

«Научитесь символическому видению. Слова «все это – только воображение» я давно засунул в мусорное ведро. Оно столь же реально и столь же нереально, как мой собственный мир». (Гурджиев.)

В начале книги мы много говорили о религии. Еще одно дополнение. «Всю историю святых, которые переживали Бога, разговаривали с Богом, нужно исследовать большим психологическим прозрением. Они ничем не отличаются от сумасшедших. Все их претензии, заявления, что они единственные сыновья Бога, что они единственные пророки Бога, что они единственные инкарнации Бога, не что иное, как безумные высказывания. Настоящим шоком будет, если вы установите, что этих людей окружали галлюцинации. Их боги, их собственное воображение, их послания приходят из их собственных умов, и оставленные ими писания созданы ими самими». (Ошо.) Действительно, все боги – это лишь символическое видение энергий бессознательного. Человек нерелигиозный увидит эти энергии в другом виде. Все эти идолы, религиозные ритуалы и талисманы являются попыткой перенести символизм бессознательного в реальную жизнь для того, чтобы использовать для решения жизненных задач. Правда, 99 % верующих повторяют только внешнюю сторону обряда, не понимая его глубинных механизмов. Поэтому в большинстве случаев он не работает. **«Религия – это живые истины, которые стали мертвыми, когда стали распространяться посредством стадного инстинкта».** А правильно перенесенный символизм действительно помогает. Нерелигиозный человек с таким же успехом может использовать в

своих ритуалах любые нерелигиозные образы. Например, методика катарсиса, которую я подробно описывал в первой книге, является разновидностью активного воображения. Два примера.

«... Вы верите в ангелов?»

– Конечно, – ответила я.

– Хорошо, потому что вот что со мной произошло дальше. Я обнаружила, что парю над собственным телом, легче, чем даже воздух. И я встретила чудесное существо, которое сказала мне, что она мой ангел. Она пожаловалась:

«Рут, Рут, ты знаешь, как тяжело быть твоим ангелом?» Я сказала, что никогда об этом не задумывалась, тогда она предложила: «Давай я тебе покажу, какой я тебя воспринимаю». С этими словами она указала мне на моего двойника, он был весь обмотан резиновыми жгутами. Мой ангел сказала: «Вот какой я тебя вижу. Каждый из этих жгутов – это твой страх, который контролирует тебя. У тебя столько страхов, что ты никогда не слышишь меня, когда я пытаюсь поговорить с тобой, сказать, что я держу все под контролем».

Потом ангел сказала: «Вот ножницы. Почему бы тебе не разрезать все эти жгуты и не освободить себя?» Именно это я и сделала. С каждым взмахом ножниц я чувствовала приток энергии. После того, как я разрезала все жгуты, ангел вновь обратилась ко мне: «Теперь ты чувствуешь себя лучше?» Я сказала, что я стала легче, чем воздух, и счастливее, чем когда-либо. Я не могла перестать смеяться. Мой ангел сказала: «Теперь ты должна вернуться в свое тело...» (Каролайн Мисс. «Анатомия духа».)

Второй пример. Анна заболела раком кишечника. Одновременно с этим она потеряла работу. Вся ее жизнь разрушилась, а ведь она воспитывала двоих детей. Однажды в видении она увидела свою опухоль в виде сорняков на грядках. После этого в качестве ритуала она стала у себя на участке выращивать цветы. Работая, она повторяла: «Я сажаю новое начало для себя и своих детей. Я выпалываю опухоль в кишечнике». Через шесть недель ей позвонила подруга, которая зарабатывала на жизнь тем, что шила для театров костюмы. Подруга повредила запястье и попросила помочь ей сделать работу. Анна не только пошила костюмы, но и внесла много творческих идей. Ее работа понравилась, и у нее появился постоянный заработок. Еще через некоторое время Анна прошла медицинское обследование. Опухоль исчезла. Со временем у нее стало столько заказов, что она решила открыть собственное ателье по пошиву костюмов для театров. Затем при ателье открылся магазин. Анна стала здоровой и процветающей женщиной.

Книгу можно написать на различных языках. Несмотря на то, что печатные символы, слова и предложения будут не похожи друг на друга, информация в них будет заложена одна и та же. Точно так же

любое событие материального мира можно воспринимать в терминах различного символизма. Опухоль может стать сорняками, а сложная жизненная ситуация или отсутствие денег в воображении может превратиться в приключения и романтические испытания. И разрешить проблему, пользуясь другим символизмом, гораздо легче.

Например, существует специальная тренировочная программа по развитию чувствительности пальцев. Некоторые люди даже начинают распознавать пальцами цвет бумаги. Причем, если просить обучающихся видеть именно цвет, результат оказывается почти всегда неудачным. Никто не говорит, что он видит пальцами цвет. Обучаемые говорят о различных ощущениях: о шершавости, ощущении липкости, прохладе, тепле или особых энергетических вибрациях. Причем восприятие идет не только пальцами и ладонями, но различными частями тела. Какое-либо из этих ощущений человек увязывает затем с определенным цветом. Главное – эффективность, а через какой символизм она достигается, не имеет никакого значения.

ГЛАВА ДЕВЯТАЯ

СИНХРОНИСТИЧНОСТЬ И РИТУАЛ

*Синхронистичность – знаки реальности –
современное понимание ритуала – помогают ли зубы
медведя стать сильным – 666 способов просветления –
бегемот с пропеллером – сила мысли Ури Геллера.*

Почему работает ритуал? Мы подошли к самой увлекательной теме. Разговор пойдет о значении ритуалов, знаков и знамений в управлении реальностью.

Ритуал может применяться не только как четвертая фаза работы с активным воображением или при анализе сновидений. Ритуал сам по себе является отдельной интереснейшей и мощной практикой. Ритуалы, как и многие другие техники управления реальностью, были известны в Древнем Египте, Древней Греции, Китае и так далее... и так далее... во все времена, у всех народов... Рассмотрим современные теоретические предпосылки, которые позволяют в наше время рассматривать ритуал как серьезную методику, а не отголоски древнего суеверия и не бизнес для обмана невежественных экзальтированных женщин.

Основным понятием в современном обосновании ритуала является синхронистичность. Это понятие было введено Юнгом. Впервые он упомянул о синхронистичности в 1930 году в разговоре с одним из коллег, потом написал об этом явлении в предисловии к «Книге перемен» в 1949 году, и в 1959 опубликовал книгу «Синхронистичность: принцип акаузальной связи», написанную вместе с лауреатом Нобелевской премии и одним из отцов квантовой механики физиком Паули.

Синхронистичность – это совпадение, выходящее за пределы вероятности. Связь между событиями. Связь, которая с точки зрения здравого смысла, жизненного опыта или научного мировоззрения, маловероятна. Иногда совершенно невероятна.

Юнг приводит простейший пример синхронистичности. Он со своей пациенткой шел по парку, она рассказывала ему свой сон, в котором важное значение принадлежало образу лисы. В это время в нескольких метрах перед ними вышла настоящая лисица и некоторое время бежала рядом.

Случай из жизни. Рассказ жены наркомана. «Ночью Саша не давал мне уснуть и рассказывал, что в своей галлюцинации он плавал в гигантском аквариуме, наполненном огромными и отвратительными на ощупь рыбами. На следующий день рыбы преследовали нас повсюду. Так, на завтрак я смогла найти в

холодильнике только завалявшийся кусочек рыбного филе. В автобусе какая-то старуха орала на Сашу, что он «снудый и потный как рыба». Кричала:

«Рыба, рыба, рыба, рыба...» На работе сотрудники перевернули висевший на стене календарь, и на листе предстала фотография аквариумной циклиды.

А вечером Саша попал под машину. Водитель не нарушал правил. Саша просто поскользнулся на тротуаре: под ноги попался кем-то оброненный еще живой карп, купленный, очевидно, неподалеку в магазине.

Вот такая чертовщина, доктор». (Данилин.)

Что с чем может синхронизироваться? О том, как взаимосвязаны с реальной жизнью образы сновидений или активного воображения, мы уже знаем. Но, кроме этого, возможны необычные совпадения событий только в физическом мире. Человек купил билет на трамвай и обратил внимание, что номер билета совпадает с номером телефона его друга. Через полчаса он встречается этого друга. Такой явный знак следует обязательно проанализировать.

Знаки реальности могут быть связаны и не столь явными значениями. Знаки-предупреждения и знаки-подсказки часто бывают иносказательными. «Всякий человек, много испытавший, припомнит дни, часы, ряд едва заметных точек, с которых начинается перелом, с которых ветер тянет с другой стороны; эти знамения или предостережения не случайны, они последствия, начальные воплощения готового вступить в жизнь, обличения тайно бродящего, но уже существующего. Мы не замечаем эти психические примеры, смеемся над ними, как над просыпанной солонкой или погасшей свечой, потому что считаем себя несравненно независимее, нежели на деле, и гордо хотим управлять своей жизнью». (Герцен.)

Известный российский писатель и драматург Эдвард Радзинский рассказывает о значимой серии синхронизированных событий в его жизни. «Я начал писать «Николая Второго» как роман. В это время я нашел в архиве записку Юровского о расстреле Романовых... Я начал печатать... И вдруг увидел все это... Девочек, защищавшихся от пуль руками, фрейлину, в безумии закрывавшуюся подушкой от пуль. Государя, упавшего, и его фуражку, откатившуюся в угол, и наследника, ползающего по полу. И Юровского, входящего в плотный дым от выстрелов, чтобы застрелить беспомощного мальчика. Ужас был так силен. И компьютер вдруг остановился. Померк... Была прожжена плата, кажется, так это называется. Прожжена моим ужасом, так я объяснил себе. Компьютер умер. Навсегда. Я потерял 500 страниц работы... Наступила зима, я снял очередную дачу. И вот однажды, посреди ночи, меня разбудил

телефон. И жесткий голос повелительно сказал: «Юровского к телефону!» Да-да, Юровского!

Я бросил трубку и опять звонок. Голос продолжал звонить. В конце концов, содрогаясь от ужаса, я выдрал телефон из розетки. Утром я вышел (я снимал отдельный домик) и увидел хозяйку. Я осторожно спросил: «Ночью странный голос спрашивал какого-то Юровского...» Она сказала: «Это фамилия моего сына от первого брака. Это, должно быть, его пьяный товарищ. Вы уж простите».

Кончилась зима, мне понадобилась дача уже на лето. Я пошел к своему другу, пианисту знаменитому, Николаю Петрову просить помочь. Он сказал: «Тебе очень повезло. Сдают. Поезжай, не медли». Я записал адрес и спросил фамилию. Он ответил: «Романовы». И я понял: от Юровского – к Романовым. Я трезво оценил голос Судьбы: я должен был вернуться к работе... И я вернулся... И продолжил поиск материалов об убийстве царской семьи... ..Для меня это было, как бы точнее сказать, ощущением Божьей воли, и оно меня потрясло. И с этой минуты я знал точно, что служу ему, и потому книга выйдет, и выйдет повсюду. ...И документы с пугающей легкостью шли ко мне. Например, ту сенсационную телеграмму, доказывающую, что это Владимир Ильич распорядился о расстреле Романовых, я не искал. Я просто открыл случайное архивное дело именно на этой телеграмме (ее опубликуют потом во множестве европейских газет).

Я написал свою трилогию и выполнил то, что обещал себе: она издана во всех европейских странах, Америке, Японии. Эти биографии оказались поистине увлекательными романами, написанными Историей. Я лишь записывал за ней». (АиФ. Но 26, 2003.) Успешный человек всегда отреагирует на знаки реальности.

Синхронистичность – это понятие многоуровневое; во Вселенной синхронизировано все со всем. Здесь главное обнаружить общее значение у явлений, которые в системе предыдущего описания мира этим общим значением не обладали. Например, для необразованного крестьянина фонтан нефти, пробившийся у него во дворе, будет досадным недоразумением, испортившим его землю. А другого человека, чье описание мира подразумевает наличие некоторой связи между нефтью и богатством, этот фонтан сделает счастливым.

Через знаки транслируется информация, которая в предыдущем тоннеле реальности не осознается как значимая. Мир – это огромная тайна, которая всегда учит нас, но мы не всегда ее слушаем.

Древние считали, что через природу, окружающий мир, поведение людей и животных, через необычные совпадения проявляют себя очень могущественные силы. Но и для современного человека послание несут самые обыденные вещи: внешность людей, случайно услышанные разговоры, самолеты, машины, телевидение,

фильмы, происшествия, болезни, надписи на витринах. Чудо приходит в обличье известных нам вещей.

Есть искусственно созданные системы знаков: астрология, нумерология, все виды гаданий, народные приметы. Мы можем использовать любую систему знаков. Всему можно придать символическое значение. Однако мы не можем обращать внимания на каждый объект и каждое событие. Детализация бесконечна. Поэтому существует проблема выбора и «узнавания» нужных знаков.

Не надо все превращать в знаки, не надо в них утонуть. Обычно люди, начинающие работать со знаками, обращают внимание на все подряд. Они отмечают номера машин, надписи на стенах, особенности одежды прохожих, предметы на тротуарах, животных, пролетающие самолеты и так далее. В итоге запутываются во всем этом многообразии. Есть два способа узнавания. Первый – необычность. Если совпали номер трамвайного билета и телефон друга, то такой знак, несомненно, имеет какое-то значение. Второй способ – интуиция. Бессознательное найдет способ, каким образом заявить о себе, нужные знаки сами обратят на себя внимание. Вы «узнаете» их. Как-то было замечено, что два механика, постоянно работающие у шумного парового котла, разговаривают друг с другом, не повышая голоса. А в таком шуме новичок и собственного голоса не слышит. Но механики привыкают, и бессознательное начинает отфильтровывать постоянный шум и легко вычленять голос собеседника, как бы слаб он ни был по сравнению с шумами. Так и со знаками. Среди многообразия знаков реальности интуитивный человек всегда сумеет вычленить значимое для него послание.

Чувствительность к знакам становится высокой, когда человек готов принять любое развитие событий. Если он боится неприятностей и видит, что черная кошка перебежала ему дорогу, он заявляет, что не верит в приметы. В этом случае ему не дано будет заметить и хороших знаков. Но если он примет возможность неприятностей, поработает со своими страхами, то увидит и знак, показывающий, как трудности превратить в подарок. Можно и не вводить черную кошку в систему своих знаков, но принцип принятия любого будущего необходим. Высоцкий хорошо спел про страх перед неприятными предзнаменованиями: **«Каждый волхвов покарать норовит, а нет бы послушаться, правда?»**

Со временем вы станете внимательными к символам синхроничности и научитесь отбирать нужное. Это напоминает то, как мы пользуемся зрением. Перед нашими глазами ежесекундно проходят миллионы объектов и явлений, но мы не утопаем в этой лавине информации, а выделяем нужное. Если на нашем пути стоит препятствие в виде столба, ямы или стены, нам придется увидеть их, даже если перед этим мы смотрели на другие объекты. Если мы акцентируем внимание в определенном направлении, это не мешает

замечать случайные помехи со стороны. Если мы смотрим вдаль, то при необходимости переключаемся и на близкие детали.

