

Н. В. БОДЯГИН

ПРОИЗВОДСТВО СЧАСТЬЯ



Николай Викторович Бодягин

Производство счастья

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=70332376

SelfPub; 2024

Аннотация

Оригинальная попытка объединения достижений материальных и духовных технологий человечества. Ее смысл не только в перспективах их взаимного обогащения, но и в решении главной задачи любого человека – стать счастливым. Анатомия счастья и концепция его производства основаны на строгих и проверяемых научных положениях. Но используемый автором личностный подход, наполненный человеческим духовным измерением, погружает читателя в необычную творческую атмосферу. Автор убежден в том, что состояние радости и счастья достижимо с помощью науки и разумности человека.

Содержание

О себе (вынужденно)	6
1. Идея	10
2. Чего на самом деле хочет и добивается человек. Анатомия счастья	12
3. Язык диалога	23
3.1. Материальные и духовные технологии	24
3.2. Принципы перевода	29
3.3. Лечебные технологии	38
3.4. Ограничения и парадоксы	40
3.5. Выводы	42
4. Взаимное оплодотворение технологий	46
4.1. Ценность жизни	47
4.2. Все внутри	53
4.3. Ритм	62
4.4. Использование природных движений	66
4.5. Профилактика	69
4.6. Взаимосвязь	71
4.6.1. Все связано	72
4.6.2. Автономная эволюция	75
4.6.3. Автоматизм сознания	81
4.6.4. Бессознательное	84
4.6.5. Природа страданий	91
5. Технологии прекращения страданий	100

5.1. Обретение спокойствия	105
5.2. Медитация	109
5.3. Сострадание	116
5.4. Установление границ	127
5.5. Работа с телом	132
5.6. Изменение угла зрения	134
5.7. Юмор	136
5.8. Радость	140
5.9. Стресс	142
5.9.1. «Вред» стресса	143
5.9.2. Экстремальный стресс	147
5.9.3. Использование стресса	150
5.9.4. Модуляция	158
5.9.5. Выводы	160
5.10. Автоматизмы и заикленность	161
5.10.1. Природа автоматизмов	162
5.10.2. Ментальная заикленность	164
5.10.3. Последствия	167
5.10.4. Как разорвать круг	176
5.10.4.1. Дайте что-нибудь новенькое!	177
5.10.4.2. Расширьте горизонты и не прячьтесь	180
5.10.4.3. Играйте полюсами	182
6. Физические методы ментальных трансмутаций – алхимия счастья	185
6.1. Возможность	186
6.2. Экспериментальные возможности	193

6.3. Управление	199
6.3.1. Запись состояний	200
6.3.2. Донорство	203
6.3.3. Каналы связи	204
6.3.4. Автостимуляция	207
6.3.5. Выводы	208
7. Последняя любовь человечества	212
8. Еще несколько слов	221

Николай Бодягин

Производство счастья

О себе (вынужденно)

Причина не в том, что мне некому рассказать про себя или мне нужно ваше внимание и признание. Нет. Это безразлично. А правда в том, что предмет книги – счастье – не может быть понят в отрыве от личности. Это не физика, не химия, не религиозные догматы, где суть написанного не зависит от автора.

Свидетельство о счастье может носить только личностный характер.

Кривые дороги вели меня к этой книге. На свет ей позволили появиться понимание своей безнаказанности, непомерная самоуверенность и растоптанное чувство природной интеллигентности, привнесенное ненужными книгами и доставшееся мне от матери.

Когда-то я много пил, не чокаясь, без посторонних, без ненужных тостов, т.е. не официально. Мне это нравилось: ангелы, поющие в голове (пока не перебрали), свет разбуженного сердца и струящаяся мысль об остающемся в бутылке чуде.

Но с рассветом ангел превращался в демона, одержимо-

го идеей заставить меня искупить вечернее вдохновение и грязные помыслы.

И я... бросил! Завязал!

И что... Сука!

Ни хера счастья не прибавилось. А безучастные ко мне обстоятельства приобрели зловещий оттенок.

Кричала душа моя:

– пейте и будьте счастливы! Или не пейте, все равно не будете;

– оскверняйте здравый смысл во имя Отца и самих себя;

– не ищите и не обрящете;

– когда вы что-то ищете, то находите то, во что верите.

В общем, трезвая жизнь разбудила во мне еще более отчаянного «алкоголика».

В отсутствии таланта уговаривать свои органы, которые ниже верхних, не буйствовать при виде изящных женщин воплощался я в своем первородном грехе любви к ним.

Вот такая веселая смесь: алкоголика, ученого, бабника, деляги, несостоявшегося поэта, андреналинщика.

Я имею разносторонние знания о людях из разных миров. Мне удастся жить на двух сторонах Луны, которые никогда не встречались.

И вывод был таков: не стоит уничтожать в себе плохое. На этом месте завтра может вырасти не добро, а еще больший демон.

Святыми чистыми истинами хочется украсить дорогу к

себе и сердцу читателя. Но получается, что в любой истине лжи ровно пополам с правдой. Неидеальность лучше идеальности. Я нашел такое равновесие. Это позволило не впасть в соблазн избежать противоположности и не пристать к «правильному» берегу.

Я научился смеяться над собой, и это научило уважать и любить себя и свои грехи. Всегда ищи и найдешь смешное в себе. Это я усвоил, успокоился и возрадовался.

Вдохновленный личным опытом борьбы со свалившимся на меня счастьем и окончательно ошалевший, я решил, что могу напечатать и пустить по миру эту книгу. Стоило для меня это смешных денег, которые и так тратить было некуда.

Ну где же здесь доверительный интервал к словам такого человека?

Да и можно ли верить тому, кто не получил двух разных оценок в институте? Где бьется живое в этом угрюмом скучном графике отличника? Скуден чувством и безупречно статичен.

Какой смысл в моей исповеди?! Странно! Исповедь совпадает со словом исподнее. А где это вы нюхали благоухающее человеческое исподнее? Коктейль из пота, мочи, липкого страха и стыдливого сокрытия внутреннего зверя. Вот он настоящий запах истин и откровений.

Есть единственное во мне оправдание. Через любовь и уважение к себе, из своих чувств, мыслей и ошибок хотел я соткать эту книгу, воплощая в ней ясную, краткую чест-

ность.

Внешне я часто буду выглядеть как безответственный циник. Но за свои слова и решения я несу ответственность, всегда опираясь на знание.

Я, конечно, недостаточно знаю этот мир. И в книге нет ничего принципиально нового (так же как и в любой другой). Но, несмотря на многочисленные цитаты и ссылки, она целиком выросла из меня. По ней я могу изучать самого себя и свое счастье.

Моя главная цель – чтобы Князь мира сего стал Князем счастья. Но для этого пока нет универсального рецепта.

Господи, мне нравится эта книга! Как же Ты вдохновил меня вывалить столько херни тем, кто никогда ее читать не будет! Я и представить не мог, что Ты можешь вызвать такую лавину словоблудия из когда-то появившейся крошечной мысли.

Надеюсь, что книга получилась короткой и я не наплел всю глупость, на которую способен.

Дочитав до этого места, дальше можно пропустить всю нижележащую околесицу и без потери смысла сразу перейти к последним частям – 6, 7 и 8. Читать все – это удел скучных ученых и одиноких женщин.

1. Идея

Парадоксально, но большинство наших проблем – старение, смерть, болезни, страх и другие – связаны не столько с давлением окружающей среды и образом жизни, а вызваны тем, что человек мыслит себя отдельно, вне мира. Изменив угол зрения на отношения с реальностью и соединив его с достижениями современной науки, можно получить совершенно новые идеи для поддержания ментального и физического здоровья.



– это часть целого, которое мы называем «Вселенная», часть, ограниченная во времени и пространстве. Однако он [человек] воспринимает себя, свои мысли и чувства как нечто отдельное от этого целого, что можно назвать своего рода оптической иллюзией сознания.Не питать их [мысли и чувства о

том, что человек нечто отдельное от Вселенной], а пытаться преодолеть – вот путь к достижимой мере душевного спокойствия.

Альберт Эйнштейн

2. Чего на самом деле хочет и добивается человек. Анатомия счастья

Добыча смыслов, радости и счастья является, по сути, главной работой для человеческого ума и тела. Этого ищет и жаждет любой человек.



Смысл жизни в том, чтобы найти счастье...

Все религии, по существу, являются средствами, помогающими людям стать более совершенными. Если в некоторых религиях основная практика предусматривает чтение молитв, а в других – умирение плоти, то суть практики буддизма заключается в преобразовании и совершенствовании разума.

Несмотря на разнообразие подходов и терминологий, все религии приходят к небольшому числу одинаковых истин, которые породили подобные по смыслу практики. Их цель – совершенствовать наше сознание и достигать состояния, которое внутренне можно оценивать как радость или счастье.

Для понимания возможности достижения такого состояния необходимо обратиться к устройству нашей психики.

Существует ли счастье

само по себе или это порождение веры, миф, легенда сознания, охраняющего свое одиночество?

Исторически считается, что счастье – это состояние индивидуальной веры, а не внешних обстоятельств. Но вера сама по себе не делает нас счастливыми.

Я же сторонник идеи, что счастье – это результат объективных состояний тела и психики.

Стерилизация счастья

до чистого понятия и состояния невозможна. Это величина равнопеременная со страданиями и омрачениями. Человек не может быть счастлив и радостен и одновременно огорчен. Он либо спит, либо радостен и счастлив, либо огорчен. Если нет этих ощущений, он пьян мертвецки.

Долговременные состояния – всего лишь длительное смещение равновесия между этими полярностями.

Например, мой ангел и демон одновременно живут то в моей голове, то в сердце, то посещают кишечник, а чаще все-

го – половой орган. Но они никогда не встречались.

Счастье и Природа.

Сколько несчастий и потерянного времени устилают жизнь ищущих счастья вне законов Природы. Для их успокоения возведены храмы терпимости и спокойствия. Но пусты они, и не слышат служащие в них ни своих, ни чужих голосов. Иконы этих храмов в красивых окладах пропитаны ядом смерти.

Но не забыты и не разбиты сияющие истины Природы. Много совершенств высекла она из камня косной материи.

Лучшие из них в человеке – смех и радость. И они выше любви и сострадания.

Мы должны с уважением относиться к Природе. Нам стоит наблюдать за ней, но не надо ей ничего подсказывать. А свое непомерное самомнение о самом себе как Великой Сущности очень полезно свести до винтика Вселенной.