Что касается умения замечать знаки реальности, то здесь есть определенные сложности, ведь наше видение за рамками причинно-следственного мира пока не столь совершенно, как зрение. Поэтому, в первую очередь, нам следует интересоваться тем, что само заставляет обращать на себя внимание. Например, женщина не может отстраниться от звука перекачиваемой пустой бутылки на задней площадке автобуса, в то время как другие пассажиры ничего не замечают. Эта бутылка что-то означает именно для нее. Если человек замечает, что номер трамвайного билета совпадает с телефоном друга, то это, несомненно, имеет для него какое-то значение, ведь обычно мы не обращаем внимания на номера трамвайных билетов. Другой пример. Люди иногда выплескивают в открытое окно воду из чашки. На это никто не обращает особого внимания. Но если вода попадет вам на голову, это что-то значит. Гроза с молниями иногда случается, это естественно. Но если в вашем присутствии молния ударяет в дерево или убивает человека – это тоже что-то значит.

Если человеку набили морду или украли у него кошелек, то это для него будет заметным событием и, несомненно, подлежит анализу. Но надо знать, что такие мощные знаки не приходят без предупреждения. Работает Закон постепенного развертывания кармы. Если мы не замечаем малозначимое событие-предупреждение, оно происходит в более заметной форме. Может создаться цепочка однотипных, все более мощных знаковых подсказок. Бывает, человек увидел, что с кем-то некультурно обошлись. Это вызовет в нем легкое чувство возмущения, которое он через минуту забудет. Через некоторое время он приходит на работу, с ним холодно здороваются, никто с ним не разговаривает, люди шушукаются у него за спиной. Он испытывает неприятное ощущение. Возможно, сослуживцы и не заметят этого; со своей точки зрения, они объяснят это занятостью, стечением рабочих обстоятельств, и завтра все будет по-прежнему. Но для нашего героя подобное стечение обстоятельств оказалось достаточно значимым, чтобы сильно повлиять на настроение. Он снова испытывает возмущение, но уже гораздо более сильное. Если он не отработает эти знаки, через некоторое время произойдет событие, которое вызовет подобные же эмоции, но в такой сильной форме, что волей-неволей придется на них реагировать либо поступками, либо изменением мышления. Конечно, не надо заранее присматриваться к каждой мелочи, но и не следует оставаться невнимательным к тому, что беспокоит. Любая неприятность или болезнь – это звоночек, что ты не туда идешь. Даже если это беспокойство еще слабое. Известный финансист Сорас говорил, что правильность или неправильность своих решений в бизнесе он определяет по беспокоящим ощущениям в теле. У каждого свои органы чувствительности.

В зоне незначимых событий использование синхронистичности доступно многим. *«Я могу выиграть любое пари», смеясь, уверяла нас девушка на одном из семинаров, «я это делала много раз. Беру очередного Фому неверующего за руку, веду на улицу или сажусь с ним в трамвай и обязательно что-нибудь нахожу. Это началось, когда мне было восемь лет. Мы с братом очень хотели подарить маме в день рождения что-нибудь памятное. А денег у нас хватило лишь на маленькую шкатулочку. Но пустую-то не подаришь! И мы стали ходить вокруг универмага и искать выход из ситуации. А нашли золотое кольцо. Мать ахнула, когда открыла шкатулку, не поверила нам. Но потом, когда мы постоянно стали что-то находить, привыкла».* Мы тоже сначала ей не поверили. Но на следующий день она принесла на семинар найденные ею в присутствии трех наших добровольных экспертов золотую сережку, изрядно помятую денежную купюру и папку с документами какой-то подмосковной фирмы.

Теперь это один из простейших тренингов в нашей Академии. Как правило, все слушатели обязательно что-нибудь находят: деньги, часы, зонтики, золотые вещи». (Вагин.) Что касается важных целей и событий, то они так легко не поддаются формированию, и приходится использовать промежуточные подсказки в виде знаков. Знаки могут предупреждать о препятствиях и неверном выборе, подсказывать решения либо подтверждать правильность наших действий.

В работе со знаками реальности может быть два различных подхода.

1. Интерпретировать спонтанно возникающие знаки реальности; разбираться, какое послание они несут.

2. Задавать конкретные вопросы миру и ждать ответы.

Анализировать знаки с точки зрения заданных вопросов. Учитесь задавать вопросы миру. *Какой выбор сделать? Каков путь к моей цели? Как поступить на завтрашних переговорах? Вопросы могут быть как конкретными, требующими ответа да или нет, так и глобальными. Каков смысл моей жизни? Чего я хочу? В чем я нуждаюсь? Чего я больше всего боюсь? В чем состоит мой самый большой талант? Кто мой главный враг? Что я упустил в своей жизни? В чем мое основное призвание?* В ответ на заявленную тему будет подсказка. Ответ может быть прямым: упадет книга и раскроется на нужном месте, подойдет не-знакомый человек и заговорит на нужную тему, включите телевизор и появится ответ. Ответ может быть и иносказательным; в таком случае необходимо проанализировать знаки с помощью символов сновидения.

Имеет значение: в ответ на какой вопрос или на какую мысль появился знак, при каких обстоятельствах, насколько сильно или необычно он о себе заявил, какие ассоциации вызывает. Ответ на вопрос может прийти не только в знаках реальности, но и во внутренних образах и ощущениях. Однажды, когда у меня еще была машина, я поехал в Могилев. Приезжаю на рынок, с трудом нахожу место на стоянке, заезжаю на него и вижу на стене прямо перед моими глазами нарисованы стрелки с цифрами. Как я понимаю, это обозначение подземных коммуникаций, которые обычно рисуются специальными службами. Стрелка направо была обозначена цифрой четыре, а стрелка вниз – цифрой два. Я, как «специалист по знакам», решил узнать смысл такого послания. Отсчитал четыре машины вправо и два ряда назад и обнаружил там свободное место. Единственное оставшееся место на полностью забитой площадке. Хотя я уже устроился со своей машиной, нельзя было не воспользоваться такой подсказкой, и я переехал. Не помню, что мне там не понравилось, но через две минуты я вернулся обратно. А потом обнаружилось, что у стены стоянка была запрещена. Штрафа тогда удалось избежать только потому, что, кроме меня, было много других нарушителей и автоинспектор не успевал выписывать квитанции. Надо было все-таки следовать знаку.

Но бывают случаи, когда, следуя всем знакам, мы приходим к результату, кажущемуся нам совершенно ошибочным. Однако, оглянувшись назад, мы обычно осознаем, что, хотя цель кажется не достигнутой, в общем, результат наших усилий принес ценные плоды. *«Ханна согласилась на свидание по объявлению. Все знаки казались благоприятными, однако, когда молодой человек появился в двери, девушка поняла, что сегодняшний вечер будет для нее пыткой. Он крайне не понравился Ханне с первого взгляда. Несмотря на явное отвращение к новому знакомству, девушка не нашла в себе сил отказаться, и они решили пойти потанцевать в ближайшую дискотеку. После первого танца Ханна решила никогда больше не соглашаться на знакомства по объявлениям, какими бы благоприятными ни казались знаки, и тут к ней подошел красивый высокий мужчина и пригласил на следующий танец. Скоро между ними возник роман, который перешел в прочную любовь».* (Дениз Линн.)

Парапсихологические феномены, такие, как угадывание карт с вероятностью, превышающей рассчитанную, тоже относятся к явлению синхронистичности. При всем огромном количестве исследований этого вопроса, никаких результатов, которые можно было бы применить на практике, получено не было. Отдельные необычные случаи отмечаются часто, но до сих пор не выявлено, при наборе каких условий можно повторить результаты успешного эксперимента. Это и не удивительно. С точки зрения законов материи,

эти явления зависят только от случайности. Случай и удача потому так и называются, что для них не существует набора условий. Как управлять случаем? Есть обнадеживающие наблюдения. Опыты показали, что угадывание связано с эмоциональным состоянием объекта и сужением поля сознания. Юнг отмечал, что явление синхронистичности гораздо чаще встречается при ослаблении контроля сознания, поэтому в среде наркоманов и душевнобольных подобные явления не редкость. У этой категории людей появление синхронистичности считается неблагоприятным симптомом, так как говорит о разрушении функции воли, концентрации и управления. Фактически, это вышедшее из-под контроля структурирование физического мира.

У душевнобольных следует отличать реально существующую синхронистичность от бреда придания значений, когда обыденные явления воспринимаются больными как знамения. Шизофреник, интерпретируя номер проезжающего автомобиля, может заявить, что в сочетании цифр он увидел, будто бы на этом самом месте через три дня произойдет авария. Обычно через три дня ничего не происходит и тогда остается констатировать подтверждение болезни. А вот если авария произойдет – это синхронистичность (что не отменяет наличие шизофрении). В этом случае проезжающий за три дня до события автомобиль будет символом, правильная интерпретация которого, то есть придание ему верного значения, обеспечивает глубинную связь.

Синхронистичность подразумевает отсутствие контроля сознания. А излишнее давление желанием оказывает обратный эффект. Может быть, на этом основан «закон подлости выходного дня» в метеорологии. Совершенно определенно, и в разных регионах земного шара доказано, что погода в выходные дни чаще бывает хуже, чем в будние. Особенно заметно данная закономерность проявляется летом. Объяснения, что в будни, мол, промышленная активность и выбросы в атмосферу влияют на погоду, неубедительны. Скольконибудь значимой корреляции между датами, регионами, погодными условиями и параметрами промышленной активности не обнаружено. Видимо, огромное число людей мысленно ожидают хорошей погоды на выходные (или боятся, что этого не будет), вместо того, чтобы принять то, что дается.

Показательный пример синхронистичности в бизнесе описывает Владимир Мегре в книге «Анастасия». Сначала он случайно встретил старого знакомого, работающего в институте теоретической и прикладной механики. Его лабораторию собирались расформировывать. А они производили термоиндикаторную пленку, которая меняет цвет в зависимости от температуры. Мегре сумел воспользоваться этой встречей. Идея созрела быстро. Фирма начала выпускать плоские термометры и стресс-индикаторы. «А тут случай помог сделать невероятный рывок. Как-то прихожу днем в контору

кооператива и вижу: на одном телефоне секретарша моя слушает и записывает, на другом – уборщица. В конторе всего два телефона и было. Они только трубку на рычаг, как снова звонок. Потом секретарша говорит:

– Третий час звонки не прекращаются! Один за другим без перерыва. Все просят наши термометры и стресс-индикаторы. А один ругался, говорил, что мы жлобы доперестроечные. Если хотим цену повысить, он готов по повышенным ценам партию закупить. Все просят большими партиями. Готовы даже предоплату нашему кооперативу делать... Но ведь выпускали мы ее (продукцию) уже полгода, а тут такое резкое увеличение спроса, прямо ажиотаж. Что-то произошло, но что?

Оказалось, накануне вечером, по Центральному телевидению комментатор-международник Цветов, рассказывая о Японии, сказал: «Японцы – народ изобретательный», а потом в качестве примера показал японский стресс-индикатор. Он был похож на наш. Так я впервые на практике узнал о значении рекламы и понял, что такое везение! Наш кооператив работал в три смены. Упаковку, обрезку, доработку продукции делали на квартирах наемные работники. Доход неуклонно возрастал. Приобрели прогулочный теплоходик. Я решил выпускать еще сеялки для фермерского хозяйства. Зафрахтовали большой пассажирский теплоход для организации бизнес-туров и торговых экспедиций в районы Крайнего Севера».

Мегре – необычный человек, обладающий предрасположенностью к синхронистичности. Поэтому все, что с ним происходит, не случайно. Правильное использование случайностей – основа любого успеха. Хотя пока еще и не выяснено, какие каналы связи используются между нашим намерением и «случайным» событием. Непонятно также, каким образом нужные люди и предметы попадают в зону нашего внимания. Но эта связь существует.

В жизни все происходит обыденно. Но тот, кто за обыденными вещами может увидеть подсказки, добивается в своей деятельности успеха. *«А вот по поводу того, как работает ваше подсознание. Я писал статью для публикации и думал, что она закончена. Это было в ноябре. И однажды я решил послать ее в издательство, но не смог найти рукопись. Я знал, что она могла быть в четырех местах... но нигде ее не было, и я сказал себе: «Мое подсознание пытается мне что-то сказать. Но что?» Прошел ноябрь, декабрь, январь... Я взял книжку наугад и там оказались примечания из моей рукописи! После этого я открыл письменный стол, нашел там свою пропавшую рукопись, добавил к ней примечания. Подсознание знало, что не надо спешить с опубликованием работы, что она могла бы быть более полной. Поэтому бессознательное «позволило» найти рукопись только после того, как были найдены примечания.*

Нечто подобное случилось со мной в Аризоне. Я закончил статью, думал, что она прекрасно написана, и решил отправить ее по почте. И я стал искать ее и не нашел в четырех местах, где я обычно храню рукописи. Я подумал:

«Интересно, чего же не хватает в этой статье?» Примерно через месяц ко мне пришла пациентка на очередной сеанс. Она вошла в комнату, я вытащил папку, взял из папки карточку пациентки, и там оказалась моя рукопись. И я задал пациентке вопросы, которые раньше забывал задать, и получил много новой информации для статьи. Полагайтесь на свое подсознание». (Милтон Эриксон. Выдающийся американский психиатр.)

Правильное отношение к знакам реальности поможет написать хорошую статью, заработать денег, вывести из квартиры тараканов, добиться любви, избавиться от плохого начальника, улучшить взаимоотношения в семье, сделать карьеру. И решить любые другие вопросы.

Знаки являются символами энергетических структур Вселенной. А ритуал есть нелинейный способ управления этими энергиями. Ритуал – это символическое поведение, утверждение новых форм. Тоннель реальности переконструируется в новое состояние, смоделированное ритуалом. В сознании существует громадное количество привязок, множество мыслеформ, взаимосвязанных между собой, из которых вы непосредственно состоите. Единственная возможность перепрограммировать всю эту энергомассу Вселенной находится в создании символизма, не привязанного к текущим мыслеформам.

Ритуал – это инструмент для активации самоорганизующихся систем. Синергетика гласит: *«Для переструктурирования бесконечно большой системы, которая в силу своей величины наделена способностью к самоорганизации, главное не сила, интенсивность, длительность или всеохватность управляющего воздействия, а его согласованность с зачатками нового в структуре существующей среды. Достаточно одного, но точного движения, слова, мысли, намерения для создания каскада последствий, который будет формировать новую линейную последовательность. Все, что после этого вам нужно сделать посредством определенных линейных действий не выпадать самому из нарождающегося вихря. То есть: «при благополучном моменте не будь нерадовым».*

Более двадцати лет назад мне пришлось сдавать экзамены по биологии в институт физкультуры. В одном из заданий надо было рассказать о необходимости знания биологии у древних людей. В соответствии со школьным учебником я объяснял, что древние люди изучали расположение внутренних органов животных, чтобы успешно охотиться. Перед охотой они бросали копья в нарисованное животное.

Это, якобы, помогало лучше запомнить расположение внутренних органов и отработать попадание в них. Я даже хорошо помню рисунок из учебника, где древние охотники собрались вокруг изображения животного и метали в него копья. Но на самом деле это было не изучение биологии, а ритуал, на котором они инсценировали желаемый результат охоты. Но понял я это намного позже. А еще позже я понял и то, что ритуал является не заблуждением примитивных обществ, а мощной техникой управления реальностью.

Ритуальные действия и обрядность сопутствуют человеку в течение всей его истории. Когда люди признавали свою неспособность манипулировать силами природы и собственной судьбой, они, чтобы обеспечить плодородие, победу над врагами или личную стабильность, обращались к ритуалам и обрядам. Археологи постоянно открывают культовые места, ритуальные комплексы, алтари, святилища, находят церемониальные предметы культовой и домашней магии. Больше половины из дошедших до нас ассирийских религиозных текстов посвящены практикам гадания, истолкованию знамений и магическим ритуалам. Без них не обходились ни в любви, ни в военных походах, ни в земледельческих работах. Обнаружены даже ритуальные захоронения у неандертальцев.