Счастье и личный опыт.

Личный опыт – источник выбора пути к счастью. Он же – источник главных заблуждений относительно него.

Мы все похожи на свое счастье, настолько, насколько не похожи на самих себя.

Возможно ли счастье?

Или мы просто выполняем свое биологическое назначение: размножаемся, продолжая победный путь Кода жизни, а наше счастье заключено в половых железах и имеет его размеры? Мы становимся счастливыми, только правильно вы-

полняя эти функции?

Это одна из парадигм счастья: выжать все из своих детопорождающих органов и продолжать жить любой ценой. И ни к чему другому счастье не имеет отношения. Для мужчины оно только в женщине, и наоборот.

Но от длинной жизни часто нет никакого толку. Много, что мы считаем живым, уже кормит червей и отдано на растерзание хаосу.

На какое расстояние

надо подойти к счастью, чтобы разглядеть его?

Счастье становится счастьем только на счастливом расстоянии. Даже стая серых воробьев издали может показаться сказочной птицей.



соответствии с господствующим во всей природе принципом комплементарности всякое психическое развитие... – имеет свой оптимум, который в случае своего превышения... превращается в свою противоположность.

Не подходите близко к своему счастью. Вблизи оно может превратиться в несчастье, а его тонкие детали становятся липкими, порождая заикленность и страдания.

Счастье относительно, все истины – полуистины.

Динамика счастья.

Нуждается ли счастье в каком-либо объективном предмете или состоянии, в строго очерченном детерминизме? Если это происходит, оно быстро стареет, превращается в окаменелую традицию и умирает. Счастье не может быть статичной неподвижной догмой. Оно, как и все в мире, изменчиво. Счастье сегодняшнее подлжит распаду и превращению завтра в несчастье. Настоящее счастье должно иметь нечто превосходящее по глубине любую ситуацию и само время. Оно должно впечатываться в последовательность событий светящейся строчкой и нуждается в форме и направлении. Этим может быть, например, знание.

Счастье может возникать и существовать только в соответствии с законами Природы. Оно колеблется между разными полюсами. Это динамический процесс, а не состояние. В противном случае оно быстро исчерпало бы свой ресурс жизнеспособности. Гладкий график человеческой психики свидетельствует о страхе и умирании.

Динамичность счастья – это вызов для человеческого разума.

Счастье – это разновидность психической энергии, кото-

рая может растрачиваться бессмысленно и неуправляемо.

Все дороги ведут к счастью, но не все счастливы на своем пути. Но в конце жизни, опускаясь в коллективное бессознательное и ниже, все становятся безупречно спокойны.

Готовность к счастью.

Почему мы, многое понимая, не можем стать счастливыми немедленно, сейчас? Мы не хотим и боимся стать такими. В этом вся игра. Внутренний страх останавливает нас перед всегда открытой дверью счастья. Страх, что, как только мы войдем в нее, наше существование прекратится. Мы почти всегда готовы променять само счастье на время его ожидания. Сколько прекрасных мыслей было у меня! Из них самой прекрасной была мысль не превращать помыслы в дела.

На одном полюсе – свободный выбор, субъективная готовность, на другом – бессознательное торможение. Этот колебательный процесс часто не имеет окончательного стационарного решения и может продолжаться в течение всей жизни.

Возможность достижения счастья – результат субъективной готовности его принятия. Поэтому необходимо искать возможности возвращать свое счастье.

Перефразируя Юнга, помочь стать счастливым можно только тому, кто этого хочет любыми средствами. Но если на самом деле его задача – не становиться счастливым любыми средствами, помогите ему этого не делать; только тогда с ним

будет все в порядке.

Счастье как наследуемый архетип.

Счастье не может быть спонтанным и возникнуть из ничего. Возможность и готовность к счастью растет из бессознательного. Иначе оно вообще не могло быть осознано даже под влиянием благоприятных объективных факторов.



бы хотелось верить в свою волю, в свою энергию, в то, что мы можем что-то сделать, но как доходит до дела, мы обнаруживаем, что способны на это лишь в определенной мере, ибо нам мешают эти маленькие дьяволы – комплексы. ...Наше индивидуальное бессознательное состоит из неопределенного количества комплексов или фрагментарных личностей.

Карл Густав Юнг

ДНК передает детям черты психики родителей и их опыт из прошлого. Счастье и предрасположенность к нему, так же как глаза, кожа и другие внешние черты, являются наследуе-

мыми свойствами. Мы являемся заложниками осадков опыта прошлых поколений, содержащихся в нашем бессознательном. Счастье в определенной мере является врожденной исторической категорией и представляет наследственный архетип.

Поэтому счастье как наследие может достигаться легко, но и не достигаться в принципе, вне зависимости от внешних обстоятельств. Есть категория людей, остающихся несчастными в любых условиях. В этом случае искусственные воздействия на психику могут только ослабить наследуемые страдания.

Счастье и страдания – врожденные свойства нашей личности. Поэтому, хотя в большинстве случаев мы привыкли ссылаться на внешние обстоятельства, нам не стоит преувеличивать их значимость. Многие, если не все, внутри личности.

Счастье и внешние обстоятельства.

Сознание и его различные состояния хотя и растут из бессознательного, но и одновременно являются продуктом внешней среды, которая силой трансформирует инстинкты человека. В этом кроется возможность внешнего искусственного управления этими состояниями. Само бессознательное тоже меняется под воздействием принудительной силы реальности.

Счастье и долина роз.



и полнота жизни требуют равновесия радости и страдания... счастье отравлено, если не исполнена мера страдания.

Карл Густав Юнг

Путь к счастью является неизбежно мучительным и точно не лежит через долину роз. Страдание, страх неизбежны, но они – всего лишь свидетельство движения. Эти неуничтожимые полярности сплавятся в человеке в единую сущность и дают энергию для развития. Счастье всегда имеет цену и никогда не дается бесплатно.

Встреча с самим собой.

Мы все ищем Бога и идем к Нему. Но главное – на этом пути не встретить самого себя, свою тень. Но настоящее глубокое непоколебимое счастье не может быть достигнуто без встречи с самим собой.



к самому себе рискует с самим собой и встретиться.

Встреча с самим собой принадлежит к самым неприятным.

Самопознание – это приключение, которое неожиданно заводит очень далеко. Даже от умеренно глубокого знакомства с «тенью» может приключиться большое смятение и потемнеть в голове, поскольку оно создает личные проблемы, о которых человек до этого даже и не подозревал.

Карл Густав Юнг



ценность человека определяется прежде всего мерой и смыслом, в котором он достиг освобождения от самого себя.

Альберт Эйнштейн

Очень немногим удалось встретить самих себя и полностью освободиться от предрасположенностей и предрассудков.

Для того чтобы проснуться, надо, чтобы уснули все остальные.

3. Язык диалога

3.1. Материальные и духовные технологии

Ментальные (духовные) технологии (МТ) напрямую нацелены на уменьшение страданий и поиск счастья. Но их возможности для многих людей остаются неизвестными.

Технологии материального производства (ЕТ – естественные технологии), растущие из естественных основ материи, распространены и влиятельны намного больше. Их заявляемой целью является достижение максимально комфортной материальной составляющей жизни, но при этом они воплощают внутреннюю потребность человека в познании и овладения силами Природы. Это проявление в человеке всеобщего закона, действующего на всех уровнях материи. Ницше назвал его «волей к власти».

Оба направления технологий, по-разному обозначая цели, не расходятся в главном, движутся навстречу друг другу, реализуя одно и то же в разных сферах. У них нет принципиальных противоречий. Ни у одной нет превосходства. Мнимая однобокость цели материальных технологий в виде достижения материального благополучия даже в ущерб духовной составляющей – не их собственная сущность. Они не содержат внутри себя никакой смысловой окраски. Это проблема их использования конкретными людьми.



о внешних феноменах и применение этого знания – вот что мы сейчас называем наукой. Подход и методы, направленные на познание и применение преимущественно внутренних феноменов, таких как сознание или ум, составляют еще одну область знания. При этом и в том, и другом случае преследуется одна и та же цель – достижение счастья и удовлетворения, т.е. сокровенных желаний каждого человеческого существа.

Восток всегда более заботило познание ума, а Запад – познание материи. Теперь, когда они встретились, духовная и материалистическая компоненты познания жизни могут быть более гармонизированы.

Далай-лама

В то время, когда одна часть мира оскверняла себя борьбой за власть, войнами и прочими упражнениями, обильно орошая свой путь кровью, а другая «собирала корешки и верхушки», чтобы просто выживать, буддисты, вдохновленные

своим учителем, уже всюду решали проблемы сознания человека, избавления его от страданий, обретения счастья и т.д. И занимались этим они вполне научно и прагматично.

Вероятно, первым западным философом, кто понял практическую суть буддизма, был Ф. Ницше.



На основе этих физиологических условий возникло состояние депрессии, против него и выступил со своей гигиеной Будда. ...Он требует представлений, успокаивающих или развеселяющих – он изобретает средства отлучить себя от других. Он понимает доброту, доброжелательное настроение как требование здоровья... Буддизм – философия для поздних людей, для добрых, нежных рас, достигших высшей степени духовности, которые слишком восприимчивы к боли (Европа далеко еще не созрела для него), он есть возврат их к миру и веселости, к диете духа и известной закалке тела...

Будда – глубокий физиолог. Его «философия», которую можно было бы скорее всего назвать гигиеной,

дабы не смешивать с такими достойными жалости вещами, как христианство...

Не враждою заканчивается вражда – дружбою оканчивается вражда – это стоит в начале учения Будды: так говорит не мораль – так говорит физиология.

Ф. Ницше

Буддизм в этом смысле имеет «еретические» цели. Но только в понимании «низших рас» (Ф. Ницше) и людей.

Духовные практики – это, по сути, ментальная кибернетика, наука ума. Ее главные приемы:

– обретение спокойствия – ослабляет интенсивность и напряженность ментальных и физиологических потоков на всех уровнях организма, усиливает степень открытости сознания к окружающему миру;

– развитие сострадания, изменение угла зрения, «лечебный» стресс – разрушают заикливание человека на себе, повышают тональность сознания;

– медитация – останавливает действие факторов, беспокоящих сознание, улучшает ментальное состояние, способствует осознанию реальности.

Эти методы очень практичны в современном мире, хотя и не имеют привычного нам цифрового измерения. Ментальные технологии – устранения страданий, заикленности, обретения спокойствия, переключения внимания, преодоления «ударной волны» и другие – направлены на поддер-

жание естественного движения энергии и материи, сохранение резервов и возможностей организма и сознания. А наши ментальные траты – возможно, самые серьезные платежи в жизни. Используя их, можно прожить дольше, а главное, счастливее.

Буддийские духовные практики, по сути, являются технологиями, обладая всеми их признаками. Разница с технологиями материального производства только в том, что они реализованы в ментальной сфере. Буддизм, как и наука, лишен моральных предрассудков и практичен. Буддисты исследуют то, что необходимо, то, где возможен практический результат, и, по сути, пользуются для этого методами науки.

Серьезнейшим аргументом в их пользу является успешность в самых масштабных в истории человечества экспериментах с миллиардами участников. Огромные количества людей с их помощью смогли уменьшить страдания, осознать собственную Природу, наполнить свое существование смыслом.

Поэтому именно у буддийских практик есть наибольшая вероятность успешного соединения с материальными технологиями к общей пользе для обоих.

3.2. Принципы перевода

Духовные практики и материальные технологии – это результат эволюции разных уровней материи: духовной и материальной. Сущностные законы этих уровней одинаковы. Не должно быть иллюзий, что наша душа и наше «Я» – нечто совершенно отдельное от тела, от физического мира.

Просто часто высшие уровни организации материи из-за сложности и отсутствия знаний о них так не похожи на нижние, что представляются нам иным, самостоятельным, явлением.



деятельность является более тонкой и сложной для контроля по сравнению с физическими и вербальными действиями. ...В этом смысле духовные практики, объектом которых является ум, более тонкие и требуют больше усилий.

Далай-лама

Но в Природе нет никаких разрывов и нет таких субстратов, областей во времени и пространстве, между которыми не существовало бы взаимосвязи. Сущее и вне Сущего существующее едино и неразрывно.

Общие законы одинаковы для всех уровней реальности. резонанс, ритм, вибрации, полярность и т.д.

«Как вверху, так и внизу». Этот фундаментальный принцип позволяет «бесплатно» и эффективно перекладывать знания об одном уровне на другой и прояснять темные моменты даже в отсутствие экспериментальных данных. Это делает возможным и полезным взаимообмен между ментальными и материальными практиками.

Такое взаимное комбинирование совсем не ново. Это важнейший принцип создания новых технологий, материалов и устройств.

Выявлением связей духовных учений и современной науки занимаются давно. Среди них много известных физиков: Тесла, Гейзенберг, Бом, Капра и др. В последнее время духовные практики буддизма активно исследуют нейробиологи. Но до сих пор эти две ветви технологий по-настоящему не пересекались.

Но еще задолго до этого:



всегда подчеркивал равновесие мудрости и сострадания: хороший ум и доброе сердце должны работать вместе.

Далай-лама

Моя цель – перевести философские результаты и духовные (ментальные) практики буддизма на язык естественных наук и технологий, «офизичить» понятия: сострадание, счастье, радость, сотрудничество, спокойствие и т.д.

Методы духовных практик, инкорпорированные в материальные технологии, могут существенно повысить их эффективность, способствовать созданию новых материалов и процессов, в т.ч. информационных. С другой стороны, подобное заимствование должно сделать будущие технологии более гуманистическими и безопасными для следующих поколений. В конечном итоге они смогут решить важнейшую задачу человеческой жизни – достижение здоровья и счастья.

Несмотря на кажущуюся нефизичность и ненаучность,

духовные методы в конечном итоге могут оказаться более эффективными, чем используемые сегодня: химические взаимодействия, поля, вибрации, излучения и т.д. В силу их фундаментальной общности и соответствия природным движениям они будут задавать вектор развития научных методов и способны существенно обогатить технологии материального производства, информации, бизнеса и других областей практики.

Взаимопроникновение технологий позволит прояснить истинный смысл наших усилий по преобразованию реальности. Не может же быть их конечной целью безопасное сидение на мягком диване в окружении киберслуг и изобильной еды!

Истинные цели материальных технологий в обретении энергий, которые можно производить везде, всегда и в количествах, необходимых для обеспечения потребностей человека на уровне, позволяющем не бороться за них, а активно прогрессировать ментальной сфере. Осознание этих целей как духовных состояний человека имеет не только понятийное значение, но способно серьезно влиять на ход эволюции материального производства, привести к возникновению новых областей знания и практики. Обоснованию этого и определению контуров будущих технологий посвящена настоящая работа.

Такой синтез должен решить одну из важнейших проблем современной версии науки – вернуться к своему началу и

включить человека и сознание в картину мира. Наука в конечном итоге должна обрести «цвет, тепло, голос».

Наука, достигнув высот в покорении материального мира, практически не занималась сознанием. Но скоро придет черед ее главного дела – человеческой психикой, используя свой опыт общения с материей.

Отсутствие научнообразных результатов в области исследования психики не означает, что они не могут быть получены. Это, с одной стороны, исторически сложившееся отсутствие интереса к этому объекту, а вероятнее всего, нечто более важное – страх перед самим объектом.

Многомерность и сложность духовных учений и практик не позволяет разложить их на простые составляющие, которые потом можно использовать по отдельности.

Каким образом эффективные духовные практики будут материализованы, и наоборот – покажет время. Но я убежден, что расстояние, разделяющее обе ветви технологий, – лишь временная преграда. Неустановленная в научном смысле связь между ментальными процессами и физическим миром содержит в себе вызов нашему интеллекту и массу возможностей для необычных технологий.

Взаимное оплодотворение ментальных и физических технологий радикально изменит и улучшит облик цивилизации... если, конечно, до этого не успеет ее полностью уничтожить.

Конечно, не все духовные практики могут быть прямо пе-

реведены на язык естественных наук. Я и не ставил сверхзадачу преобразовать все духовное знание в практические технологии. Часть его останется пока на ментальном уровне. И пусть остается там как можно дольше. У этого пожелания много предпосылок, порожденных кровавой историей человечества.

В вековой философской и духовной мудрости скрыты многие будущие технологии достижения счастья, обретения здорового радостного тела и материального благополучия. Именно этому и посвящена настоящая работа. Будет очень жаль, если человек найдет простое искусственное «лекарство» счастья, не совершенствуясь для этого изнутри. Но, надеюсь, Природа не столь опрометчива и расточительна.

Другой целью работы является обратный перенос достижений естественных наук и технологий в сферу духовных практик.

Но можно ли управлять материальными средствами нематериальным, бессознательным, индивидуальным ощущением счастья и радости?



Главный источник счастья – здоровое тело и теплое сердце.

Далай-лама

Критерии «здорового тела» еще как-то понятны. А что такое «теплое сердце»? На основе многотысячелетнего опыта можно предположить, что оно «согревается» с помощью определенного образа жизни, который формируется в том числе под влиянием известных духовных заповедей и практик, а по сути, инструкции. По моему мнению, некоторые духовные практики могут быть исследованы и усилены с помощью физических воздействий, а в некоторых случаях, вероятно, и заменены ими.

Возможность такой подмены содержится в Природе самой биологической материи, которая есть неразрывная производная неорганического физического мира. Это относится ко всем формам сознания: любви, сострадания, страданий, стресса и другим.

Конечно, было бы здорово напрямую приложить наши

физические и информационные теории к ментальным процессам. К сожалению, не многим они могут помочь. Законы физики: классическая и квантовая механики, термодинамика, теории относительности и информации и другие сносно объясняют явления материального мира, но напрямую не применимы не то что к сознанию, но и к телу. Не стоит искать в них ответы, несмотря на захватывающие перспективы и внешнюю схожесть используемых терминов.

Теория информации «пригодна лишь для систем, в которых нет никакой семантики». В ней нет положений, которые позволили бы количественно оценивать смысл сообщения, являющийся важнейшей характеристикой энергии, циркулирующей в живых системах.

Ни классическая, ни квантовая механики, ни термодинамика не способны объяснить природу самоорганизации и т.д.

Но то, что возможности теорий ограничены, не означает, что нет взаимосвязи и параллелей между ментальным и физическим уровнями реальности.

То, чем можно воспользоваться из теорий для совершенствования ментальных технологий, – это фундаментальные законы резонанса, сохранения, электромагнетизма, частично термодинамики и др.

Из материальных технологий можно напрямую заимствовать и соединить с духовными практиками ряд методов:

- исследование спектра вибраций и их усиление;

- введение обратной связи;
- увеличение воспроизводимости результатов;
- увеличение пропускной способности каналов связи;
- компенсация внешних помех («Практика»);
- предварительная подготовка объекта перед внешним воздействием и т.д.

И в дальнейшем этот перечень будет расти.

Это поможет:

- увеличить эффективность практик;
- дифференцировать процессы на позитивные и негативные;
- понять закономерности функционирования информации и энергии в биосистемах;
- установить границы применимости духовных практик;
- отличать реально работающие практики от шарлатанских и метафизических манипуляций;
- создать новые алгоритмы для обработки информации.

3.3. Лечебные технологии

Отдельным направлением материальных технологий является медицина (лечебные технологии). Ее цель – забота о здоровье физического тела и психики, решение проблем физической активности и долголетия, и в конечном итоге – достижение бессмертия.

Сами лечебные технологии выросли из физики и химии, биологии. Потому мало что могут дать другим технологиям. Но именно по отношению к ним духовные практики имеют наибольший потенциал, поскольку у обоих один и тот же объект воздействия – человек.

Ментальные технологии могут напрямую использоваться в психотерапии. На их основе можно разрабатывать принципиально новые методы профилактики, диагностики и лечения, которые рассмотрены в настоящей работе.

Сопоставление современной медицины с духовными практиками позволяет выявить ее главные проблемы:

- из общего объема ресурсов, вовлеченных в нее, на профилактику, поддержание здорового образа жизни расходуется мизерная часть;
- она практически не использует связи ментального и физического миров человека;
- сосредоточенность современной медицины на физическом теле не позволяет подойти к решению главной цели –

обретению счастья и радости. Никогда использование современных генетических, фармакологических и иных подобных технологий не сделает человека истинно счастливым.

Именно поэтому достижения материальных технологий и медицины должны быть соединены с духовными практиками.

3.4. Ограничения и парадоксы

Ограничения использования в ментальной сфере естественно-научных теорий напрямую связаны с ограничениями языка. При всей своей непохожести на материю он – всего лишь ее проявление, отражение, одна из ее форм и конструкций. Хотя и напрямую из нее не выводится и ей не является.