В основном понимание ритуала древними сводилось к использованию символического сходства между предметом, 267 которым они могли управлять, и предметом (или качеством), которым они хотели управлять. Например, если выживание прибрежного племени зависело от улова, туземцы делали чучело рыбы, опускали его в воду и производили определенные действия, символизирующие обилие рыбы или успешный лов. У других племен была традиция под сваю нового жилища закапывать камень. Это должно было придать их жизни устойчивость среди изменчивого мира. Кое-где было принято придавать твердость своим обещаниям, стоя на камне. А уж изготовление куклы из дерева, глины, воска или другого материала для манипуляций с ней, было принято повсеместно. Понятно, что кукла олицетворяла человека, на которого необходимо было воздействовать, чаще всего врага. Точно так же повсеместно охотники верили, что ношение амулетов из зубов акулы, медведя или льва сделает их такими же сильными.

Каких только ритуалов не существовало! Когда мужчины одного из индейских племен уходили на войну, их жены должны были вставать с рассветом, открывать окна, рассыпать во дворе зерна кукурузы и совершать еще ряд процедур. Если муж погибал, жена была виновата. Видимо, что-то сделала не так. Также считалось, что если охотника укусит змея или ягуар, значит, жена ему изменила. Никто не разбирался в деталях, укус был достаточным доказательством неверности.

В Древней Греции, Сирии и на Кипре существовала ритуальная проституция. Каждая девушка перед вступлением в брак должна была в храме отработать проституткой. Свой труд на этом поприще она посвящала богине-покровительнице, а все заработанные таким образом деньги отдавала храму. Не избегали такой почетной миссии и дочери правителей.

Существовали ритуалы предотвращения плохих предсказаний. Если индейцу снилось во сне, что он попал в плен, он просил своих соплеменников связать его и пытаться, как будто он на самом деле в плену. Таким образом он отрабатывал неудачную судьбу в ослабленном варианте. Если прорицатель предсказывал семье, что их дом сгорит, они строили в поле сарай, с помощью определенных действий делали из него символ настоящего дома и поджигали. Перед этим заносили туда некоторые свои вещи, жили в нем, а в момент пожара вытаскивали скарб и спасались.

А вот в некоторых районах Китая еще в начале двадцатого века существовал особенно интересный подход. Если, например, ритуал вызывания дождя не срабатывал, издавался указ, по которому бога дождя понижали в должности. Если провинившийся бог опять не слушался, то следующий указ помещал его в тюрьму. Если и это не помогало, делали чучело дракона и сжигали его, что символически обозначало сжигание непослушного бога. Когда, наконец, дождь приходил, издавался очередной указ, где бога реабилитировали. Даже бога можно взять измором!

Ритуалов и примет были тысячи, если не миллионы. Всему можно придать значение. Ошибка примитивной магии в том, что ее последователи твердо верили в символическое сходство. Они считали, что реальный объект и его символ должны быть подобны. Например: воздействовать на рыбу надо через чучело рыбы, воздействовать на человека через его фигурку, твердость слова подтверждается твердостью камня.

Кроме того, они верили в единообразность. По их мнению, одни и те же ритуалы должны порождать одни и те же результаты. На самом же деле, первоначальная синхронистичность скорее всего никогда не повторится впоследствии.

А самое главное заключалось в том, что только посвященные понимали, как совмещать в ритуале несовместимые противоположности, такие, как активность с пассивностью, нелинейное мышление с линейным.

Примитивная магия не в состоянии объяснить, каким образом линейные методы управления реальностью переходят в нелинейные. Допустим, у современной женщины в квартире протекает кран. И вот, звонит она своему личному магу и жалуется, а он говорит ей, что нужно провести такой-то и такой-то ритуал. Она все исполняет как надо и ждет, когда испорченная резиновая прокладка в кране

превратится в новую. А поскольку этого, конечно же, не случается, она начинает думать, что ее обманули, что магии не существует или она слишком бездарная исполнительница. Но настоящий маг знает, что изменения произойдут другим путем. Например, через тридцать минут ей позвонит знакомый, скажет, что случайно оказался в ее районе, и зайдет в гости. Он то и поменяет в кране прокладку, и вода перестанет течь. Так вот, это случайность или все-таки чудо? Просто синхронистичность.

Ошибочно полагать, что древние безоговорочно верили в ритуал. Так же, как и мы, они были здравомыслящими людьми. И мы тоже участвуем в ритуалах, таких, как празднование Нового года и дня рождения, или посещение церкви на Пасху и Рождество. И это не мешает людям считать себя здравомыслящими. Скорее всего, так же относились к массовым ритуалам и в прошлом.

«Однажды вся деревня пошла в церковь молиться о том, чтобы Бог послал дождь. Один мальчик пришел с зонтиком. У него спросили: «Зачем ты взял зонтик, ведь на улице жара?» Когда он сказал, что надеется на то, что Бог услышит их молитвы и пошлет дождь, над ним стали смеяться». (Лавский.) Если бы все относились к делу так, как этот мальчик, то любые ритуалы, обряды и молитвы были бы более действенными.

Все расы имели свою магию и свои культы. И среди представителей этих рас во все времена были думающие и проницательные люди. Они тоже выдвигали гипотезы и наблюдали за результатами действий. Они задавали себе вопросы: «Как могли люди питать иллюзии? Почему продолжают верить, если столь часто все их действия заканчиваются неудачей? Почему проводят все эти обряды и прочий вздор, если они не приносят пользы? Почему независимо от эффективности ритуала или его бесполезности статус колдуна в племени или священника в обществе не меняется?» Ведь все знали, что очень часто статус посредника между Богом и людьми использовался для захвата власти и обогащения. Но было что-то еще, что заставляло народ, если и не полностью верить, то хотя бы надеяться.

Какие законы работают, когда случается что-то необыкновенное? Каким образом, например, исполнилось пророчество, данное будущей маркизе де Помпадур? Кажется, гадалка сама была очень удивлена, когда карта показала: стоящая перед ней девятилетняя девочка-заморыш, малютка Антуанетта Пуассон, станет фавориткой короля. Любовник ее матери, узнав о предсказании гадалки, решил серьезно подготовить девочку к будущей роли и пригласил к своей любимице лучших учителей. Ее обучали танцам и пению. Девочка изучала каллиграфию, живопись,

историю и литературу. Ее научили профессионально разбираться в драгоценных камнях.

Она старалась все знать о жизни короля и до того вошла в роль, что когда Людовик 15 болел, она была уверена, что болезни не случилось бы, если бы она была рядом с ним. В 19 лет Антуанетта вышла замуж за Шарля д'Этиоля. Замужество открыло девушке дорогу в общество. У нее появились поклонники, но она говорила: «Если я изменю мужу, то только с королем». Когда Людовик охотился в Сенарском лесу, Антуанетта подкупила лесничего, и ей удалось попасть на глаза королю. Через день она повторила представление, одевшись еще более соблазнительно. Король заинтересовался, но посланец предыдущей фаворитки Людовика разыскал будущую маркизу де Помпадур и предупредил, чтобы та забыла о прогулках по лесу.

Следующий шанс ей представился в возрасте 23 лет на грандиозном балу-маскараде в честь свадьбы наследника престола. И она использовала этот шанс, разыграв романтическое приключение для скучающего Людовика. Конечно, для этого ей снова пришлось кое-кому дать взятку. Они провели вместе ночь, но на следующий день король и не вспомнил о ней. Однако, Антуанетта не сдавалась. Ей удалось встретить Людовика еще раз, и она снова разыграла блестящую, чуть ли не театральную, партию с тонко продуманным сюжетом. Вскоре она стала его постоянной любовницей. Через некоторое время король подарил ей титул маркизы де Помпадур и поместье. Эта умная женщина никогда не почивала на лаврах. Именно поэтому до самой своей смерти на 43-м году жизни она оставалась при дворе и умерла в Версале. Париж был в шоке: умирать в монарших покоях позволялось только членам королевской семьи!

Видимо, тут сыграл свою роль закон: **«Ничто не придает столько реальных сил, как химерические убеждения!»** «Вера пристрастна и не воспринимает аргументов, это ее слабость и сила».

Это одна часть закона. Но есть и другая: существуют области жизни вне нашего влияния, на которые можно воздействовать, моделируя желаемую ситуацию символически и метафорически.

Авторы нейро-лингвистического программирования говорили: *«А мы не имеем никакого представления о действительной природе вещей, и нас не очень интересует, что такое истина. Мы называем себя создателями моделей. Задача моделирования – находить полезные описания. Мы не предлагаем вам ничего истинного, только полезное».* И правильно, ведь мир – лишь символическое отображение истины, коллективная галлюцинация, изменяющаяся система знаков, пришедшая от проторитуала.

Человеческая история – лишь смена знаковых систем, посредством индивидуальных ритуалов изменяющих всеобщую галлюцинацию. Николай Иванович Козлов в «Философских сказках»

пишет: «Для того, чтобы вернуть здоровье, человеку нужен театр. Если целитель разыгрывает нужный пациенту театр, то последний позволяет себе выздороветь. В настоящее время имеется огромное разнообразие различных театров. Перечислим некоторые из них. Съесть чудодейственную таблетку, сходить в современную клинику, где лечит чудодейственный компьютер и приборы, подсоединенные к нему. Можно голодать, пить мочу, купаться в проруби, бегать, есть вегетарианскую пищу, заниматься йогой. Можно пойти к колдуну или магу, которые снимут порчу, или найти экстрасенса, который помашет руками. Можно разобраться с кармой и сходить к психоаналитику, который найдет вытесненные в бессознательное комплексы. Одно перечисление всевозможных театров может занять несколько страниц. Приведенное рассуждение касается не только целительства. Если я хочу измениться как личность, то без театра не обойтись. Но даже если это понимаешь, нужен театр, нужны роли. Не может человек без театра». Связь с бессознательным осуществляется только через символы.

Сегодня колдунов больше, чем когда-либо. Только называются они психологами и психоаналитиками. Они работают в рамках символизма, разделяемого большинством, и обращаются с теми же законами человеческой души, с которыми работали шаманы и колдуны древности. Только называют это по-другому. Так же, как и в древности, большинство их методов обещают больше, чем могут осуществить, а большинство теорий имеют мало отношения к методам, которые они описывают. Основное значение в психологии, как и в древности, принадлежит не теории, а личности специалиста.

Методик можно придумать сколько угодно. Главное: за внешним фасадом различных методов стоят единые законы. Однажды я беседовал о магии с одной мистически настроенной дамочкой. До некоторых пор она благосклонно меня выслушивала, но когда узнала, что я не владею основами хиромантии и астрологии, сильно во мне разочаровалась. Я сказал, что не умею также гадать на кофейной гуще, на картах Таро, на внутренностях животных, не вижу ауры, не работал над открытием чакры Свадхистаны и Муладхары, не пользуюсь маятником и рамками. Зачем же так ограничивать себя, если, применяя законы синхронистичности, мы можем придумать для себя любые системы управления реальностью.

«...Из 666 способов познать Будду.

7. Лучший способ узнать Будду – осквернить Будду. Не стесняйтесь. Будда понимает, зачем вы это делаете.

13. Разберитесь со всеми. Как ни странно, это действительно ведет к просветлению.

20. Начните жить по-марсиански. На вас будут показывать пальцем, крутить пальцами у виска,

предавать вас общественному порицанию, остракизму и суду Линча, наплюйте на все, продолжайте свое марсианское поведение.

Возможно, от вас отвернутся близкие и родные. Не беда: что они вообще понимают? Возможно увольнение с работы, проблемы с законом, полная неуверенность в завтрашнем дне. Однако, чтобы ни случилось, продолжайте гнуть марсианскую линию. С вами перестанут разговаривать. В газетах появятся карикатуры на вас. Ну и хрен с ними! Проявите принципиальность. Вас попытаются купить, уговорить, запугать, не поддавайтесь, будьте подлинным марсианином. С другими ненормальными не общайтесь, им далеко до вас. Главное – верить в смысл и конечную цель. Воздастся сторицей.

21. Не бойтесь быть умнее самых умных, сильнее самых сильных и наглее самых раскрепощенных. Проживите так год. Когда он пройдет, посмотрите, кем вы стали. Посмотрели? Я угадал, да?

28. Притворитесь, что вы идете прямоком к мировому господству. Вещь это сложная... ведь если как следует притвориться, то оно вам достанется. Пока, как мы знаем из всемирной истории, никто притвориться должным образом не сумел. Спешу заметить, что господство как таковое для подлинного Будды вещь относительная: сама по себе такая хреновень его не волнует.

33. Вам надо сменить за год членство в шести партийных организациях. Два условия. Первое: партии должны быть максимально различны. Второе: позаковыристее. Прежде чем уйти, в каждой партии надо выслужиться до первого поста. Или, как минимум, до второго. В процессе этих действий душа претерпит необратимые изменения. Уже на шестой партии вы будете хохотать над миром, как то подобает истинным буддам.

35. Если вы склонны ненавидеть людей, вам подойдет такой способ, как любовь к ближнему. Подлинный Будда тот, кто почувствует, как всеобъемлющая любовь к ближнему затопляет его сердце.

36. Если вы склонны во всем уступать людям, жалеть их, прощать, положить за них свою никчемную жизнь, разбейте наконец кому-нибудь череп. (Этот способ не поможет тем, у кого разбивание головы входит в профессию.)

46. Посвятите жизнь поиску совершенного Учителя. Даже если поиски не увенчаются успехом, в конце пути Учителем становитесь вы сами.

52. Определитесь с вещами, за которые не жалко умереть. А теперь живите ради этих вещей. Это не так скучно, как вам кажется.

56. Усомнись.

57. Ходите путями сердца своего. И не спрашивайте, что это откуда мне ведомо? Чье сердце, в конце концов?

60. Пользуйте на рожон. И не слезайте. Будут бить – похохатывайте.

63. Проповедуйте слово Божье.

64. Проповедуйте засолку огурцов с таким энтузиазмом, как будто несете людям Божий Завет. У вас появятся апостолы. Построятся храмы. Засолка огурцов станет национальной идеологией. Люди будут искать в ней дорогу на небеса. Миллионы человек оставят семью и работу, чтобы посвятить остаток дней этой чудесной медитации. Рассолом станут крестить новорожденных и освящать стройки народного хозяйства. Употребление огурца с водкой станет прообразом литургии, а ваш рецепт превратится в единственную молитву праведных. Сатанисты будут богохульствовать, вместо соли добавляя в раствор невероятное количество сахара, а несправедное использование соленого огурца станет основанием черных месс.

66. Придумайте недостающие 600 способов, и вам воздастся». (Александр Силаев.)

Мне нравится одна психологическая методика, которая прекрасно использует символическое отображение действительности. Называется она «Симорон». Она же и лучшая психотерапия. Это не реклама, а дань уважения.

Происхождение своего названия ее последователи объясняют так: «Нельзя познать то, что непознаваемо. Возможный выход – отделаться безобидной шуткой. По-этому мы называем это «Симорон». Это слово и ничего не значит, и ничего не определяет. Вы можете назвать это «Петя Рыбкин» или «матрос Васькин», или «Моськин кот», зная прекрасно, что все это ярлыки, за которыми не стоит ничего. Ибо мои внешние и внутренние обозначения – это упаковки того Симорона, о котором мы сейчас говорили. В дальнейшем мы иногда будем называть Симорон Степанычем, подчеркивая наш шутливый игровой подход. Ну как можно поклоняться какому-то Степанычу?» (В.Гурангов, В.Долохов). Все теории и модели мира они называют набором упаковок. Символы

восприятия всего лишь упаковки Истины. Саму Истину познать невозможно, а упаковки мы можем менять, как захотим.