То же относится и к логике, тесно связанной с языком. Хотя логика и порождена реальностью (естественностью), но непосредственно ее не отражает. Логика, язык – это средства, но не сама реальность. Поэтому логика не естественна – естественность не логична. Например, логика отсутствует в процессах создания физических и математических теорий, которые сами по себе имеют логичные конструкции!

Ни язык, ни логика не могут выразить самоосознавание или покой как высшую форму движения.

К чему все это?

При взаимообмене между обеими ветвями технологий неизбежно появление неразрешимых существующими средствами языка и логики парадоксов по типу квантовой механики.



установлении порядка появились имена. Поскольку возникли имена, нужно знать предел их употребления. Знание предела позволяет избавиться от опасности.

Лао-цзы

Может оказаться, что эти подходы ни порознь, ни вместе не смогут решить проблему человеческого счастья и радости. Со временем они устареют и исчерпают свой потенциал. А человеческая история еще только начинается по-настоящему. При этом за обозримый прошлый период человечество не стало намного счастливее. Это означает, что осторожность в оценке их роли и возможностей не только не лишняя, а необходима для рождения альтернатив в будущем.

3.5. Выводы

Главный вывод: взаимопроникновение духовных и материальных технологий принципиально возможно. Оно соответствует глобальному вектору эволюции человечества и расширяет возможности в обеих сферах.

У всех технологий одно происхождение – человек. Ему они служат и в нем неотвратно сольются в единый язык диалога с реальностью (рис. 1).



1. Взаимное оплодотворение технологий

Но будет ли этот симбиоз полезным и безопасным? Кажу-

щаяся очевидность ответа обратно пропорциональна реальной.

В дальнейшем в качестве источников выражения сути духовных практик используются высказывания великих мыслителей: Лао-цзы (трактат «Дао Дэ Цзин»), Далай-ламы («Книга радости», «Мой путь»), Виктора Франкла («Сказать жизни "Да!"»), Карла Юнга (различные работы), Альберта Эйнштейна (цитаты) и других. Этот список блестящих умов можно было бы существенно расширить. К ним в полной мере относятся апологеты других крупнейших религий – христианства и ислама.

Конечно, мысль и язык благодаря своим узлам и хитросплетениям породили миллионы фраз, завораживающих лексической и смысловой красотой. Но я старался прагматично и с долей цинизма использовать только те, которые передают самую суть ментальных технологий.

Я недостойный и мало понимающий в буддийских практиках человек. Поэтому прошу прощения за самоуверенность в их изложении и ненамеренные ошибки.

Формат данной работы не содержит технического описания практических методов, разработанных на принципах духовных практик. Но это не означает, что их нет, а сделано умышленно по следующим причинам:

- главный смысл работы будет размыт и потерян при использовании подробных описаний;
- каждый метод является самостоятельной задачей, и ча-

сто пока дискуссионной;

– то, что я счел нужным показать, можно найти в моей другой работе, на которую буду ссылаться под грифом «Практика» (в стадии издания). Другая часть материала изложена в моей книге «Поле Кода. Искусственные генетические машины» (далее – «Поле Кода»).

4. Взаимное оплодотворение технологий

4.1. Ценность жизни

Наука имеет к явлению жизни огромный познавательный интерес, но пока не обнаружила в ней никакой самостоятельной ценности.

Буддисты же проповедуют уникальность и великую ценность жизни.



все получили драгоценную человеческую форму... Если мы сможем обратить эту драгоценную человеческую форму во благо, это будет иметь ценность в будущем. Тогда наше человеческое существование станет воистину бесценным.

Далай-лама

Для этого, по их мнению, необходимы положительные деяния человека и трансформация его ума до состояния, избавленного от страданий. И это, вероятно, более прагматичная позиция по сравнению с другим религиями. (Если, ко-

нечно, буддизм считать религией.)

Может показаться, что такого рода информацию, да еще относящуюся к нематериальной субстанции, трудно считать научной и использовать практически.

Но смысл может заключаться в следующем.

В любом динамическом процессе есть изменяющиеся во времени субъекты: химические реакции, движущиеся заряды и частицы, массы материи. Они порождают распространяющиеся вовнутрь и вовне: излучения, поля и колебания. К таким порождающим динамическим структурам относятся все биообъекты, в т.ч. и человек. Его тело в целом и каждый орган, клетка, генетический код постоянно генерируют и излучают вибрации разной природы, формы и частоты. Большая их часть поглощается и конвертируется внутри организма, и некоторое количество излучается вовне (рис. 2).



2. Тело человека – источник излучений, полей, вибраций

Это и есть материальная энергетическая сущность жизни. И если человек обладает положительной конфигурацией этих вибраций, то она будет полезна другим субъектам. Все биополя и излучения имеют ту же природу, что излучения от процессов неорганической материи. Ими можно пользоваться, как это и делается в материальных технологиях. Они имеют огромный потенциал в лечебных технологиях.

Собственные излучения и поля живого могут быть зафиксированы, записаны и в дальнейшем воспроизведены. Они способны влиять на сам источник и другие биообъекты и даже на неорганические вещества. Такая бесконтактная передача информации – это научный экспериментальный факт, но пока, к сожалению, мало изученный и практически не используемый («Electromagnetic cellular interactions» M. Cifra, J. Fields, A. Farhadi. Progress in Biophysics and Molecular Biology XXX (2010) 1–24).

Собственные вибрации организма можно разделить по периодам жизни: витальные – при зарождении жизни, митогенные – в процессе жизни, некробиотические – в момент умирания. И их влияние будет совершенно различным.

Можно использовать вибрации отдельных подсистем организма, в том числе генетического кода. Подробнее о полях и вибрациях Кода – в монографии «Поля Кода. Искусственные генетические машины» и в «Практике».

Перспективно использовать биоизлучения в отношении неорганических материалов.

Возможно и обратное: управление биообъектами с помощью излучения и полей, возникающих в процессах неорганического мира. Информация о них тоже может быть записана и воспроизведена в нужное время. Это позволит без прямого использования самих субстратов (лекарств, носителей вкусов, запахов и т.д.) переносить их действие на организм и другие объекты.

Есть и еще одно энергетическое измерение ценности человека. Его тело рассеивает в окружающую среду тепло, электричество и другие виды энергии. С помощью технических средств со специальной геометрией их можно уловить и направить на полезные цели или вообще вернуть назад телу в новом качестве. Это вторичная экологичная переработка биологической энергии («Практика»).

Другая важная мысль буддистского понимания ценности жизни в том, что она заключена в самой человеческой форме. Этот «Эффект формы» описан в разделе 4.3. Он имеет огромный потенциал.

Существует масса практических вариантов использования предложенной концепции ценности жизни («Практика»). Она неизбежно будет менять наши технологии и облик цивилизации.

Очень вероятно, что мистическая ценность жизни через такое понимание обретет физический смысл. Но я не верю, что в конечном итоге она полностью будет сведена к физическим законам и опознана наукой. Потому что наука в силу

своей фундаментальной внутренней логики всегда отвечает на вопрос «Как?», но никогда не сможет ответить на вопрос «Почему?». А жизнь в своей сути его и содержит.

4.2. Все внутри



источник счастья сокрыт внутри... многие препятствия, которые мешают нам радоваться жизни и быть счастливыми, выстраиваем мы сами.

Даже источник физического здоровья стоит искать внутри.

Вы создаете сами себя, и от вас зависит положение вещей...

...Стоит направить половину вашей энергии вовне, а половину вовнутрь. Больше задумывайтесь над тем, кто я есмь? ...Думайте, думайте, думайте.

Наше положение очень обнадеживает, так как семя освобождения всегда внутри нас.

Далай-лама

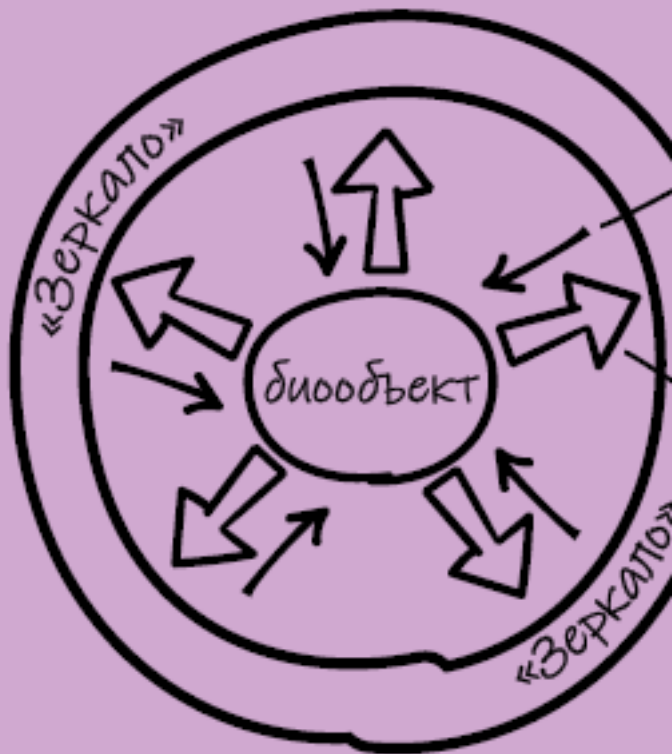
«Спасение внутри» – это важнейшая идея большинства духовных учений. Несмотря на кажущуюся беспомощность

перед силами природы, мы имеем потенциально не ограниченную возможность стать счастливыми. Если мы научимся использовать внутренние резервы сознания и тела, усиливать и вовлекать их в жизненный оборот, то эффект будет намного больше достижений современной медицины.

В логике этой идеи можно сформулировать один из возможных практических методов использования внутренних ресурсов организма. Назовем его – автостимуляция (АС).

Как говорилось: часть собственных излучений, полей и вибраций биообъекта, обладающих продуцирующим потенциалом, поглощается внутри, а часть выбрасывается наружу.

Если с помощью «зеркала» с соответствующим спектром отражения вернуть часть, излучаемую вовне, назад в организм, и по возможности усилить, то возникнет цепочка положительной обратной связи (рис. 3). Система будет воздействовать сама на себя. Эффект может быть весьма впечатляющ. Что подтверждается в эксперименте («Практика»).



3. Автостимуляция биообъекта

С помощью специальных методов можно извлекать, уси-

ливать и возвращать в организм и какую-то часть циркулирующей внутри энергии и информации, не выходящей наружу в обычных условиях («Практика»).