«Симоронист безошибочно знает, где, когда и как он может получить через «справочное бюро» вроде бы случайных событий любую информацию об ожидающих его приключениях. Корректируя в соответствии с этой информацией свое поведение, он изменяет и ход событий вокруг себя, причем в благоприятном направлении для всех участников этих событий».

Все упражнения в Симороне с изрядной долей юмора. Например, в первой книге я писал о катарсическом методе «Представь худшее» для обработки текущих неприятностей. В исполнении симоронистов метод выглядит примерно следующим образом. Допустим, человека оскорбил в автобусе некий жлоб, которого симоронист мысленно окрестил Васей. Симоронист говорит монолог благодарения (не обязательно вслух). «Благодарю тебя, Вася, за предупреждение о том, что я негармоничен. Если я не обращаю внимания на твоё предупреждение, то по закону разворачивания кармы меня будут оскорблять ещё сильнее, издеваться и, возможно, я даже умру от страданий оскорбленного самолюбия». Так вот, часто только от одного благодарения обидчик становится смиренным и добрым. Весь смысл именно в благодарности. Если благодарить любые неприятности, то многие из них растворяются. Нужно только искренне чувствовать эту благодарность. Монолог благодарения предотвращает дальнейшее ухудшение ситуации.

Методика активного воображения и ритуала у симоронистов тоже отработана хорошо. Женщина приходит к ним в группу и говорит: «Нужно решить конфликт на работе». Единомышленники садятся в кружок и наблюдают за своими внутренними ощущениями, смотрят, что появилось на внутреннем экране. Они высказываются. Один говорит, что видит конфликт в виде темных облаков, бегущих по небу. Другой видит бегемота, купающегося в грязи. Потом наблюдают и ищут в возникших видениях изменения. Например, в их воображении среди туч летает буревестник, а у бегемота появился пропеллер и он взмывает вверх. Тогда ей говорят:

«Решение твоей проблемы в том, чтобы бегемот полетел вверх. Бегемот зеленого цвета, а пропеллер расположен за ушами (кто же виноват, что так привиделось)». Она приходит домой и изображает из себя бегемота, взлетающего в небеса, выкрашивается в зеленый цвет или одевает зеленую одежду, а на голову прикрепляет склеенный из картона пропеллер. Муж и дети в шоке (пока сами не станут симоронистами). Они же не знают, что этот театр абсурда всего лишь ритуал. Она проводит ритуал два раза в день и через два дня обстановка на работе меняется. Произойти может все что угодно: либо кого-то уволят, либо кто-то неожиданно станет замечательным человеком, или еще что-нибудь подобное. Умение находиться в

состоянии неопределенности, избавление от страха недостижения и нетерпеливого беспокойства они отрабатывают с помощью принципа «Двадцать семь»: «Ваше желание обязательно исполнится! Через 27. Можете быть уверены. Через 27 секунд, месяцев, лет или жизней».

В общем, они делают все то, о чем написано в этой книге, только в шутовском исполнении. А если рассмотреть всю их методику серьезно, то это, на мой взгляд, одна из лучших в мире психотерапевтических систем. Или, в полном смысле, высшая магия. Симоронист, когда дойдет до истинного понимания сути своей системы, может работать в рамках любого символизма. Он может исполнять роль модного психоаналитика, роль колдуна, лечить по фотографии или заряжать воду. Его техники управления реальностью весьма эффективны.

Настолько же эффективным может стать каждый из нас. Более полно понять явление синхронистичности поможет статья из газеты «Известия» за 1991 год. «Много лет назад своими демонстрациями воздействия на предметы на расстоянии прославился Ури Геллер. Фотографии погнутых вилок и ложек публиковались в свое время едва ли не во всех газетах мира. Одно из последних его достижений было показано по нашему телевидению. Лондонский корреспондент поведал зрителям о том, что Ури Геллер усилием воли якобы остановил Биг Бен – часы на башне. Воодушевленный шумным успехом своего сюжета, корреспондент записал специально для советских телезрителей и второе свидание с Геллером. В этот раз, видимо, в порядке оказания технической помощи слаборазвитой стране, предлагалась не остановка кремлевских курантов, а срочная починка личных часов. Телезрители бросились доставать из чуланов бабушкины ходики, некоторые из них действительно пошли. Во всяком случае, сообщения об этом были торжественно зачитаны с экрана. Это феноменальное достижение английского чудотворца взялся перекрыть Юрий Горный, известный советский мастер психологических опытов, и тоже с помощью телевидения, в ленинградской передаче «Воскресный лабиринт».

Итак: наш Юрий против ихнего Ури. Барабаны, затемнение, ужас... Юрий попросил зрителей приготовить неисправные часы (просто не страна, а какая-то свалка), придвинуть к телевизору и прочую технику в неисправном состоянии, а заодно пригласил к экранам граждан, страдающих от головной боли, радикулита и разных других болезней... Маг надел на голову черный бархатный мешок, вытянул руки. Ровно 60 секунд он производил руками сложные манипуляции, сжимал и разжимал пальцы, что-то такое округлял, потом вроде бы расчесывал, гладил, ковырял и как бы солил.

Кто смотрел передачу, помнит, а кто не смотрел, догадывается: пораженные граждане стали буквально обрывать установленные в студии телефоны. Вот лишь некоторые примеры: завелись часы

различных марок, включая дореволюционную фирму «Павел Буре» у Болотова из Архангельска, Зуйовой из Ленинграда, Земской из Москвы. Зато почему-то остановились, хотя всего на полторы минуты, у вахтера общежития Поланиной из Йошкар-Олы. Ленинградка Седова сообщила: электрофон «Молодежный» 1965 года выпуска крутил свой диск медленно, но под влиянием Горного набрал нормальную скорость вращения. Ленинградцам, конечно, было легче дозвониться до своей студии, и они перечисляли: у Смирновой сам собой исправился телевизор «Рекорд», у Аникина починилась вертикальная развертка телевизора «Горизонт-255». Стецкая, к своему великому счастью, наблюдала, как «заурчал» холодильник, а у Маевской начал греться уже два года как застывший утюг, у Смирновой (а также у неназванной зрительницы из Чебоксар) завертелись центрифуги стиральных машин. Были еще пылесосы, радиоаппараты, полотеры и прочая, прочая, прочая... Как рассказывает Горный, в одном из подобных экспериментов, проведенных прежде, включился и поехал куда-то трактор, оставленный без присмотра возле дома. Впрочем, как утверждает Горный, его истинной целью было вовсе не стремление подковать своего английского коллегу-иллюзиониста. Горный хотел показать 70-ти миллионам телезрителей, а именно столько народу смотрело в те годы ленинградскую программу, как их, извините за прямоту, дурят.

– Никакого воздействия я не оказывал, никаких чудодейственных способностей не демонстрировал, – говорит он. – Просто пародировал пассы, трюки и всякие фокусы, которыми пользуются Алан Чумак, Анатолий Кашпировский, Юрий Лонго и прочие любители погреть руки на чужом несчастье. Ведь обмануть «советского» человека совсем не сложно: всем ходом жизни он приучен к обману. С экрана телевизора он что угодно примет за правду. Вы спросите: откуда же все чудеса, о которых сообщали телезрители? Прежде всего, среди множества приборов, устройств и аппаратов, которые их владельцы считают поломанными, безусловно, есть и вполне исправные. Барахлит выключатель и надо подергать шнур, чтобы восстановить контакт, или потрясти, шлепнуть, стукнуть... Если аудитория достаточно велика, то всегда окажутся случаи чудесного «ремонта».

Второй момент – это люди, сообщившие в телевизионную студию о своем исцелении. Я ведь их не «ремонтировал», у многих зрителей есть, как говорят специалисты, психологическая установка на телеэкран: она и запускает саморегуляцию, а случаи временного облегчения приписывают себе ловкие люди. Я и хотел показать, как публику надувают. По условиям этого трюка, я не мог сразу раскрыть его суть. Решил честно рассказать все телезрителям со временем, когда сообщений о чудесах, произошедших после манипуляций, накопится достаточно много. Надеюсь, мой технически простой фокус

поможет всем понять, в чем сила мастеров телевизионного лечения: авторитет экрана плюс закон больших чисел. Ведь именно поэтому псевдолекари работают по телевидению или на стадионах». (Таранов.) Казалось бы, статья опровергает саму идею синхронистичных связей. Автор объяснил все очень просто и логично: работает закон больших чисел, и при взгляде со стороны здесь нет ничего мистического и удивительного. И он прав. Если есть лотерея, то кто-то выигрывает. Как бы мало победителей ни было, они будут.

Но давайте посмотрим на это со стороны участников. Почему именно мои часы начали ходить и мой утюг начал греться? Для меня сложилось несколько простых факторов: я включил телевизор, мне предложили достать утюг из чулана, я достал его и подергал шнур. И в моей реальности утюг заработал. Но именно из простых реальных факторов, а не волшебства, и складывается изменение реальности. Волшебство в том, что именно для тебя, именно в этот момент сложилось сочетание именно этих факторов.

Почему кто-то излечился у шарлатана? Если целитель не смог помочь – он шарлатан, если вылечил – маг и волшебник. Исцелившийся и неисцелившийся по-разному его воспринимают, то есть два человека по-разному воспринимают одну и ту же реальность. Если бы вы страдали от болезни, какую бы реальность для себя вы выбрали? Есть такая песня: «Обманите меня, обманите...»

Если бы для одной американской женщины не сложилось несколько факторов, повинувшись которым она оказалась в определенном месте и в определенное время, она бы не нашла у входа в магазин утерянный кем-то лотерейный билетик. И не получила бы по нему 162 миллиона долларов. Это реальный случай. По закону больших чисел кто-нибудь нашел бы этот билетик все равно. Но почему именно она? Почему одного человека посещает сумасшедшая удача, а другой попадает в проблему?

Статистика говорит, что за год в такой-то стране происходит столько-то несчастных случаев или столько-то счастливых событий, и под это попадает такой-то процент населения. Этот процент остается неизменным с небольшими колебаниями из года в год. Все научно и математически обосновано, никаких чудес. Однако, если вы хотите быть на месте удачливого человека, посмотрите на событие не с точки зрения больших чисел, а с точки зрения вашей личной реальности. Почему именно я? И почему именно он? Как сделать, чтобы слепой случай нашел именно вас? Вся эта книга о том, как стать человеком, способным влиять на случай.

ГЛАВА ДЕСЯТАЯ

ЗАГАДКА ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО СУЩЕСТВА

*Как стать гениальным изобретателем – крах и
возрождение современного менеджмента – дар божий
снова востребован – непостижимая реальность прямого
знания*

«Все дело в дверце. Она никак не хотела оставаться открытой. Когда дверца открыта, из Каба (кабина старого аэроплана выпуска 1927 года) открывается не вид, а объемное звуковое широкоформатное стереокино с сочными цветами плывущих внизу верхушек деревьев и травяных лужаек, и тогда ваше сердце парит надо всем этим. Вы понимаете, почему ненормальные вроде меня любят возиться с самолетами?

Если бы только не захлопывалась верхняя половина дверцы. Стоит набрать скорость 65 миль в час, как сила ветра преодолевает сопротивление собачки и хлоп! я снова в полузакрытой кабине, отрезанной от моей воздушной реки. Это раздражает.

День шел за днем, а я никак не мог отделаться от этой задачки, она буквально преследовала меня. Увеличивать размеры защелки бесполезно: я хорошо знал, что сила ветра возрастает пропорционально квадрату скорости. Дверца будет захлопываться на скорости не 65, а 70 миль в час, только и всего.

Снять дверцу вообще? Но тогда зимой или в дождь... Нет, не хочу вечно раскрытой кабины.

Крючок, обыкновенный дверной крючок. На самолете?

И куда его ввинтить, в брезент, обтягивающий крыло?

А магнитные замки? Нет.

Присоски? Нет.

Оконные шпингалеты? Нет.

Ничего не подходит.

Изображение защелки преследовало меня. Оно исчезло, только когда я заснул.

Утром, еще не проснувшись, я снова увидел знакомую картинку, плавающую перед глазами. Я застонал. Неужели она снова будет весь день преследовать меня, издеваясь над моей технической бездарностью?

Присмотревшись внимательнее, я увидел, что защелка уже не совсем такая, как накануне. Даже совсем не такая. Картинка плавала передо мной в утреннем полумраке, пока я не понял ее, а затем растаяла.

Я схватил огрызок карандаша с тумбочки и быстро начертил эскиз нового устройства. Будет работать? Конечно, будет. Через несколько часов приспособление было готово. Я выкатил аэроплан из ангара, поднял его в воздух и спикировал. Скорость достигла 110 миль в час. Дверца не шелохнулась, словно была приварена к крылу. Никакая я не бездарность. Я – гениальный конструктор». (Р. Бах.)

«Жизнь Эрика круто изменилась за десять лет до нашей встречи с ним. Два его деловых партнера, с которыми он пытался провернуть несколько рискованных сделок, неожиданно заявили, что больше не желают с ним работать. Поскольку их было двое против одного, он ничего не мог сделать. Они предложили ему следующие условия: он забирает свою долю, равную 35 000 наличными, или все имущество фирмы, которое было, по существу, практически бесполезным. В состоянии замешательства Эрик покинул офис и направился домой. Когда он пришел, то сказал жене: «Мне нужно с тобой поговорить кое о чем», на что она ответила:

«Мне тоже нужно с тобой кое о чем поговорить. Я хочу развестись. Я встретила другого человека». Эрик повернулся ко мне: «Все мои партнеры заявили о желании расстаться со мной в один и тот же день. Я был так ошеломлен, что, несмотря на свой атеизм, пришел к выводу, что только небеса могли так сильно смешать карты. Той ночью я решил помолиться. Я сказал Богу: «Если за всем этим стоишь ты, поговори со мной. Я последую любому направлению, которое ты мне укажешь».

Ночью мне приснился сон. Во сне я вел машину через Альпы, была страшная буря. Дороги обледенели и мне приходилось нажимать на тормоз, чтобы машина не скользила. В один момент я чуть было не потерял управление, но все обошлось. Наконец, я перебрался на ту сторону гор, непогода стихла, снова сияло солнце, дорога была сухой и надежной. Я доехал до маленького коттеджа, где в окошке светилась зажженная для меня свеча и горячий ужин ждал на столе.

Наутро я решил принять предложение своих партнеров и взять себе ненужный хлам – кошачью еду, продажей которой занималась наша компания, поскольку во сне я вел «Ягуар». Они были обрadowаны моим выбором, полагая, что сэкономили 35 000 долларов. Я был уверен, хотя не знал почему, что, принимая это предложение, мне необходимо отпустить и их, и свою жену без негативных эмоций. Мне нужно было пожелать им счастливого пути, хотя, по иронии судьбы, они думали, что это они избавляются от меня. Вскоре после этого несколько удачных случаев помогли моей маленькой фирме встать на ноги, хотя, как и предсказывал сон, это были тяжелые времена. Но я знал, что все получится, поэтому не унывал.