Этот метод можно использовать как для усиления нужных, так и для подавления вредных внутренних процессов. Например, распространение инфекции в организме.

Перспективен следующий вариант АС. Собственные излучения и вибрации человека в детстве, юности, молодости или просто в здоровом состоянии могут быть зафиксированы и записаны на некий носитель. В последующие периоды жизни они воспроизводятся, усиливаются и транслируются на него (рис. 4). Для этого возможно использовать генераторы электромагнитных или акустических вибраций, вихревые асимметричные поля и иные приемы («Практика»).

Вне
но

Носит
инфо



Человек
в начале жизни

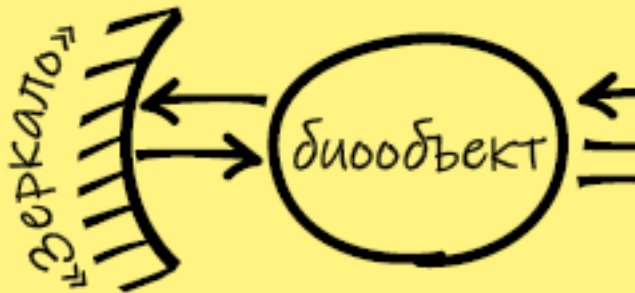
ВР

4. Передача собственных вибраций во времени

Метод АС должен дозироваться и использоваться только в определенных случаях. Важно соблюсти баланс возвращаемого в излучения с необходимой степенью открытости организма к окружающей среде, из которой он получает воздух, питание и впечатления.

Одним из ярких примеров практического использования автостимуляции является лазер. Использование лазерного принципа может сыграть важную роль в развитии различных технологий, в том числе лечебных. С его помощью можно эффективно стимулировать систему, переводя ее в новые режимы поведения.

Другой вариант – использовать получаемое от нее излучение по отношению к другим объектам (рис. 5). При этом не обязательно добиваться генерации классического когерентного лазерного излучения.



5. Использование «лазерного» излучения биообъектов

Использование принципа автостимуляции – это тот случай, когда приложенные к нему методы материальных технологий могут породить новые необычные способы воздействий на организм и сознание и существенно обогатить духовные практики. Некоторые варианты представлены в «Практике».

Использование АС как способа самолечения не токсично и максимально эффективно, поскольку подобное взаимодействие с подобным и достигается идеальное согласование.

АС можно рассматривать как естественный фильтр, с помощью которого система самостоятельно исправляет воз-

никшие дефекты. Надо просто дать ей такую возможность.

Метод АС имеет серьезный потенциал. При его использовании возможно появление необычных эффектов, которые нельзя получить иными способами.

Само сознание есть феномен АС.

Главный вывод в том, что для решения многих проблем человеку достаточно собственных ресурсов, которые могут быть искусственно усилены. Мы просто обязаны дать организму возможность самостоятельно разобраться с проблемой, а не торопиться немедленно помогать. Мы не боги, сотворившие нас, но умеем себя настраивать и верить. А это очень важно в данном случае.

На себе я несколько раз испытывал пользу паузы, когда в ситуации нездоровья вместо очевидного принятия лекарств давал возможность организму самому исправить положение.

Главным постулатом современной медицины считается, что эффективная коррекция состояния заболевшего человека должна проводиться искусственно извне. Если что-то пошло не так, медицинский маркетинг предписывает немедленно использовать средства, им же предлагаемые. Это неестественная торопливость. Собственные ресурсы остаются зачастую без внимания. Организм не получает возможности идентифицировать проблему, принять решение и включить собственные силы для ее устранения. Мы сами дезориентируем и ослабляем его возможности. Это совсем не безобидно. А в основе этого безобразия – бессовестная экс-

плуатация человеческого страха перед болезнями и смертью и глупая надменность разума по отношению к собственной природе, которая дорого обходится ему. (По данным ВОЗ, большая часть продаваемых лекарств в лучшем случае безвредна.)

Поэтому в нашем насквозь монетизированном мире не стоит удивляться тому, что автостимуляция практически не используется в медицине. Ведь это бесплатно!!!

4.3. РИТМ

Ритмичность изменений – один из важнейших фундаментальных принципов Природы: сердечный ритм, суточные колебания, вращение планет и частиц и т.д. С помощью резонанса и синхронизации ритмов Природа обеспечивает единство своих форм и проявлений. Они часто выглядят по-разному, но у них общий принцип – близость или равенство частот систем.

Ритм широко используется в духовных практиках: различные методики дыхания, медитация, исполнение мантр и т.д.

Более того, продвинутые мастера могут прерывать ритмические изменения, сводя их действия до минимальной степени.

В буддизме эта техника используется для достижения состояния непоколебимого спокойствия (п. 5.1). Ее алгоритм можно транслировать на материальную практику. Система может переводиться из текущего состояния в требуемое и стабилизироваться, удерживаться в нем путем исключения уводящих колебаний («Практика»).

Явления резонанса и синхронизации колебаний (ритмов) широко используются и в сфере материальных технологий. В «Практике» предложены новые методы их применения, в том числе и в медицине: введение эталона, специальная мо-

дуляция внешних воздействий и т.д.

Все физиологические и психические процессы имеют собственные ритмы. Выявив физические параметры, ими можно управлять: ослаблять и усиливать. В этом естественные науки вполне преуспели. Но их достижения очень ограничено используются в медицине («Практика»).

Резонанс и синхронизация могут возникать и при топологической эквивалентности управляемого и управляющего субъектов (рис. 6). Это топологический резонанс – эффект формы (ЭФ) («Практика»). В этом случае должны совпадать пространственно-временные формы организации вещества или поля. Это явление имеет иной смысл, нежели резонанс или синхронизация, возникающие при сближении частот систем.



Объект 1

Топологическое
(синхронизация)



Резонанс и
топология

6. Эффект формы – топологический резонанс

Искусственно создав некую управляющую форму, можно управлять поведением различных процессов. В нее можно помещать объект управления или, наоборот, – ее в объект. Это пассивное воздействие. Подключив форму к источникам внешних излучений или полей, можно ее сделать актив-

ной («Практика»).

Вероятно, что эффект формы не зависит от размеров связанных им объектов, их природы и т.д. Возможно, что он имеет дальнедействующий характер, проникая через преграды со скоростью больше световой по типу эксперимента Эйнштейна-Подольского-Розена с разделенными фотонами. Этим могут объясняться многие странные эффекты.

В целом природа этого явления пока остается практически неизученной. То, что известно достоверно, это зависимость поведения и структуры системы от формы, которой она ограничена. Это обнаружено как у биообъектов (R. Venkatachalapathy et al. PNAS, 2018, v/115, n/21, p. 4741–4750), так и при структурировании неорганических сред («Познание сложного. Введение» И. Пригожин, Г. Николис, 2014).

4.4. Использование природных движений



пленены красотой природы, от которой были годами отвергнуты.

Виктор Франкл



тебе плохо – прислушайся к природе. Тишина мира успокаивает лучше, чем миллионы ненужных слов.

Движения многих восточных практик – тайдзи, йога и др. – копируют естественные природные потоки: течение воды, ветра, архитектуру деревьев, движения животных и т.д.

Следование естеству позволяет минимизировать сопротивление внешней среды и даже экстрагировать из нее энергию, улучшает каналы циркуляции внутренних потоков, придает объекту новые уникальные свойства.

Это то, чем Природа постоянно пользуется. Она использует свой же закон против закона, высшее против низшего, инвертируя сопротивление окружающей среды в своих целях. С величайшим мастерством преобразовывает она умершую и неорганическую материю в жизнь снова и снова.

Аналогично в боевом искусстве айкидо энергия противника с помощью инвертирующих движений используется против него.

Поля, излучения, вибрации, используемые для коррекции тела и сознания, потоки в материальных технологиях могут быть организованы в пространстве соответствующим образом. Например, в виде спиральных движений. (Абрамочкин Е.Г., Волостников В.Г. «Спиральные пучки света» УФН, 174, 1273–1300 (2004)).

Даже разрушительные для тела виды движения и внешние воздействия могут быть преобразованы и инвертированы в конструктивные, с помощью соответствующей модуляции во времени и пространстве.

Принципы и приборы на основе этой концепции успешно разрабатывали Н. Тесла, В. Шаубергер и другие. Методы использования природных топологий в медицинских и материальных технологиях приведены в «Практике».

При внешних воздействиях на организм человека (терапия, физиопроцедуры) необходимо учитывать, что Природе чужды прямые линии, острые углы в пространстве и во времени. При амплитудном, импульсном воздействии (очень часто используется в медицине) организм может реагировать экстремально, нанося себе ущерб. При этом возрастает внутреннее сопротивление окружающей среде. Постепенно нарастающие внешние воздействия позволяют преодолеть инерцию системы. Это хорошо понимают специалисты материальных технологий, но часто не учитывают те, кто связан с медициной. Напротив, при необходимости разрушения биобъектов импульсные воздействия будут эффективны.

4.5. Профилактика

Важнейшим, но часто незамечаемым аспектом духовных практик является их профилактический характер, упреждающий проблемы.



*в случае с физическими заболеваниями, лучший метод
– профилактика.
Далай-лама*



при своем рождении нежен и слаб, а при наступлении смерти тверд и крепок. Все существа и растения при своем рождении нежные и слабые, а при гибели сухие и гнилые. Твердое и крепкое – это то, что погибает, а нежное и слабое – это то, что начинает жить.

То, что спокойно, легко сохранить, то, что еще не показало признаков, легко исправить. То, что мелко, легко разделить.

Лао-цзы

Простой, глубокий и плодородный постулат.

Главные способы сохранения здорового тела и сознания, используемые в духовных практиках:

- достижение спокойствия, недеяние, следование естественному ходу вещей;
- здоровый образ жизни: постоянное движение, воздержание, исключение излишеств и т.д.;
- прерывание зацикленности (п. 5.10.4).

В «Практике» и работе «Поле Кода» предложены новые методы профилактики: замедление процессов «отвердения и кристаллизации» физического тела (п. 4.6.2), искусственное обновление и усиление генетических процессов и другие.

Эти же подходы могут использоваться и в материальных технологиях, например для сохранения и регенерации свойств материалов.