Сегодня у меня одна из самых преуспевающих компаний в Бельгии, и большую часть жизни я трачу на проворачивание

различных рискованных сделок. Я женился на самой прекрасной женщине в мире, которая является моим подлинным партнером в каждом значении этого слова. Теперь я никогда не планирую результаты своих действий, только Бог может знать все заранее. Каждое утро я начинаю с молитвы, благодарю Всевышнего за то, что он помог мне изменить жизнь, потому что у меня самого никогда бы не хватило мужества расстаться с теми людьми. Теперь, когда я встречаю людей, чья жизнь перевернута с ног на голову, я говорю им: «Бог ведет вас. Не о чем беспокоиться. Я знаю это наверняка». (К. Мисс.)

В этих двух впечатляющих примерах вы могли увидеть, как в жизни нам подсказывает активное воображение и сновидение. А вы заметили главное? Главное в том, что этих людей никто не учил ни тому, ни другому. Сложная жизненная задача заставила их найти нужные принципы самостоятельно. Они обладали великолепной интуицией. Об интуиции в своих книгах я говорю достаточно много, хотя еще несколько лет назад это понятие я считал совершенно бессмысленным. По мнению одного из исследователей интуитивного понимания, немного найдется таких слов, которые были бы столь неопределенными, как слово «интуиция». Использование этого слова настолько вводит в заблуждение, что предлагалось изгнать его из словарей.

«Интуиция – это качество, биология которого еще некем не понята. Я работал с ней и полагаюсь на нее. Интуиция – мой партнер». (Доктор Дж. Салли, разработчик вакцины от полиомиелита).

«Интуиция – мистическое откровение. Доказать его наличие нельзя, поэтому главный фактор интуиции – вера».

«Я знаю, что это правда просто потому, что чувствую это кожей».

«Логические рассуждения не дают возможности создать новое знание. Интуиция – это когда человек достигает ответа, не осознавая при этом процесса, который привел к этому ответу».

«И однажды скрытый порядок, который есть знание без слов, раскроется перед тобой».

«Интуиция – непосредственное знание, представляющее прямое усмотрение истины, то есть усмотрение объективной связи вещей, не опирающееся на доказательство».

«Интуиция – высшая форма деятельности интеллекта». (Шопенгауэр.)

«Неосознаваемый процесс, стремящийся к осознанию, ...в обход представления, логики и мышления». (Платон.)

«Еще мгновение назад этого не присутствовало в уме, теперь оно здесь». (Из древних источников.)

«Усмотрение истины прямо. Непосредственное знание, истина за пределами пяти органов чувств, но столь же явно ощущаемая».

«Поймать интуицию, все равно, что поймать солнечный зайчик. Его существование никто не отрицает, но в коробку его не положишь».

«Странная все-таки вещь – интуиция, и объяснить ее нельзя, и отмахнуться невозможно». (Агата Кристи.)

Никакое изречение не сможет в полной мере объяснить, что же такое интуиция. С безмолвным знанием есть проблема, любая попытка объяснить его с помощью слов только запутывает суть дела. «Какое человеческое существо могло бы выразить в словах этот опыт? Но всякий, кто испытал его, узнает это состояние ума». (Аристид.) Интуиция представляет бессознательное, поэтому ее нельзя объяснить, так как она за пределами интеллекта. Естественно, что рассудок отрицает интуицию, поскольку не обладает возможностью ее осознавать. Глазами мы можем видеть, но не слышать, ушами слышать, но не видеть, рассудком мыслить, но не управлять интуицией. Именно поэтому интуиция – это величайшая загадка человеческого существа. И его величайший дар. Интуиция приносит вполне осязаемые результаты. В чем проявляется деятельность интуиции? Прежде всего, во внезапном озарении.

Большинство из нас знают эту притчу.

Двадцать два столетия назад к великому ученому Архимеду обратился за помощью сиракузский царь. Он попросил определить Архимеда, не обманули ли его ювелиры, изготовившие ему корону.

– Царь желает убедиться, что ювелиры не украли часть золота и не заменили недостающую долю серебром, – обратились к Архимеду советники царя. – Наш повелитель слышал, будто ты – великий ученый, поэтому он ждет тебя с убедительными доказательствами, которые опровергнут или подтвердят его подозрения.

Архимед взял корону и в сопровождении стражников вернулся домой. «Серебро почти вдвое легче золота. Корона весит ровно столько, сколько весил кусок чистого золота, который получили мастера для работы. Значит, если там есть серебро, то объем короны должен быть больше. Но как измерить объем короны?» Так рассуждал великий ученый. Корона представляла собой изделие сложной формы с красивыми изгибами и завитками. Три дня и три ночи Архимед ломал голову над царским заданием, но так и не смог придумать, как провести измерения столь замысловатого предмета и точно определить его объем. Осталось совсем немного времени до того момента, как он должен был предстать перед

царем. Уставший ученый посчитал задачу невыполнимой, расслабился и решил принять ванну. Наполнив ванну до краев, он залез в нее и обратил внимание на то, как лишняя вода перелилась через край. И тут его внезапно осенило: «Ведь объем воды, которую вытеснило мое тело, можно легко измерить. Так же легко можно измерить и объем воды, вытесненный короной из небольшого сосуда».

Архимед почувствовал невероятное облегчение. От переполнявших его чувств он выскочил из ванной и с криками «Эврика» выскочил на улицу. Жители Сиракуз с удивлением наблюдали голого мужчину, радостно вопившего на древнегреческом языке: «Нашел!»

Теперь понятно, почему раздел психологии, изучающий творческое мышление, называется эвристикой. «Притче об Архимеде больше тысячи лет, и за столь протяженный период человечество имело все возможности миллионы раз посмеяться над этой историей и миллионы раз ее забыть. Но как видно, находилось что-то, что еще раз обновляло ее в народном воображении, воскрешало вновь. Видимо, не раз еще в безудержном восторге рождался архимедов возглас в душе многих людей, решивших сложные творческие и жизненные задачи на всех континентах земли». (Орлов.)

Правда, эвристика не получила широкого развития и сейчас ее немного подзабыли. А произошло это по двум причинам. Во-первых, основное внимание эвристика уделяла решению творческих и изобретательских задач. А вот повседневную жизнь она не принимала в сферу своих интересов. А ведь большинство повседневных жизненных задач так же являются сложнейшим творческим вызовом. Во-вторых, эвристика вплотную подошла к невыразимому, а именно к бессознательному. А науке, принявшей в расчет бессознательное, трудно убедить других, что она по-прежнему остается на путях материализма. Эвристика опередила свое время. Открытые ею закономерности слишком близко подходили к мистике, и сделать дальнейший шаг означало потерять научную респектабельность.

Действительно, интуиция понятие иррациональное, поскольку это сверхчувственный способ постижения истины. Поэтому «...забраться в тот заповедник осмеливаются только те из ученых, чья любознательность перевешивает беспокойство о поддержании своей репутации». (Бунге.)

Но из орудия мистики интуиция превращается в средство научного познания. Сегодня, благодаря эвристике, мы можем с научной точки зрения заявить, что центральным моментом при решении любых сложных проблем является явление инсайта, то есть внутреннее озарение, схватывание нового понимания, «ага»-переживание, откровение.

Инсайт приходит при следующих условиях:

1. Сначала в попытке получить решение происходит интенсивная умственная деятельность, поиск решения. Это может быть поиск образа для художника, мелодии для композитора, идеи для бизнесмена, решение для математика или изобретателя, выход из сложной ситуации для любого человека.

2. С очевидностью проявляется невозможность получения результата посредством логического вывода или с помощью ранее известных приемов. Сложившуюся ситуацию можно охарактеризовать как беспомощность, тупик, взаимоисключающие предпосылки или бесконечное число стратегий. В таких ситуациях рационализм справляется со своими задачами лишь до определенного предела, а затем пасует.

3. Внезапно и неожиданно приходит решение. Мы получаем уже готовый ответ, а процесс решения невозможно проследить, он выпадает из наблюдения. Очень часто решение приходит в измененном состоянии сознания, снижающем умственную деятельность: сон, предсон, послесон, отдохновение и расслабление. Многие великие люди утверждали, что ответы на важные вопросы к ним приходили, когда они гуляли, лежали в ванной, играли в гольф, ехали на машине, смотрели фильм, поднимались по лестнице. То есть в моменты, когда они забывали о проблеме и отвлекались.

4. Решение сопровождается безотчетная уверенность в правильности, истинности и очевидности результата, невероятная простота и даже красота решения, ярко выраженное чувство удовлетворения, неожиданное облегчение. Вот как это происходит при решении разнообразных технических задач.

В каждом самолете для измерения высоты существует прибор под названием альтиметр. В старых самолетах альтиметр состоял из двух циферблатов. Один показывал высоту в единичных метрах, а другой – в сотнях метров. Пилоты часто путали эти циферблаты, и это приводило к авиакатастрофам. Перед конструкторами была поставлена задача придумать прибор, где обе шкалы совмещались бы на одном циферблате. Одна шкала должна была располагаться по окружности, а другая шла бы горизонтально. Тогда перепутать их было бы невозможно.

Такое совмещение стало довольно сложной инженерной задачей. Старые альтиметры из двух циферблатов были просты и надежны, а новый прибор включал в себя несколько сотен шестерен. Из-за своей сложности он часто выходил из строя. Конструктор долго размышлял о том, как упростить новое устройство. Он бился над этой задачей днями и ночами, прорабатывал варианты, подходил с разных сторон, но так и не смог придумать более простого принципа совмещения шкал. От постоянных размышлений над проблемой его уже начали преследовать галлюцинации.

Однажды он решил отдохнуть и развеяться. Впервые за много дней ему удалось освободиться от навязчивых мыслей о приборе. Он расслабленно наблюдал, как по земле кружатся осенние листья. Один листочек двигался по спирали, и конструктору показалось, что вдоль спирали движется какая-то черная точка... «Эврика!» Такое совмещение точки и спирали и является решением задачи! Новый альтиметр был изобретен.

Когда-то инженер Броун корпел у себя на веранде над проектом моста через реку. Бумага перед ним была чиста, работа не клеилась, мост не получался. Отчаявшись, Броун оставил чертежную доску и пошел освежиться в сад. Стояло бабье лето. Цепкие, серебряные на солнце нити паутины путались в кустах, плыли по ветру, и Броун снимал их со своего лица. Он прилег под кустом, но тотчас вскочил. Перед его глазами на фоне неба всего лишь болталась паутина.

Но подготовленный разум инженера увидел в небе подсказку. Он увидел чертеж, ясно вычерченный серебряными нитями по голубому небу. Броун невольно представил паутину так, как инженеры читают чертежи: маленький мост сиял в ветвях, удивительно легкий, простой и смелый. Ветер раскачивал ветви, но паутина не рвалась. В его воображении, распаленном предыдущими раздумьями над чертежной доской, уже не хрупкие ветви растягивали паутину, а серые скалы держали железный мост, а вместо серебрястых нитей прочные цепи колыхались над ущельем. То был мост, а не нити в ветвях.

Теперь Броун знал, с чего ему начинать. Он сел за чертежи и расчеты и вскоре сделал изобретение: он стал строить висячие мосты без дорогих и сложных подпорок снизу.

В этих двух примерах подсказку помогли найти знаки реальности. Чтобы увидеть в образах сновидений, в активном воображении или в знаках реальности подсказку для решения проблемы вашей жизни, необходимо обладать хорошей интуицией.

Иногда решение можно получить напрямую, без образов. Тогда говорят: «додумался», «сообразил». Это интуиция позволяет получать знания напрямую. При наличии хорошей интуиции все остальные методики общения с бессознательным становятся всего лишь вспомогательными неуклюжими костылями.

Несмотря на успехи наук, западный мир давно уже начал сомневаться в рационализме. В первую очередь стали сомневаться сами ученые. Парадокс в том, что самым рациональным действием в науке является математическое обоснование каких-либо процессов. Но чтобы это обоснование открыть, требуется в первую очередь интуиция. «Роль бессознательной работы в математических открытиях кажется мне неоспоримой». (Пуанкаре.)

Надо понимать главное: использование интуиции только для научного или технического творчества – это слишком узкое применение одного из важнейших навыков выживания. Интуиция

работает в каждое мгновение нашей жизни. Она нужна всегда и каждому.

Автор книги о творческом мышлении Альтшулер приводит интересный пример жизненного творчества, когда даже желание заработать нечестным путем привело «героя» к гениальному решению.

На заводе для одного из технологических процессов требовался спирт. Для этого его доставляли в автоцистерне со спиртзавода. Через некоторое время обнаружилось, что с каждой доставкой пропадает десять литров спирта. Стали применять различные меры контроля. Цистерну перед отправкой пломбировали. На разливе стоял автоматический счетчик. На приеме спирта также стоял счетчик. Оба счетчика проверили, они работали правильно. Но спирт пропадал. Счетчик показывал: 200 литров залито. Цистерну пломбировали, машина доставляла спирт, и при приемке получалось только 190 литров. Пломба оставалась неповрежденной. Каким-то образом спирт пропадал. Как бы вы решили эту задачку?

Голь на выдумку хитра. Оказалось, что водитель подвешивал изнутри ведро. Спирт заливали сверху, а сливали снизу. Ведро оставалось наполненным. Пустую цистерну никто пломбировать не будет. Выезжай за ворота и доставай ведро. Если считать по ценам водки, то за один рейс водитель дополнительно получал половину месячной заработной платы. Да, талант не пропьешь!

Один из мужчин, сделавший интуицию важнейшим инструментом своей жизни, вспоминает момент, когда он задумался об этом качестве впервые. Когда ему было около десяти лет, он захотел сделать подарок кому-то из своих близких. Для этого ему надо было добыть десять центов. Долго размышляя, он так и не придумал, где их взять. Он забыл о них и вышел прогуляться на улицу. Там он увидел девочек, которые считали на ладони монетки. Монетка в десять центов выскочила у них из рук и покатила в сторону этого мальчика. Он спрятал ее в карман, а сам сделал вид, что помогает девочкам искать укатившуюся монету. Чувство стыда заставило его все же вернуть монету, но этот случай впервые заставил его задуматься: «Какие же законы жизни помогли ему прийти в нужный момент к нужному месту, где произошло столь удивительное совпадение?» Интуиция важна для принятия решения в текущий момент, для любых задач, которые вы перед собой поставите, будь то творческие или жизненные.

В какой области жизни самая большая конкуренция?

В бизнесе.

Успешное ведение дела, продвижение по служебной лестнице или выход из сложной ситуации требуют не меньшего таланта, чем доказательство математической теоремы. Поэтому интуиция в бизнесе ценится очень высоко. Когда-то я интересовался темой

управления бизнес-процессами и даже написал статью в специализированный журнал. Здесь было бы уместно привести некоторые ее разделы.

Крах и возрождение современного менеджмента.

Дух времени.

(Справка: менеджмент – наука управления.)

Наука управления бизнесом занимает важное место в жизни нашей цивилизации. Пишутся и издаются тысячи книг по этой теме. Фирмы, занимающиеся консультациями по менеджменту, зарабатывают миллиарды долларов. Наиболее успешные консультанты получают доход до 500 000 \$ в месяц. Самой желаемой профессией для американского школьника является профессия бизнес-консультанта.