4.6. Взаимосвязь

4.6.1. Все связано



– это, несомненно, фундаментальный закон природы. Не только высшие формы жизни, но также многие виды насекомых являются общественными существами, которые, не имея религии, закона и образования, выживают за счет взаимного сотрудничества, основанного на врожденной способности распознавать существующую между ними взаимосвязь. И на самом тонком уровне материальных явлений также господствует взаимозависимость. Действительно, все явления, которые окружают нас, будь то океаны, облака или леса, возникают зависимо от тонких энергетических основ. При отсутствии надлежащего взаимодействия они прекращают свое существование и распадаются.

Основопологающей концепцией буддизма является идея зависимого возникновения. ...Имеется в виду то,

что вещи не имеют независимого существования или что они условно существуют в зависимости от других вещей... нет ничего, будь то внешний или внутренний феномен, что существовало бы независимо от своих частей или проявлений.

Далай-лама

Для современной физики единство и всеобщая взаимосвязь всего сущего через резонанс и синхронизацию – тоже аксиома.

Всеобщая взаимосвязь отражает историю Вселенной. Когда-то она была Целым. И то, что мы сейчас называем Вселенной, – осколки этого Целого. Но их генетическая связь не утрачена и будет существовать до момента ее исчезновения.

Взаимосвязь объединяет все уровни реальности по горизонтали и по вертикали (от микромира до ментальных явлений). Такие феномены, как стремление к состраданию, доброта и любовь – тоже проявление всеобщей зависимости. Они соответствуют естественным природным закономерностям и поэтому порождают положительные эмоции и состояния.



в любви лежит в самой основе человеческого существования. Эта потребность отражает глубинную взаимную зависимость между всеми и каждым.

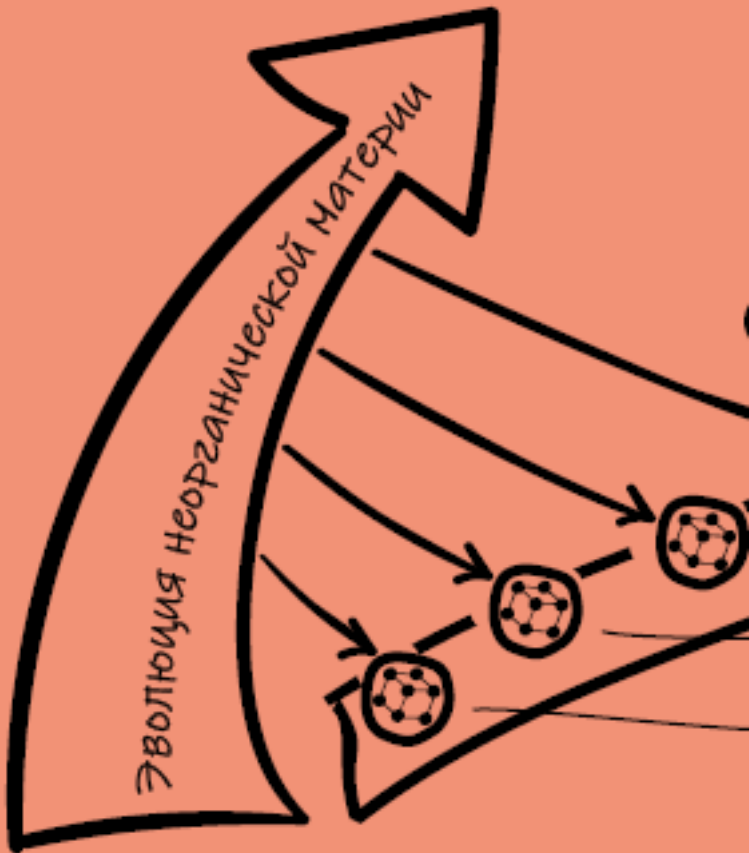
Далай-лама

Несмотря на очевидность этого закона, его действие часто не учитывается, что приводит к ошибочным воззрениям и неэффективным решениям.

Ниже приведены важные примеры таких ошибок, имеющие прямое отношение к проблемам старения и здоровья. В них показано, как нижние уровни материи влияют на верхние, проецируя на них свою автономную эволюцию, порождая автоматизм сознания и страдания.

4.6.2. Автономная эволюция

Паутина жизни неразрывно связана с неорганическим миром, но у них отличные друг от друга эволюции, поэтому возникает естественное противоречие между жизнью и ее неорганической основой (рис. 7).



7. Разные эволюции

Не принимая это во внимание, наука о живом упустила из виду самостоятельное поведение неорганической материи и попала в ловушку собственного успеха, сузила взгляд, утратила альтернативную чувствительность. Рассматривая жизнь как нечто самостоятельно существующее, провозгласив ее автономность и локальность, она уменьшила возможности понимания причин болезней, смерти, различных состояний сознания.



представляет собой мозаику, порожденную несколькими частично независимыми эволюциями. Каждый орган, хотя он и находится под контролем организма как целого, претерпевает частично независимую эволюцию, обусловленную автономными эволюциями составляющих его клеток. ...Они продолжают свою автономную эволюцию и в то же время вынуждены подчиняться той новой структуре, к которой они теперь принадлежат...

Антонио Лима-де-Фариа

В живых системах одновременно конкурируют два процесса самоорганизации: воспроизводство, репродукция Кода и автономная эволюция элементов и соединений, образующих физическое тело. Последняя проявляется в возникновении в организме различных самостоятельных структур, не имеющих прямого отношения к процессам жизнедеятельности. Эта тенденция к соединению, в том числе к кристаллизации, есть следствие процесса, описываемого физикой как стремление к минимуму свободной энергии.

Физико-химический импринт борется против того, что сам и порождает. Союзничество в конечном итоге ведет к кристаллизации неорганических и органических соединений и накоплению форм материи, не совместимых с жизнью. В итоге в течение жизни происходит возникновение и последовательный рост другого неорганического тела, которое приводит к отравлению, деградации и в конечном итоге вытесняет и побеждает органическое тело. Оно замещает жизненное, энергетическое пространство, ранее принадлежавшее Коду. Для разрушения этих соединений и вовлечения их в жизненный оборот необходимо преодолевать соответствующий энергетический барьер. Но Код в силу собственных энергетических ограничений самостоятельно это сделать не может.

Организм, постепенно «окаменевающий», кристаллизуясь в прямом и переносном смысле, неминуемо деградирует и погибает (рис. 8).

Неорганические соединения



Содержание кристаллических соединений внутри живого

8. Образование кристаллического неорганического тела внутри органического



Почему в мире все непостоянно? Ответ кроется во взаимосвязи всех вещей. Ничто в мире не существует по отдельности.

Далай-лама

Соединив информацию об эволюции человека и автономной эволюции его химического и минерального импринта, можно получить новые знания и технологии лечения и продления жизни. В «Практике» и «Поле Кода» изложены методы предотвращения и полезного использования процессов агрегации в теле человека, в том числе с помощью энергетического дооснащения Кода.

4.6.3. Автоматизм сознания

Коллективное поле генома и его белковых компаньонов управляет не только развитием физического тела, но и порождает более причудливые изысканные формы организации: сознание, коллективное бессознательное, культуру, науку и еще нечто более сложное.

Геном за счет своей многоуровневой спиральной топологии экстрагирует энергии и материю нужного качества. Затем умножает их вибрации («Поле Кода»).

Это не противоречит законам физики. Хотя в ней сегодня и отсутствует ясность о закономерностях сложения, умножения частот и их связи с топологией.

Возможный путь увеличения частоты вибраций может быть описан законом сохранения частот, который в свою очередь является прочтением закона сохранения энергии.

Пусть какая-то система имеет некий набор собственных частот. Сохраняя свою энергию, она может перейти в новое состояние с иным набором. При этом не существует принципиальных физических запретов на то, чтобы в этом наборе не могли появиться новые, более высокие вибрации, отсутствовавшие ранее («Практика»). Эта простая модель напоминает работу человеческого организма, поглощающего пищу и преобразующую ее в музыку, науку, поэзию и т.д. и одновременно в кал и мочу?

Есть и другие возможности умножения собственных частот: лазерный эффект, формфактор, спиральная топология.

За этим может скрываться неутешительное для нас открытие. Поняв закон умножения вибраций, мы обнаружим «страшную» тайну о своем «механистическом» происхождении. Поймем, что не только тело, но и сознание есть результат физического механизма усложнения и возрастания вибраций, а мы представляем собой «автомат космических сил» – по сути, механическую систему, лишенную романтизма, тайны и божественной искры. Вероятно, что простым уравнением для лестницы возрастания вибраций будет погребена наша исключительность и божественное происхождение. Возможно, что сама любовь окажется комбинацией частот, и наше небожителство будет низвергнуто.

И эта мрачная гипотеза в целом совпадает с буддийским пониманием происхождения сознания. По крайней мере, его нижних уровней.



грубые уровни ума зависят от нашего мозга,

поэтому они существуют, только пока функционирует мозг. Как только деятельность мозга прекращается, эти уровни сознания автоматически исчезают. Мозг является условием возникновения более грубых уровней сознания, однако реальной основой сознания является непрерывный поток безначального тонкого сознания.

Далай-лама

То, что сознание автоматически порождается нижними неорганическими уровнями материи, позволяет применять к его исследованию и управлению известные физические теории и технологии. Это относится и к пониманию природы страданий, пользы сострадания и т.д.

Верно и обратное: духовные практики преобразования нижних грубых уровней сознания (по крайней мере) могут применяться по отношению к материальным процессам. При этом буддисты оставляют место для трансцендентного непознаваемого сознания.

В п. 6 рассмотрены практические физические способы управления элементами сознания.

«Грубая» часть сознания как автоматическая производная материи постоянно деградирует вместе с ней. Все просто: разрушается тело – деградирует и сознание. И это известный научный факт и одна из причин, вызывающих ощущение страдания (следующий раздел).