На фоне такого благополучия остались незамеченными два события. Как это часто случается, предзнаменования перемен слишком часто остаются незамеченными. Первое. Профессор Ч. Хэнди, один из признанных мировых экспертов в области менеджмента, автор книг и статей, более двух десятилетий обучающий студентов науке управления, отказался вести преподавательскую деятельность. «В то время я думал, что наука менеджмента, стоит ей только научиться, писал он, может решить все наши проблемы. Теперь, 25 лет спустя, я поражаюсь, что когда-то верил в существование универсальной теории менеджмента, только ждущей, пока мы раскроем ее секреты своими упорными исследованиями. Теперь-то я знаю. Я знаю, например, что можно получить степень магистра делового администрирования, проштудировать все книги по менеджменту и все равно остаться никудышным управленцем. Теперь я знаю, что предоставление этих знаний в виде дипломного образования, в результате которого студенты мнят себя профессиональными менеджерами, было трагической ошибкой. Теперь я знаю, что нам нужны люди, уже обладающие качествами, научить которым невозможно». Второе событие. Книга Кеннета Бланшара и Спенсера Джонсона «Одноминутный менеджер» в течение года находилась в списке бестселлеров газеты «Нью-Йорк таймс». Книжечка карманного формата, включающая в себя лишь три простых психологических совета, на целый год отодвинула признанных авторитетов на вторые роли. Опытные и начинающие руководители, крупные и мелкие бизнесмены предпочли эту книжечку сотням учебников и тысячам аналитических сборников.

Менеджеры поняли то, о чем говорится в учебниках, на практике не делается. Большинство книг по менеджменту написаны высокопарно, а данные в них рекомендации не работают в реальной жизни и не раскрывают потаенную суть науки управления. «Руководители крупных предприятий не должны формально следовать предлагаемым в учебниках подходам». (Дж. Квин.) Классический менеджмент становится громоздким и малоэффективным. Дальнейшее его изучение приводит к дальнейшему замешательству. Не зря один известный топ-менеджер сказал, что лучшие книги по управлению – это биографии знаменитых людей.

После выхода в свет «Одноминутного менеджера» ее авторы стали зарабатывать миллионы долларов. Их приглашали читать лекции и проводить консультации. Книгу перевели на десятки языков. В то время как на книжных полках покрывалась пылью книга «1000 способов стать лучшим менеджером», с тех же полок сметали тоненькую книжечку, где предлагалось всего лишь три простых совета.

Вся знаковость этих двух событий в том, что они высветили зарождающиеся перемены в науке управления бизнес-процессами. Дух времени неуловим, но он приходит. И сокрушает то, что казалось незыблемым. Он свергает с вершин власти и богатства одних и возносит туда других. Сегодня этот дух указывает на начало поворота в искусстве менеджмента.

Смещение акцентов.

Средневековые алхимики мечтали получить три вещи:

а) философский камень, превращающий металл в золото; б) эликсир бессмертия; в) панацею – лекарство от всех болезней. За сотни лет они произвели на свет бесчисленное множество запутанных трактатов о том, как это сделать, но желанных целей так и не достигли.

Кажется, то же самое наблюдалось до недавнего времени и в науке менеджмента. Количество теорий, как и количество учителей, множилось. Нам обещали, что каждая очередная методика вознесет бизнесмена на вершину успеха. Деловых людей это воодушевляло, и они готовы были платить. Они верили, что им продадут, наконец-то, настоящий эликсир успеха.

Но с теориями менеджмента дело обстоит так же, как и с диетами. Мода на них меняется, а проблема остается. Компании США вложили в 80–90 годах 32 миллиарда долларов на внедрение новых методов управления, в соответствии с появляющимися чуть ли не ежегодно новомодными веяниями. Однако, по оценкам некоторых экспертов, 80 % фирм не ощутило улучшений, а 20 из 32 миллиардов

долларов было выброшено на ветер. Например, в 90-х годах стал моден реинжиниринг. Это слово стало настолько популярным, что теперь употребляется далеко за пределами темы менеджмента, откуда оно пришло. Только в 1994 году на реинжиниринг было потрачено 7 миллиардов. Эту методику пытались использовать 70 % крупных компаний в Швеции и Англии. В 85 % случаев результат оказался неудачным.

Поэтому наиболее талантливые исследователи в области управления уже не предлагают новых методик. Все, что необходимо, уже существует. Время только требует сместить акценты. То есть главным должно стать то, что до сих пор воспринималось как несущественное и даже считалось досадной помехой, от которой надеялись вскоре избавиться. То, от чего надеялись избавиться, становится сегодня краеугольным камнем менеджмента.

Речь идет о двух вещах:

1. В попытке создать технологию управления наука пыталась сделать управляемым и предсказуемым изменчивый мир бизнеса. Но все исследователи отмечают, что роль неопределенности, то есть того, что не поддается управлению и предвидению, как была, так и остается чрезвычайно высока. Более того, неопределенность становится главной составляющей науки управления в ее высшем исполнении.

2. Наука пыталась создать технологию управления, чтобы стать независимой от человеческого фактора, но снова и снова на первое место выходит не технология, а свойства личности, не методики, а мышление индивидуума.

Опытный руководитель рано или поздно начинает понимать, что управление – это не использование набора методов, а непрерывное решение вопросов, предвидеть которые не может ни одна теория. Маленький неучтенный факт запросто обесценивает рациональную стратегию. Мир современных экономических процессов называют миром бурлящей воды, где нет ничего постоянного. Выработка курса действий почти всегда интуитивный процесс. Всегда имеется бесконечное количество альтернатив, которые можно рассматривать при планировании. И никакой объем аналитической работы не может дать гарантию правильного выбора. Никакая наука управления не может рассматриваться отдельно от личности руководителя. Именно он принимает решения. «Первичная функция менеджера – выбор решений». (Акио Морито.) Некоторые считают, что это единственная функция менеджера.

Для рационального принятия решений необходимо иметь полную информацию. А вот этого добиться зачастую невозможно. «Наибольшее значение в управленческой практике имеют

нестандартные, творческие решения, которые принимаются в условиях большой неопределенности, то есть когда значительная часть необходимой информации неизвестна, а последствия принятия решений плохо предсказуемы. Эти решения являются самыми трудными для руководителя». (Вахрушев. «Принципы японского руководства».) «1. Каждый может принять решение, располагая достаточной информацией. 2. Хороший руководитель принимает решение при ее нехватке. 3. Идеальный действует в абсолютном неведении». (Законы Мерфи.)

Современные руководства много пишут о том, какими качествами должен обладать менеджер. Я как-то попытался объединить все эти рекомендации. Получился список из 80 качеств, многие из которых противоречили друг другу. Пожалуй, прав был, Майкл Флад, который писал: «Если мне и удалось в чем-то убедиться за 40 лет профессиональной карьеры, так это в том, что редко кто из преуспевающих менеджеров, с которыми мне довелось познакомиться, походил характером и стилем работы на своих коллег: одни откровенно упивались своим положением, тогда как другие были затворниками; одни поддерживали безукоризненный внешний вид, а другие одевались всегда небрежно; одни работали по намеченному плану, а другие действовали по наитию; одни стремились к общему согласию, а другие предпочитали диктовать свою волю; некоторые были превосходными ораторами, а иные не могли связать и двух слов, одни пользовались любовью подчиненных, а другие заставляли своих сотрудников трепетать от страха. Единственным общим знаменателем этого или другого руководителя, который мне удалось для себя выяснить, было отсутствие какого-либо общего знаменателя».

Если спросить лидеров в различных областях жизни, что является основой их успеха, то банальность ответов убедит нас в том, что сами они весьма слабо представляют, почему их действия отличаются большей успешностью. Эти люди не могут объяснить своей технологии, потому что не существует единой технологии для всех. Эти люди интуитивно умеют вычленять полезные действия в контексте ситуации, а все остальные качества не имеют значения. Основатели нейролингвистического программирования Бэндлер и Гриндлер говорили, что наиболее выдающиеся психотерапевты, добивающиеся со своими пациентами замечательных результатов, сами не могли доступно объяснить, как они это делали. Их действия были систематизированы не разумом, а подсознательно.

Журналисты заметили, что спортсмены низкого класса могли рационально объяснить свои действия во время игры, в то время как выдающиеся спортсмены испытывали трудности с адекватным объяснением своих решений. Они говорили: «Я просто сделал это». Эти примеры показывают, что люди успеха следуют тому, что невозможно измерить, показать другим и даже логически обосновать.

Во Франции провели опрос опытных управленцев с целью определить, что является самым важным для менеджера.

Результаты таковы:

внешние данные – 1 %;

авторитет – 4 %;

знания и компетентность – 8 %;

жизненный опыт – 8 %;

неординарность – 30 %;

дар божий – 41 %.

Как видите, не теоретики, а опытные практики подчеркивают, что рациональные знания в менеджменте играют далеко не первую роль.

Таким образом, менеджмент пришел к развеянию мифа о рациональном анализе как основном средстве руководства. На первое место выходит фактор неопределенности, как фундаментальная и неотъемлемая часть любых сложных процессов. Скоро будут написаны новые учебники, где хаос и неопределенность будут рассматриваться как важнейшие качества реальности и важные факты науки управления. Менеджмент из области экономики перемещается в область психологии, а из науки превращается в искусство. И здесь на главную позицию выходит творческий талант и его предвестник интуиция – посредник между рациональным и неопределенным.

Плохие новости.

Конец определенности вовсе не является желанной и радостной новостью. Большинство не готово жить в непоследовательном мире. Люди не готовы смириться с потерей надежды, что когда-нибудь научатся управлять жизнью. «Столкновение с неизвестным вызывает страх, замешательство и смятение; мгновенно возникает желание справиться с мучительным состоянием неопределенности. Основное правило: любое объяснение лучше его отсутствия. Итак, на поиск причины толкает страх. Вопрос «почему?» задается не из праздного любопытства, а ради получения определенного ответа, который успокаивает и приносит облегчение». (Ницше.)

Мы испытываем дискомфорт, если не контролируем ситуацию. Поэтому признание неопределенности в качестве постоянного фактора – это действительно неприятное известие. «Страшно впасть в руки Бога живого». (Евр. 10:31.) «Возникает раздражение от того, что вы говорите; от того, что приходится из ума идти в ту область, где хозяином он не является». (А. Пинт.)

«Я снова и снова наблюдала за людьми на своих семинарах. Они жаждут указаний интуиции, страшась при этом того, что скажет им этот голос. «Я хочу услышать свой внутренний голос, но пусть он не говорит ничего плохого». (Кэролайн Мисс.)

Интересно вспомнить, что менеджмент как наука управления возник в 1886 году. Это связано с собранием общества инженеров-механиков. В тот день в выступлении докладчика промелькнула мысль о возможности существования законов управления бизнесом и трудовыми ресурсами. Эта мысль так и осталась бы незамеченной, если бы на собрании не присутствовал Фредерик Тейлор. Он развил эту идею, написал книгу и стал отцом научного менеджмента. Идеи менеджмента были широко приняты и нашли много сторонников по единственной причине: люди надеялись получить набор приемов, правил и закономерностей, позволяющих сделать управляемым непоследибельный мир бизнеса.

Но в 1955 году еще один гурман менеджмента Питер Ф. Друкер признавал, что, спустя 69 лет после рождения менеджмента, полная управляемость и предсказуемость все еще остаются недостижимым идеалом. Но он все еще верил, будто «искусству управлять» можно научиться и что «...менеджер будущего наверняка не сможет оставаться интуитивным менеджером». Этой надеждой он вдохновил многих последователей, которые хотели избавиться от беспокойства, вызванного непредсказуемостью. Обещание Друкера способствовало росту популярности управленческих идей.

Но его обещание не исполнилось. С тех пор прошло еще 50 лет, и все новые и новые исследователи отмечают важную роль интуиции, которая остается чуть ли не единственным инструментом в мире бесконечного количества стратегий и непредвиденных изменений. Тщетные поиски единой формулы менеджмента продолжаются до сих пор. И продолжают оставаться тщетными.

Исходя из этого, мы можем предположить, что полной определенности наука менеджмента не достигнет и через сто лет. Еще в 30 веке до нашей эры цари и полководцы обращались к прорицателям и астрологам. То же самое сегодня делают и многие преуспевающие бизнесмены. Дж. Морган – один из крупнейших магнатов Америки – посещал гадалок. Гигант американского бизнеса Корнелиус Вандербильт советовался с оккультистами.

Эти факты можно отнести к разряду курьезов, но опытного менеджера это не удивит, потому что он знает: с приобретением опыта и знаний менеджмент, вопреки ожиданиям, становится все более загадочным, а непредсказуемость системы, которой пытаются управлять, руководители смиренно начинают считать нормой своей работы.

Хорошие новости.

Конечно, разум никто не отменял. Люди не могли бы ничего создать или приобрести, если бы с помощью рационального знания не воздействовали на ситуацию. Просто признание важной роли

неопределенности расширяет свободу выбора. Да, дополнительная свобода заставляет жертвовать предсказуемостью и безопасностью. Это жизненный компромисс, известный с древнейших времен. Мастер менеджмента теперь знает, что нет запатентованного рецепта успеха, зато его работа превращается в захватывающее приключение со всеми его атрибутами: вдохновляющая цель, риск и опасность, непредвиденные ситуации, проявление высоких и низких свойств души, сложности выбора, бескомпромиссные решения, вера в удачу и свою звезду. А в качестве награды, кроме денег, выступают сила духа, настоящие друзья, яркие воспоминания и поучительные истории, которые их внуки будут слушать, раскрыв рот.

От самого процесса мастер менеджмента получает не меньшее удовольствие, чем от победы.

В поисках золотого алгоритма управления.

Все больше и больше преуспевающих людей вынуждены признать, что при принятии решений они руководствуются интуицией.

В одном университете был проведен тест на изучение предчувствия и интуиции, где бизнесменам предлагалось угадать цифру, которую выдаст компьютер. Он был запрограммирован на выпуск случайных чисел. Преуспевающие бизнесмены имели гораздо больший процент угадываний по сравнению с менее успешными. Один из них признался, что он часто игнорирует дорогостоящие исследования рынка или отчеты консультантов, полагаясь в принятии решений на чутье. «Только не говорите моим акционерам». (Сильва.) «Последний акт в деловом суждении, всегда, конечно, интуитивен». (А. Стоун. Президент «Дж. Моторс».)

«В 1995 г. 22-летняя студентка университета в течение года создала предприятие с миллионными оборотами. Она не имела опыта, не составляла бизнес-планы и не исследовала рынки. Динекс Мохаджер просто доверилась своему внутреннему голосу.

Она ненавидела традиционные лаки для ногтей кричащих красных и розовых тонов. И решила предложить жителям Калифорнии, где она училась, пастельные оттенки тех же лаков. Однажды она подмешала немного синей краски к стандартному синему лаку для ногтей и покрыла им ногти. Ее друзья полюбопытствовали, где она взяла такой необычный лак.

Динекс приготовила 4 пузырька лака и уговорила один модный косметический салон выставить их на продажу. Ее товар разошелся за час. И магазин заказал еще 200 таких пузырьков.

Потребность в лаке пастельных тонов была столь высока, что Динекс Мохаджер стала поставлять в магазины и салоны Калифорнии продукции в два раза больше, чем ее конкуренты. На своем

выступлении в 1997 году на Йельском экономическом форуме она подчеркнула два важных момента: не бойтесь перепоручать часть своей работы другим, и прислушивайтесь к внутреннему голосу». (Лора Дей.)

Самое сложное – это сделать выбор между двумя противоположными подходами. Каждый из них может привести как к победе, так и к поражению. Просчитать последствия невозможно, пока не совершишь выбор и не сделаешь шаг. Но после этого шага обратного пути уже нет, и приходится принимать последствия своего выбора. Для такого выбора и нужна интуиция.

Вот два примера противоречивых подходов. «Я начал присматриваться к людям, которые неизменно вызывали у меня уважение и восхищение, людям, которым удалось преуспеть в избранных ими областях. Объектами моих наблюдений были писатели, спортсмены, бизнесмены, предприниматели, спикеры, терапевты, антерпренеры, служащие крупных корпораций и другие профессионалы. Среди них были женщины и мужчины, консерваторы и либералы, левши и правши, самоучки и выпускники Гарвардского университета и так далее. То, что я открыл для себя, было просто поразительно! Всех моих избранных, которые достигли высот в той или иной сфере жизни, объединяло одно исключительно важное начало: деньги их абсолютно не волновали! Любопытно, что отсутствие беспокойства предшествовало успеху, а не являлось его следствием». Такую мысль пытается донести до нас Ричард Карлсон. Но одновременно с этим есть и обратные примеры. Например, один известный миллиардер утверждает: «Мир принадлежит неудовлетворенным». «Успокоенный талант не стоит и гроша». (Тальков.)

Так беспокоиться нам или нет? Еще одно всем известное и часто встречающееся противоречие между упорством и гибкостью. Интересен пример с золотой жилой. Один старатель во времена золотой лихорадки купил участок и начал его разрабатывать. В течение нескольких лет он упорно трудился, но ему попадалась только бедная или совсем пустая порода. Наконец, потеряв надежду, он продает участок за бесценок и уезжает. А новый хозяин, прокопав несколько метров, попадает на золотую жилу и становится очень богатым. Это реальная история. Прежнему хозяину не хватило буквально нескольких часов работы. Надо было только чуть-чуть потерпеть. Этот пример обычно приводится в литературе как доказательство необходимости упорства.

А на мой взгляд, если этот пример что и доказывает, так это то, что жизнь является лотереей. Ведь существовали тысячи других бедных участков, и копать на них всю жизнь было бы действительно большой глупостью. Многие копали и впустую тратили свои лучшие годы. А хозяин, купивший участок с золотой жилой, с таким же

успехом мог купить и пустой участок. Как раз нового хозяина мы и не можем принять в качестве примера упорства.

С некоторых пор я представляю любую деятельность по достижению цели как движение по заколдованному полю. Я представляю, что мне надо добраться до какого-нибудь места. Пока стою на месте и планирую, я вижу впереди до-рогу, препятствия, размышляю, как их лучше преодолеть. Но только я делаю шаг, как вся местность начинает меняться. На одном месте может вырасти гора, на другом – образоваться впадина или разверзнуться пропасть. Неожиданно может вырасти лес, а дорога уйти в сторону. Некоторые изменения становятся препятствиями, а другие, наоборот, способствуют продвижению к цели. Например, если возникла гора, вы можете оказаться на одном склоне, где вам останется только расслабиться и катиться к цели; а можете оказаться на другом склоне, и тогда придется карабкаться 304 медленно и упорно. Или скатываться вниз. В зависимости от изменений иногда придется проявлять усилия, иногда я вижу, что усилия могут завести в другую сторону. Иногда нужно ускорить шаг или бежать изо всех сил, а иногда нужно ждать. Некоторые изменения происходят постепенно и к ним можно подготовиться, а некоторые приходят внезапно и тогда остается только выбираться из возникшей ситуации. Каждый шаг открывает новые изменения. В менеджменте это называют изменением пейзажа среды. Неудачники всю жизнь надеются, что для них установится гладкая дорога, а успешным становится тот, кто начинает воспринимать непредсказуемость среды, как правило и неотъемлемую часть его работы. Он начинает жить в этом и получать удовольствие.

Талантливый бизнесмен и руководитель знает, что главное правило – это отсутствие правил. А самое хитрое, что правило отсутствия правил тоже подчиняется закону отсутствия правил. Парадоксы – это не результат путаницы в мыслях и не результат отсутствия разумности. Наоборот, если вы пришли к парадоксам, значит, у вас замечательная логика, а противоположности – это закон жизни и реальности.

Один из профессоров, написавший несколько книг по менеджменту, утверждал, что управление бизнес-процессами – это наука каким-либо образом довести дело до конца. А главным в этой науке является способность адаптироваться к невозможности достижения линейного идеала. Такое понимание до сих пор было прерогативой опытных и талантливых топ-менеджеров. Теперь оно становится частью общепризнанной коллективной мудрости.

«Если интуитивный подход годится для деятелей масштаба Эйнштейна и Сораса, вероятно, в нем, действительно, заключена некоторая сила». (Лора Дэй.) «Возьмем для примера Алана Гринспена, председателя федеральной резервной палаты. Мало кто из

деловых людей лучше его владеет информацией, имеющей отношение к миру финансов (он ежедневно прочитывает отчеты своих сотрудников перед работой, лежа в ванной). Тем не менее, согласно «Уолл-стрит джорнал», Алан Гринспен игнорирует советы сотрудников, считая, что его собственная интуиция надежнее». (Лора Дэй.)

(Конец статьи – А.Н.)

«Ну, хорошо, скажет прагматичный человек, я понял, как работает интуиция. Теперь скажите мне, что в понедельник с утра я должен делать, чтобы использовать свои безграничные возможности». Действительно, любые знания должны иметь практическую ценность. Поэтому давайте перейдем к главной технологии. Снова возвращаемся к квантовому циклу.

1. Выбери цель, разработай план и начинай его реализовывать. «Любой план, решительно проведенный в жизнь, лучше бездействия».

2. Действуй, используй любые линейные инструменты.

«Делай, что можешь, тем, что имеешь, там, где ты есть».

3. Вход в состояние суперпозиции. «Пассивность, а не активность, ослабление, а не напряжение, забудь чувство ответственности, откажись от власти над собой, от контроля над событиями, предоставь высшим силам заботу о твоей судьбе, будь совершенно равнодушен к тому, куда это приведет тебя, и ты обретешь не только душевный покой, но и те жизненные блага, от которых, как ты искренне думал, ты отказался».

Don't worry, Don't hurry, Don't carry! (Не беспокойся, не торопись, не напрягайся.) Переключи внимание. «Если моешь чашку – мой чашку». Напейся. Влюбись. Шесть дней работай, а седьмой посвяти Богу. «Передай Господу дела твои, и предприятия твои совершатся». (Притчи 16:4.)

4. Скачок на новую орбиту. В случае правильного исполнения предыдущего пункта обнаружатся новые обстоятельства, произойдут новые встречи, или может прийти озарение и новое понимание ситуации. Все это поможет решить прежнюю проблему и совершить верные и точные поступки исходя из нового уровня осознания. Произойдет квантовый скачок с прежней орбиты на новую. И теперь, уже в новых условиях, можно снова применять линейные инструменты.

В квантовом цикле мы встречаем сочетание линейного и нелинейного подходов.

ИНСТРУМЕНТЫ СОЗНАНИЯ (ЛИНЕЙНЫЕ)	ИНСТРУМЕНТЫ БЕССОЗНАТЕЛЬНОГО (НЕЛИНЕЙНЫЕ)
Проявление мужского начала (янь).	Проявление женского начала (инь).
Соответствует последовательному движению электрона в пространстве.	Соответствует состоянию суперпозиции, охватывающему все пространства.
Поступки на основе логического обоснования.	Спонтанные, интуитивные поступки.
Умение планировать, активная реализация плана. Поиск взаимосвязей.	Следование потоку и доверие процессу жизни. Отсутствие видимой связи между причиной и следствием.
Интеллектуальное мышление.	Чувственное, эмоциональное восприятие.
Детализация (деревья).	Общий вид (лес).
Состояние определенности: будущее предсказуемо, так как есть связь между причиной и следствием	Состояние неопределенности: будущее неизвестно, поскольку всегда присутствуют случайные, неучтенные факторы.
Последовательный перебор вариантов в поисках нужного.	Одновременный взгляд на все варианты, выбор нужного сразу.
Максимальная степень физического выживания, стремление достичь наибольшего (абсолютная жадность).	Готовность все потерять, отсутствие привязанностей, готовность к смерти (абсолютная щедрость).

В сложных ситуациях человек часто оказывается на перепутье. Перед ним стоит проблема выбора между взаимоисключающими подходами. И здесь поиск гармоничного решения является творческим вызовом: чем острее противоречие, тем труднее найти совмещающий подход. И тем больший риск несет каждый следующий

шаг. Природа выбора загадочна. Нам может казаться, что мы принимаем решение, руководствуясь исключительно логикой. Но это не так. Выбор в условиях неопределенности и бесконечного количества стратегий не является результатом логического умозаключения. В таких случаях средств логического мышления всегда недостаточно, и в дело вступает интуиция.

«В момент творческого акта человек не мыслит. Мысль убьет творчество. Он мыслит только «До» и «После».

«Не логический путь, а проникновение».

«Я сейчас думаю о том, как наша рациональность заводит нас в тупик, – продолжал он. – Мы склонны размышлять, задавать вопросы, выяснять. Но нет никакой возможности делать это относительно магии. Магия является местом достижения безмолвного знания. А безмолвное знание не-возможно охватить умом, его можно только пережить».

«Мой здравый смысл и разум... лицом к лицу столкнулись с абсурдной непостижимой реальностью... прямого знания». (К. Кастанеда.)

Рационально мыслящему человеку мало «безмолвно знать» ответы. Чтобы обрести какую-либо ценность для людей, ответы должны быть уложены в какую-либо схему или хотя бы вербализированы. Требуется осознание. Но осознание перекрывает путь для прихода интуиции. Она непостижима для логико-философского анализа, так как находится за пределами интеллекта и его инструментов.

«Чем сильнее ощущение, что ты обладаешь знанием, тем меньше имеешь слов для его объяснения». (Кастанеда.)

«Мышление должно умереть, чтобы пришло знание».

Управление разумом не должно отличаться от управления своими ногами. Когда гуляешь, ноги работают, когда отдыхаешь, они не двигаются. Надо научиться так же пользоваться интеллектом. Он слуга, а не хозяин.

«Конечно, я настаиваю, чтобы каждый вокруг меня мыслил ясно, – сказал он. – И я объясняю каждому, кто захочет слушать, что единственный способ мыслить четко, это не думать вообще. Я был убежден, что тебе понятно это магическое противоречие». (Кастанеда.)

«...Первое внимание работает только с известным, – сказал Хенаро. – Когда имеешь дело с неизвестным, оно не стоит и ломаного гроша.

– Ну, это не совсем верно, – возразил дон Хуан. – Первое внимание очень хорошо работает и с неизвестным. Оно блокирует

неизвестное, оно отрицает его настолько яростно, что неизвестное для первого внимания перестает существовать». (Кастанеда.)

Рационализм – это плотина из логики, которую постоянно возводим, чтобы отгородиться от океана тайны. «Интуиция снимает стражу с ворот разума». (Миллер.)

«Мышление принимает в обработку то, что уже дала интуиция». Интуиция – первоисточник, а рациональное мышление – организатор того, что принесла в готовом виде интуиция. Представьте, что вы живете в стране с хорошо развитой системой дорог, прекрасно организованной системой торговли, складов, учета. Все работает, как хорошо отлаженный механизм. Но все товары доставляются из-за моря. Если нет товаров, то бессмысленна вся инфраструктура. Разум – это инфраструктура. Она может быть доведена до совершенства. А корабли, доставляющие товар через море, – это интуиция.

Одно без другого будет бессмысленным. Всякое по-настоящему новое знание – это продукт инобытия, принесенный интуицией в сферу разума. В творческом состоянии человек покидает самого себя и извлекает из подсознания то, чего не может обнаружить в нормальном состоянии.

Интуиция – это вовсе не тот путь, где мы последовательно делаем шаг за шагом. Это прыжок через бездну не-познанного. В непознанном разум бессилен, как бессильны шоссейные дороги в океане. К тому, что познано в прыжке, впоследствии можно протянуть причинно-следственную цепь. Это как построение подвесного моста. Идти по нему просто, надо лишь делать шаги. Но чтобы протянуть этот мост, надо сначала оказаться на другой стороне. А пока моста нет, путь на другую сторону совсем не прост. «От интуиции всегда можно перейти к анализу. Обратный же ход невозможен». (Бергсон.)

«Знанием, полученным через слова, не всегда удается эффективно воспользоваться, с другой стороны, для знания, полученного на практике, всегда найдется способ словесного выражения». (Кастанеда.)

Чарльз Дарвин двадцать лет собирал факты и пытался их анализировать. Но к своей теории происхождения видов пришел только после того, как прочитал брошюрку Альфреда Уоллеса, где и почерпнул основную идею. Уоллес написал брошюрку за неделю, причем в состоянии психического расстройства. Он совершил прыжок через бездну и закрепил трос на другом берегу. А Дарвин лишь выстроил аналитический мостик.

Итак. Первое. Переводите текущую ситуацию в форму вопросов. Какой результат меня устраивает? Как прийти к желаемому результату? Что мне для этого нужно сделать? Что мне для этого нужно знать? Вопросы задают направление нашему намерению. Намерение заставляет интуицию находить пути. Новое решение идет

не столько от прошлого опыта, сколько от поставленной задачи, от цели. Цель притягивает средства, вопросы притягивают ответы.

Второе. Отпустите, уберите мысли, беспокойство и страх недостижения, войдите в неопределенность и не сопротивляйтесь ей. Не пытайтесь контролировать ход событий и ход мышления. Нельзя контролировать хаос, иначе он бы не был хаосом. «Я не избавляю от неопределенности, я учу с этим жить». (Эрхард.) Попытки управлять интуицией приводят к ее исчезновению. Ей надо доверять, а не управлять. От нее нельзя ничего требовать, ее можно только благодарить.

Вы можете конструировать решение на основе собственных знаний и представлений, но будьте готовы принять любой иной выход из ситуации. Держаться старых конструкций и знаний – это безошибочный способ сохранения хронического разочарования, поскольку «теория, мой друг, суха, но вечно зеленеет древо жизни».

«Жизнь – это игра с постоянно меняющейся системой правил». (Шемякин.)

«Найти формулу успеха невозможно, потому что она постоянно обновляется».

Некоторые люди, добившись в жизни успеха, начинают думать, что они-то и нашли единственно верную формулу этого самого успеха и обладают вожаемой панацеей. И дают советы другим. Ну что ж, если на ваших глазах, благодаря применению определенных принципов, люди добиваются благополучия, это производит сильное впечатление. И первая же мысль, которая приходит под этим впечатлением, – использовать в своей жизни те же принципы. Но пользоваться чужой формулой успеха, – это все равно, что пользоваться очками соседа только на том основании, что в этих очках тот отлично видит. Возможно, вам стоило бы поставить собственный диагноз.

Поэтому чужие советы всегда превращаются лишь в занимательные истории, напичканные банальностями. «Не понимаю, почему у меня не получается. Я читаю немало рассказов о людях, которые преуспевают, действуя достаточно примитивно, исходя из самых простых и очевидных идей. Почему мне не удастся добиться подобного, ведь будь я на его месте, я действовал бы так же», – сетует один из авторов. Почему? А потому, что «на этом пути ничто не бывает таким ясным, как нам того хотелось бы». (Кастанеда.) Научить интуиции как таблице умножения нельзя. Сложность в том, что интуиция – это знание, к получению которого нельзя найти метода, потому что любой метод является инструментом рационального, а рациональное бесполезно при работе с бессознательным.

Есть мнение, что у женщин интуиция связана с речевым центром. «Чтобы собраться с мыслями, мужчине нужно помолчать, а женщине – поговорить». «Слова слетали с моих губ прежде, чем я

успевала подумать о них. Откуда я знаю, что я скажу, пока я этого не сказала?» У мужчин интуиция находит выход через мыслительную деятельность либо через поступки в важных ситуациях. Этому учат в боевых искусствах. В одном из древних трактатов по обучению бою на мечях говорится так: «Не думай. Будь от мгновения к мгновению с внутренним проводником. Не вмешивайся мыслью, позволь внутреннему проводнику все сделать за тебя».