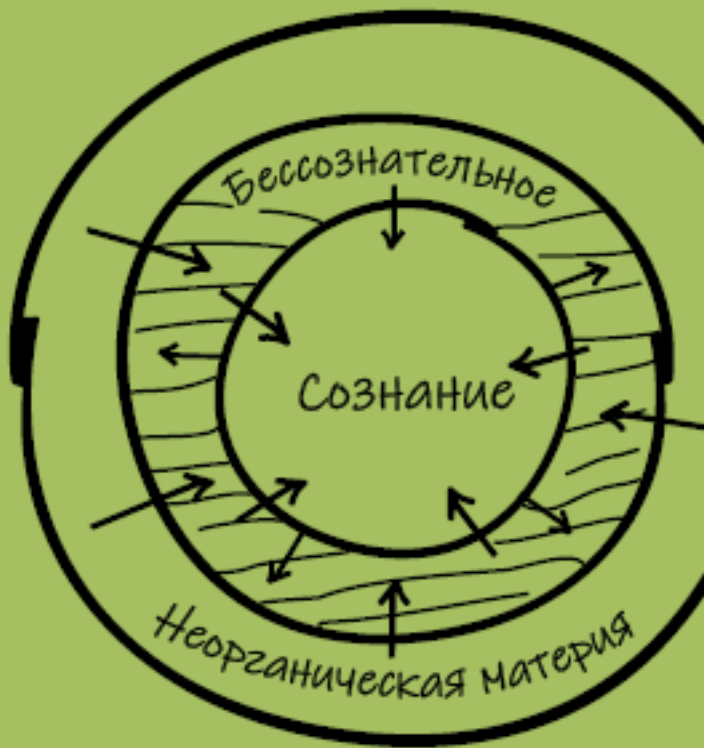
4.6.4. Бессознательное

Нет смысла подробно излагать теорию бессознательного слоя психики и возникающие в нем архетипы поведения. Это можно найти в общей литературе по психологии. Самое важное – это фундаментальная роль бессознательного в возможности достижения счастья.



Знать себя – необходимо, только так возможно приблизиться к основанию, ядру человеческой природы, к исходным инстинктам. Инстинкты присутствуют а priori и, безусловно, определяют наш сознательный выбор. Они составляют бессознательное и его содержание, о котором мы не можем иметь какого бы то ни было окончательного суждения. Мы можем лишь предполагать, но мы не в состоянии в полной мере осознать его сущность и определить его разумные границы.

Бессознательное – это промежуточная пограничная зона, в которую проецируются неорганические формы материи и сознание. Как в плавильном котле, в ней они сталкиваются и преобразуются в единое. Этот процесс порождает архетипы человеческой психики. Это мезофаза психической материи. Из нее архетипы кооптируются в сознание и во многом определяют поведение человека. Наше сознание определяют исходные инстинкты. А они в свою очередь напрямую прорастают из неорганического мира и наследуют его законы. Так, материя проникает в бессознательное и далее – в сознание (рис. 9).



9. Бессознательное – промежуточная зона между сознанием и неорганической материей

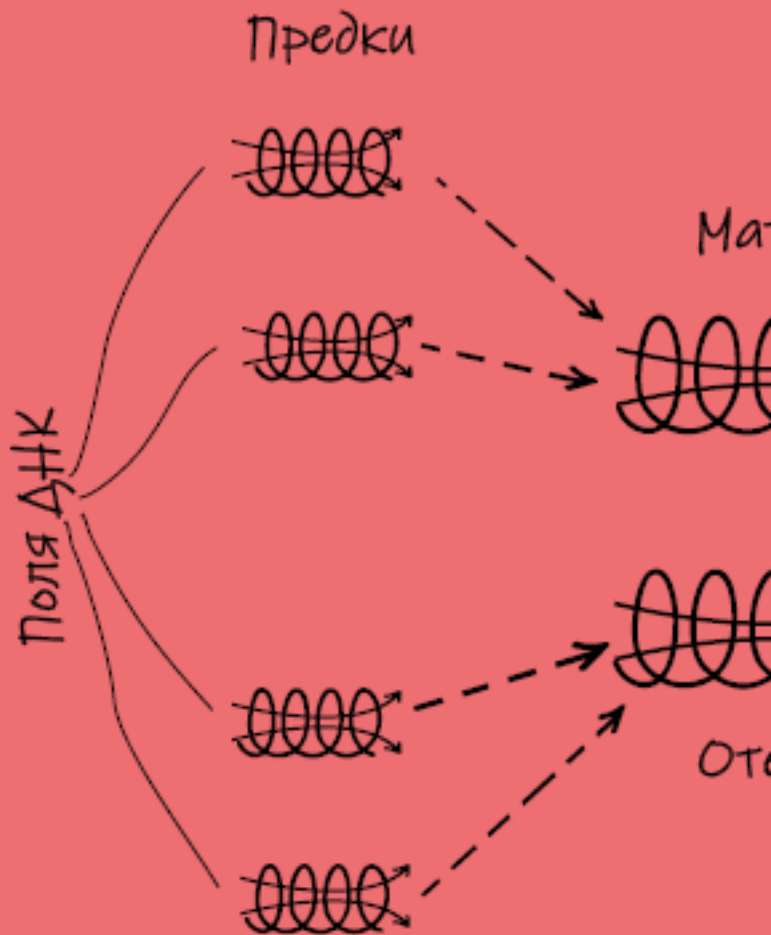
Бессознательное генерирует непрерывный поток страданий как результат противоречий эволюций неорганической и живой материй (п. 4.6.5).

Как показано в «Поле Кода», наследственная информация передается как на материальном носителе (последовательность аминокислот), так и через полевые взаимодействия участков спирали Кода.

Эти полевые формы нельзя обнаружить, только расшифровывая последовательность аминокислот. И они ответственны за явления эпигенетики – наследуемые изменения в фенотипе. Механизм их возникновения не связан с изменениями исходной последовательности ДНК. Такого рода изменения могут сохраняться при делении клетки в течение всей ее жизни и передаваться последующим поколениям. При этом исходная линейных последовательностей генов остается неизменной.

Эти же полевые образования формируют верхние уровни структуры Кода – бессознательное и сознание. Опыт и тени сознания предков через их взаимодействия проецируются в полевую структуру Кода наследника. Они перемешиваются, обогащаются внешними влияниями за счет запоминания в полях Кода различных поколений и переплавляются в архетипы, которые не просто наследуются, а неуничтожимо существуют всегда как фундаментальные образы праматери – материи. На рис. 10 показан сценарий рождения коллектив-

ного бессознательного в рамках полевой гипотезы ДНК.



10. Передача наследственной психической информации от предков к человеку

Формы неорганического мира порождают ограниченное множество архетипов бессознательного.

Бессознательное содержит «...необузданную инстинктивность причины, которая утверждает себя вопреки всем усилиям сознания» (Карл Густав Юнг).

Сознание – свет, бессознательное – тьма, в которой скрывается тень человека.

Такое наследование психических характеристик происходит в условиях сильнейшего перемешивания генетического котла человечества. Простой аналог – доказанный эффект шести рукопожатий, напрямую свидетельствует об этом. В результате такого смешения у человечества оказывается общая база бессознательного и общие архетипы. И чем дальше развивается человечество, чем быстрее происходят миграции людей, тем более однородным и универсальным будет наше бессознательное. И это не какое-то общее мифическое поле человечества. Хотя исключать этой возможности не стоит.

Возможен эксперимент по обнаружению влияния неорганических форм и процессов на бессознательное. В качестве агентов влияния можно использовать процессы с участием неорганических веществ, по структуре или химическому составу близких к человеческому телу: углеводороды, азот и

его соединения и т.д. Это должны быть мощные искусственные и естественные процессы. Разные формы веществ и состояния должны по-разному дифференцироваться и проявляться в бессознательном.

Конечно, разделение на сознание, бессознательное и материю – это просто способ анализа, доступный нам. Но возможны и совсем другие подходы.

4.6.5. Природа страданий

Важнейшие проблемы человека – страдания и болезни – возникают из-за всеобщей взаимосвязи.



ищет «истины» мира, который не противоречит себе, не обманывает, не изменяется, истинного мира – мира, в котором не страдают; противоречие, обман, смена – причины страдания! Человек не сомневается в том, что существует мир такой, какой он должен был бы быть, он хотел бы найти к нему путь.

Почему он из смены, обмана, противоречия выводит именно страдание? И почему не, скорее, свое счастье?..

Счастье может быть основано лишь на сущем: смена и счастье взаимно исключают друг друга; высшее желание, следовательно, имеет в виду единение с сущим. В этом формула, определяющая путь к высшему счастью.

Вера в сущее оказывается лишь следствием:

действительное primum mobile (первооснова) есть неверие в становление, недоверие к становлению, пренебрежение ко всему становящемуся.

Фридрих Ницше



В глубине души мы желаем созидательного плодотворного роста и не любим, когда что-то разрушается, умирает или уничтожается. Каждое разрушительное действие противоречит нашей коренной природе, которой присущи развитие и созидание...

Далай-лама

Такая внутренняя ментальная парадигма обусловлена природой самого процесса жизни. Жизнь есть результат самоорганизации неорганической компоненты и биологических единиц (белки и кислоты). Это прогрессивное строительство путем извлечения порядка из разупорядоченной среды транслируется на уровень сознания. Поэтому сознание и является безусловным сторонником постоянства или

усложнения и прогресса и отторгает разрушение и смерть.

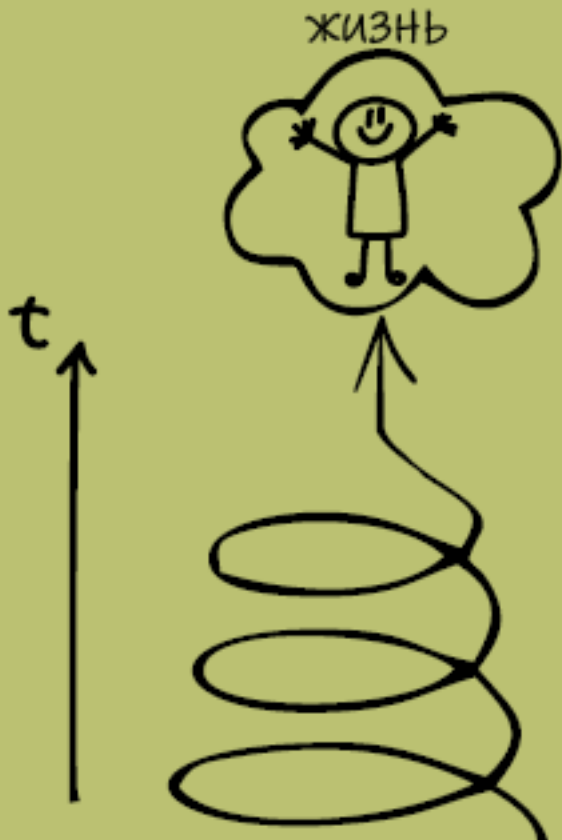
Но, как мы видим, любой биообъект с течением времени неминуемо и необратимо деградирует и разрушается. Тому есть две основные фундаментальные причины.

Одна из них – автономная эволюция неорганической материи (п. 4.6.2).