Наполеон так говорил о своих маршалах: «Ней имел умственное озарение только среди ядер, в громе сражений; там его глазомер, его хладнокровие и энергия были невероятны, но он не умел так же хорошо приготавливать свои операции в тиши кабинета, изучая карту. О Массене. Он плохо продумывал распоряжения, его речь была малосодержательна, но с первым же пушечным выстрелом, среди пуль и опасностей, его мысль приобретала силу и ясность. Талант его возрастал в крайней степени». Клаузевиц подтверждал это правило: «Умственная деятельность на войне покидает область строгого знания логики и математики и превращается в искусство в более широком смысле слова, то есть в умение интуитивно выбрать из множества предметов и обстоятельств важнейшее и решающее». Так и в мирной жизни, которая в некоторых моментах требует не менее напряженной борьбы. Не зря русские пословицы говорят, что лежащего на диване и удача покидает.

«На практике все достаточно просто. Но все усложняется, когда мы пытаемся умом охватить окружающую нас беспредельность... Пока ты действуешь, ты действуешь очень хорошо, но когда ты думаешь, тебя всегда заносит. У тебя есть только тогда проблема с пониманием духа, когда ты думаешь о нем, но когда ты действуешь, дух легко открывается тебе... Тем не менее, не имея ни малейшего шанса понять, что такое дух, маг оперирует им. Он узнает его, подзывает его, знакомится с ним и выражает его своими действиями». (Кастанеда.)

Таким образом, мастер управления реальностью – это человек, познавший невозможность управления. Еще несколько цитат, чтобы лучше это прояснить.

«Логика приводит к парадоксам, а разрешает эти парадоксы инсайт».

«Ошибочен любой алгоритм творчества, поскольку это попытка организовать то, что дает эффект только тогда, когда не организовано».

«Видишь ли, аккуратная расстановка мыслей и дел не для меня. Для меня порядок отличается от аккуратной расстановки вещей». Она претендовала на то, что мы можем менять все без прямого вмешательства в процесс, и в то же время даже не зная,

как мы собственно это делаем. Для жителей запада это немыслимое заявление. Когда мы находим, что влияем на ход событий без прямого вмешательства в них, мы думаем о совпадении, как единственном серьезном объяснении происходящего; мы верим, что прямое вмешательство представляет собой единственный способ изменения всего. Они (истории, рассказанные Мерседес) указывали на непонятную возможность стать более влиятельным в формировании хода событий, отказавшись от прямого посредничества». (Флоринда Доннер.)

«...Это невозможно объяснить, поскольку не может быть рационального способа познать бытие. Видящим не оставалось другого выхода, кроме как принять то, что их знание основано на взаимопротиворечащих предпосылках.

Я спросил:

– Но почему они разработали систему, содержащую внутренние противоречия?

– Ничего они не разрабатывали, – ответил он. – Видящие открыли непреложные истины, они увидели их такими, какие они есть. Вот и все.

– Вот, например, видящий должен быть методичным, рациональным существом, образцом трезвой уравновешенности; и в то же время он должен всячески избегать этих качеств, чтобы быть абсолютно свободным и открытым по отношению к чудесным тайнам бытия». (Кастанеда.)

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Сейчас июнь 2004 года. За трудами я и не заметил, как пришло лето. Идут самые длинные дни в году. Написаны две книги. Теперь читатель в полной мере сможет оценить слова величайшего ученого 17 века Блеза Паскаля: «Смирись, бессильный разум, умолкни, глупая плоть; узнай, что человек бесконечно превышает человека». Было бы обидно не раскрыть те удивительные возможности, которыми наделено каждое человеческое существо. С детства нам много говорили о том, что надо развивать разум и тело. Но гораздо реже нас учили совершенствовать дух. Самое сложное – это донести в логически согласованном виде суть окружающей нас беспредельности. В издательстве мне сказали, что по каждой главе можно написать целую отдельную книгу. Так же говорили и некоторые мои друзья, прочитавшие рукописи. Такое тематическое разнообразие в моих книгах не случайно. Нам приходится осмысливать множество сторон жизни, если мы хотим увидеть проявления законов реальности во всей их непостижимой красоте. Но для практического использования всех этих знаний необходимо вспомнить второе правило воина: «В стремлении к простоте воин отбрасывает ненужные действия». И ненужные знания отбрасываются тоже. Из всего объема информации следует вывести простую практическую формулу – квинтэссенцию. У каждого эта формула будет своя, и на каждом этапе совершенствования она будет меняться.

Ученики спросили Будду: «Учитель, объясни нам кратко, что такое Путь». Будда на мгновение задумался, а затем просто поднял вверх цветок. И некоторые из учеников сразу достигли просветления. Остальные сказали: «Учитель, мы не поняли. Объясни нам более доступно, что такое Путь». Будда указал взглядом на цветок и выбросил его. Остальные ученики поняли его и также достигли просветления.

Иногда человеку достаточно одного слова или жеста, чтобы он полностью сумел изменить свою жизнь, а другим не помогут и все знания мира. Тут мы подходим к трем важнейшим понятиям магии, о которых до сих пор упоминалось только вскользь: вызов, сила и намерение.

Суть этих трех понятий в следующем.

1. Сложная жизненная ситуация становится вызовом для человека.

2. Если он не избегает вызова, то вступает в борьбу и начинает работу с собственными ограничениями.

3. В борьбе он проводит необходимую работу над собой, вследствие чего приобретает духовную силу.

4. Чем больше он набирает силы, тем больше его способность генерировать намерение. Намерение – это желание без желания, управление интуицией.

5. Намерение всегда приведет нас в нужное место в нужное время и поможет найти точный поступок в любой ситуации.

6. И тогда мечты исполняются.

7. Сила – вот квинтэссенция управления реальностью.

Более подробно мы поговорим с вами об этом в следующей книге.

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Айзенк Ганс. Исследования человеческой психики. Почему мы ведем себя именно так. Москва: «Эксмо-пресс», 2001.
2. Бассионе Кристиане. Воспитание народоубийц. О принуждении к послушанию. С-Пб: «Академический проект», 1999.
3. Барбара О'Брайен. Необыкновенное путешествие в безумие и об-ратно. Москва: «Класс», 1996.
4. Боумен Кэрол. Прошлые жизни детей. Киев: «София», 1998.
5. Бхагават-Гита, как она есть. Москва, Ленинград, Калькутта–Бом-бей, Нью-Дели: «Бхактиведанта Бук Траст», 1990.
6. Вагин Игорь. Думай и побеждай. Москва: «Рипол-классик», 1998.
7. Веллер М. Всё о жизни. С-Пб: «Пароль», 2004.
8. Волински Стивен. От транса к просветлению. Психотехники де-программирования сознания. Москва: ИВЦ «Маркетинг», 2002.
9. Виилма Лууле. Душевный свет. Остаться или идти. Без зла к себе. Екатеринбург: «У-Фактория», 2000.
10. Гавейн Шапти. Созидающая визуализация. Минск–Москва: «Вида-н-Либрис», 1997.
11. Гитин В.Г. Это жестокое животное – мужчина. Москва: «АСТ», Харьков: ООО «Торгсин», 2002.
12. Гитин В.Г. Эта покорная тварь – женщина. Москва: «АСТ», Харь-ков: ООО «Торгсин», 2002.
13. Гордон Д., Майерс-Андерсен М. Терапевтические шаблоны Мил-тона Эриксона. Харьков: ИЧП «Рубикон», 1995.
14. Гриндлер Д., Бендлер Р. Из лягушек в принцы. Воронеж: НПО «Модек», 1994.
15. Гриндлер Д., Бендлер Д. Семинар по НЛП. Москва: Независимая ассоциация психологов-практиков, 1997.
16. Гроф Станислав. За пределами мозга. Москва: Издательство Трансперсонального института, 1993.
17. Гроф Кристина, Гроф Станислав. Неистовый поиск себя. Москва: Издательство Трансперсонального института, 1993.
18. Гурангов В., Долохов В. Учебник везения. С-Пб Москва, Харьков, Минск: «Питер», 2000.
19. Гурангов В., Долохов В. Технология успеха. С-Пб, Москва, Харь-ков, Минск: «Питер», 2000.
20. Данилин Александр. ЛСД. Галлюциногены, психоделия и фено-мен зависимости. Москва: «Центрполиграф», 2003.
21. Дей Лора. Самоучитель по развитию интуиции. Москва: «АСТ», «Астрель», 2002.

22. Джеймс Вильям. Многообразие религиозного опыта. Москва: «Наука», 1993.
23. Джонсон Роберт. Сновидения и фантазии. (Внутренняя работа. Использование сновидений и активного воображения для личного роста.) Москва: «REFL-Бук», «Ваклер», 1996.
24. Жикаренцев Владимир. Жизнь без границ. С-Пб: «Золотой век», «Диамант», 1998.
25. Жикаренцев Владимир. Путь к свободе. Как изменить свою жизнь. С-Пб: «Золотой век», «Диамант», 1998.
26. Кандыба Д. В. Техника гипноза. Состояние Кандыбы. С-Пб, 1994.
27. Капра Фритъор. Дао физики. Киев: «София», Москва: ИД «Ге-лиос», 2002.
28. Карнеги Дейл. Как завоевывать друзей и оказывать влияние на людей. Минск: «Беларусь», 1990.
29. Карнеги Дейл. Как перестать беспокоиться и начать жить. Минск: «Беларусь», 1990.
30. Кастанеда К. Учение дона Хуана. Киев: «София», 1992.
31. Кастанеда К. Отдельная реальность. Киев: «София», 1992.
32. Кастанеда К. Путешествие в Икстлан. Киев: «София», 1992.
33. Кастанеда К. Сказки о силе. Киев: «София», 1992.
34. Кастанеда К. Второе кольцо силы. Киев: «София», 1992.
35. Кастанеда К. Дар орла. Киев: «София», 1992.
36. Кастанеда К. Огонь изнутри. Киев: «София», 1993.
37. Кастанеда К. Сила безмолвия. Киев: «София», 1993.
38. Кастанеда К. Искусство сновидения. Киев: «София», 1993.
39. Кастанеда К. Активная сторона бесконечности. Киев: «София», 1997.
40. Кастанеда К. Колесо времени. Киев: «София», 1998.
41. Кемпински А. Психология шизофрении. С-Пб: «Ювента», 1998.
42. Князева Е.Н., Кудряшов С.П. Законы эволюции и самоорганизации сложных систем. Москва: «Наука», 1994.
43. Козлов Николай Иванович. Формула успеха. Москва: «АСТ-пресс», 2002.
44. Козлов Николай Иванович. Книга для тех, кому нравится жить. Москва: «АСТ-пресс», 2002.

45. Коэльо Пауло. Алхимик. Киев: «София», Москва: ИД «Гелиос», 2003.
46. Коэльо Пауло. Воин света. Киев: «София», Москва: ИД «Гелиос», 2003.
47. Криппнер С., Диллард Д. Сновидения и творческий подход к решению проблем. Москва: Издательство трансперсонального института, 1997.
48. Кэролайн Мисс. Анатомия духа. Москва: «ЭТП», 2001.
49. Лаберж Стивен. Практика осознанного сновидения. Киев: «София», Москва: Издательство трансперсонального института, 1996.
50. Лазарев С. Н. Диагностика кармы. Книга 1–8. С-Пб: Академия психологии, 1997–2003.
51. Линн Дениз. Указатели, знаки, знамения. Киев: «София», Москва: Издательство трансперсонального института, 2002.
52. Малахов Г. П. Голодание. С-Пб: ЗАО «Весь», 2000.
53. Марез Т. Возвращение воинов. Киев: «София», 1997.
54. Марез Т. Крик орла. Киев: «София», 1997.
55. Марез Т. Туманы знания драконов. Киев: «София», 1998.
56. Марез Т. Мужское и женское. Книга 1, Книга 2. Киев: «София», Москва: ИД «Гелиос».
57. Меняйлов А. Катарсис. Подноготная любви. Москва: ИД «Ге-лиос», 2001.
58. Меняйлов А. Россия. Подноготная любви. Москва: ИД «Крон-пресс», 1997.
59. Мосс Роберт. Осознанные сновидения. Киев: «София», 2001.
60. Новоженев Ю.И. Статус секс и эволюция человека. Свердловск: Университет, 1998.
61. Ницше. Так говорил Заратустра. С-Пб: «Азбука», Книжный клуб «Терра», 1996.
62. Ошо. Интуиция. С-Пб: ЗАО «Весь», 2002.
63. Пиз Алан, Пиз Барбара. Язык взаимоотношений: мужчина и женщина. Москва: «Эксмо-пресс», «Эксмо-маркет», 2000.
64. Пил Норманн. Энергия позитивного мышления. Москва: Издательство «Торговый дом Пранд», 1998.
65. Притчи человечества. Сост. Лавский. Минск: «Лотаць», 2002.
66. Ротенберг Вадим. Сновидения, гипноз и деятельность мозга. Москва: Центр гуманитарной литературы «Рон», 2001.
67. Сайссон Колин П. Экстаз дыхания. Центр психологического тренинга «Breathe», 1999.

68. Сатпрем. Шри Ауробиндо, или Путешествие сознания. Бишкек: Кыргызский филиал Инкоцентра РИА «Глобус», 1992.
69. Свияш Александр. Как почистить свой сосуд кармы. С-Пб: Пред-приниматель Сироткин А. Э. «Мим-дельта», 1998.
70. Свияш Александр. Как быть, когда все не так, как хочется. С-Пб: Предприниматель Сироткин А. Э. «Мим-дельта», 1998.
71. Свияш Александр. Карма. Жизнь без конфликтов. С-Пб, Москва, Харьков, Минск: «Питер», 1999.
72. Сикорийский Сотилиан. Путь дурака. С-Пб, 1999.
73. Синельников В. Сила намерения. М.: «Центрполиграф», 2002.
74. Сильва Хозе, Стоун Роберт. Получение помощи от «другой стороны» по методу Сильва. Минск: «Попурри», 2001.
75. Соло Всеслав. Как стать магом и остаться в живых. Москва: «Оникс», 1995.
76. Степанов Сергей. Психологические подсказки на каждый день. Москва: «Эксмо», 2003.
77. Сытин Г. Н. Самоубеждение как эффективный метод оздоровления-омоложения. Москва: «Эксмо», 2003.
78. Таранов П. Секреты поведения людей. Москва: Издательство «Торговый дом Гранд», 2001.
79. Тафт Чарльз. Практика внимательности в повседневной жизни. Москва: Издательство трансперсонального института, 1996.
80. Хаббард Рон Л. Дианетика. Современная наука душевного здоровья. Москва: «Воскресенье», «Нью эра пабליкейшн груп», 1998.
81. Холл Даг. Стань первым. Москва: «Вече–Персей–АСТ», 1996.
82. Чудаков В.И. Физико-математические основы теории мышления. Харьков: Университет, 1997.
83. Шеток И.Х. Опыт внимательности. Ньянапоники. Внимательность, как средство духовного воспитания. Буддистский метод саттипат-хана. Москва: Издательство трансперсонального института, 1996.
84. Шил Пол. Раскройте свой природный талант. Минск: «Попурри», 2000.
85. Эльячефф Каролин. Затаенная боль. Дневник детского психоаналитика. Москва: «Кстати», 1999.
86. Юнг К.Г. Синхронистичность. Москва: «Ваклер», 1997.