Другая – постоянное возрастание беспорядка (энтропии), названное в физике вторым началом термодинамики. Она несет разрушение любому объекту. Хотя жизнь и противоречит этому закону, но ее составные части подчиняются ему. В итоге организм неминуемо деградирует и умирает.

По этой же причине элементы и структуры, которые, взаимодействуя, порождают жизнь, конкурируют и противостоят ей. Они стремятся разрушить ее в пользу более простых структур, упрощая свое же произведение. Но при этом и сами эти структуры тоже разрушаются под действием теплового хаоса. Эти процессы деградации с уровня атомов и молекул транслируются на физиологический уровень и далее неминуемо проникают на ментальный уровень, настроенный на развитие и прогресс. Это и порождает страдания. Неизбежная старость и смерть осознаются и воспринимаются нами как страдание (рис. 11).

Возникновение и поддержание жизни



11. Параллельные процессы

Таким образом, страдание рождается на фундаментальном уровне протекающими одновременно разнонаправленными процессами – самоорганизации и деградации.



упорядочивает, материя разрушает.
Карл Густав Юнг

На уровне сознания страдание возникает через понимание и ощущение неизбежности распада и смерти.



из которых состоят эти внешние объекты,

распадаются ежесекундно, и то же самое происходит с внутренним сознанием, наблюдающим эти внешние объекты. Оно распадается на составные части тоже ежесекундно. Такое мимолетное распадение есть тонкое непостоянство. Грубым же непостоянством является, например, разрушение объекта или смерть человека.

Далай-лама

Распадающееся внутреннее сознание тоже находится в противоречии с сутью жизни и тоже приводит к страданию. Это бессознательный для человека процесс деградации. Он приводит к неблагоприятным эмоциям, истинное происхождение которых мы часто не понимаем.



Неблагоприятные эмоции набрасывают сеть оценочных суждений о том, что хорошо, а что плохо, на феномены и тем самым преувеличивают или искажают меру того, что есть... вызывают столь много страданий.

Далай-лама

Получается, что страдание генетически закодировано в фундаментальном физическом основании материи и пронизывает все ее уровни: от видимого и осязаемого до ментального. И это физическая закономерность. Само рождение есть страдание матери и ребенка.



Страдание присутствует в природе всех миров существования... от высших до низших форм ада.

...Страдание, даже сильное, – неотъемлемая часть жизни.

...Страдания – такие как болезнь, старение и смерть, связаны с самой сутью нашего существования, и мы не можем победить их путем изменения внешних условий.

Болезнь и осознание собственной смертности – не это ли два величайших неизменных главных источника страданий в нашей жизни?

Далай-лама



является скорее жертвой своей психической конституции, нежели ее своевольным изобретателем.

Смерть – это форма страдания.

Карл Густав Юнг



говорите: «Все страдает и гибнет!» Но вы постоянно не договариваете: ибо все хочет причинить страдание и губить.

Фридрих Ницше

Таким образом, философская и метафизическая истина о том, что жизнь невозможна без страданий, имеет прозрач-

ное научное физическое обоснование. Стрaдание и жизнь, по сути, одно и то же – две неотделимые стороны одного явления.

Причину неизбежности страданий и смерти не стоит искать в генетическом коде или где-либо еще. Как и жизнь не локализована в чем-то конкретно, так и страдание и смерть присутствуют во всем. Они содержатся в самом основании материи и описаны законами физики. Деградация и разрушение – участь любой самостоятельной системы. И это следствие взаимосвязи всех вещей.

Страдания возникают как ощущение мощного воздействия автономных подсистем. Их нельзя уничтожить. Буддистские практики – всего лишь терапия и анестетик для них. А религии, ведущие борьбу с ними путем «уговоров», бесплодны и поэтому стремительно деградируют.

5. Технологии прекращения страданий

Сознание смерти и страдания не должны осквернять наш путь.

Понимание природы страданий и их неизбежности как противохода эволюций разных уровней материи позволяет избавиться от них с помощью ума. Через размышление мы можем принять это явление как следствие объективно существующего потока времени, подобно течению реки, не имеющего никакой ментальной окраски.



Страдания не возникают беспричинно и не созданы неким всемогущим Богом. Они являются продуктами наших собственных заблуждений и кармических деяний, порожденных неукропленным умом. Основной причиной страданий является невежество, которое

выражается в неверном понимании природы явлений и восприятии себя как самосущего «я».

Угасание жизни можно сравнить с последней вспышкой молнии в небе или с падением валуна по крутому склону. Вода всегда стекает вниз. Она не может стекать вверх. Наша жизнь почти незаметно для нас истекает... Единственное, что способно вам помочь встретиться с неизведанным, – это добродетельность, вживленная в поток вашего сознания. Именно поэтому духовная практика может помочь сделать вашу жизнь осмысленной.

Далай-лама

Практика осознания истинных причин страданий и понимания их объективного отсутствия не только ослабляет и устраняет их, но способна замедлять процессы старения.



воля к жизни равна моему воодушевлению относительно встречи со смертью.

Далай-лама

Справедливо и обратное: не остановленные в своем раз-

витии страдания физически ускоряют приход смерти и еще больше омрачают понимание ее неизбежности.

“

или позже смерть все равно придет. Мы не хотим ее, но однажды мы оказываемся под сильным влиянием загрязняющих деяний и неблагоприятных эмоций, и тогда она определенно придет.

Далай-лама

Именно для избавления от страданий разработаны основные буддистские практики.

“

учения предлагают человеку средства освобождения

от омрачений – путь, ведущий к свободе от всех страданий в блаженство просветления.

Далай-лама

Именно они должны быть внимательно изучены и подвергнуты конверсии в материальные и лечебные технологии.

Не буду вдаваться в тонкости этих практик. И дело не в неуважении к ним или стремлении достигнуть всего, срезав пути, а в желании получить пусть и не полный, но конкретный практический результат. И, конечно, большая часть их потенциала окажется нераскрытой в силу моих ограниченных интеллектуальных возможностей и знаний.

Но является ли прекращение страданий источником счастья?



– это когда худшее обошло стороной.

Виктор Франкл

Конечно, отсутствие несчастий, превращающее жизнь в счастье, очень упрощенный подход. Но он, к сожалению, вполне применим к ментальности современного общества.

Настоящее счастье – очень дорогая и редкая субстанция, имеющая совсем иной глубинный смысл. Но как первый шаг и такая редукция возможна и полезна.

5.1. Обретение спокойствия



создает порядок в мире.

Лао-цзы

Спокойствие ума и тела полезно всегда, когда нет прямой внезапной опасности. Оно важно для профилактики и оздоровления сознания и тела, для получения максимального эффекта при медикаментозном лечении, физиовоздействиях и других лечебных процедурах («Практика»).

Состояние спокойствия может достигаться с помощью различных практик: медитация, йога, дыхательные упражнения и т.д. Подобные результаты можно получить с помощью внешних воздействий: акустических и электромагнитных вибраций, асимметричных контрастных процедур и т.д. («Практика»).

Методы расслабления и удаления избыточной энергии

могут применяться к телу в целом и отдельным органам. Например, в кишечнике сосредоточено огромное количество нейронов и вырабатывается большая часть серотонина. Применение по отношению к нему таких методов, как термоциклирование, магнитное асимметричное поле, механические вибрации, способно дать значимые результаты для расслабления, улучшения моторики, поддержания иммунитета, преодоления стрессов.

К уменьшению избыточных амплитуд внутренних процессов в биосистемах способна привести затухающая периодичность внешнего воздействия.

Чтобы снять с системы напряжение, убрать излишнюю энергию, ее стоит предварительно напрячь. Подобная практика используется в самой известной йоговской асане релаксации – Шавасане.



к началу называется покоем, а покой называется возвращением к сущности. Возвращение к сущности называется постоянством.



свобода от груза предыдущих деяний и от порабощения желаниями, ненавистью и невежеством называется освобождением...

Далай-лама

С физической точки зрения, речь идет о разрушении существующих в системе структур, мешающих достижению состояния равновесия и устойчивости.

Причем чем дальше изначально система от равновесия, тем больше вероятность, что она достигнет его за счет инерции после снятия неравновесных условий.

Подобные методы уже давно известны в материальных технологиях. Например, высокотемпературный отжиг материала с последующим медленным охлаждением для получения однородной структуры без напряжения.

К сожалению, этот подход практически не используется современной медициной.

В «Практике» описаны подобные методы применительно

к лечебным технологиям, а также новые приемы стабилизации управляющих воздействий в материальных технологиях для увеличения воспроизводимости свойств конечного продукта.



ум – спокойный. Страх и гнев разрушают это спокойствие.

Далай-лама

Гнев является предметом внутреннего пользования. Точно не принося пользы окружению, он прежде всего адресован и вредит самому источнику. Гнев возникает в результате экстремальной зацикленности (п. 5.10). Его аналогом в физическом и физиологическом смыслах может быть избыточная внутренняя энергия, циркулирующая в организме или в отдельных органах. Для подавления гнева и страха подойдут все методы, предложенные выше и в п. 5.10.

5.2. Медитация

Медитация является важнейшей и наиболее эффективной духовной практикой преобразования сознания. Ее использование в материальных технологиях и прежде всего в лечебных имеет огромные перспективы.



уже много веков утверждает, что человеческий ум в силу своей природы обладает огромной потенциальной способностью к преобразованию. Для реализации этой способности в буддийской традиции разработано множество различных созерцательных техник или медитативных практик, направленных на достижение двух основных целей, которые называются союзом сострадания и мудрости, – возвращение сердечного сострадания и развитие глубокого проникновения в природу реальности. В основе этих медитативных практик лежат две ключевые техники: совершенствование внимания и

его устойчивое использование, с одной стороны, и управление эмоциями и их преобразование, с другой стороны.

Недостаточно владеть лишь устойчивостью. Нужно также иметь ясность света сознания.

Правильное восприятие, несомненно, служит основой радости и счастья: мир предстает перед нами таким, каким мы его видим... своим умом создаем собственную реальность.

Пробуждающийся ум проявляется в стремлении достичь состояния Будды, чтобы освободить всех существ во всей Вселенной от страданий. Для развития пробуждающегося ума требуется медитация...

Далай-лама

Существует множество развитых техник и тем медитации, позволяющих решать различные задачи: от достижения спокойствия до прямого познания явлений Универсума. Идеи для медитации могут генерироваться бесконечно. В будущем они будут целенаправленно разрабатываться совместно врачом-медитациологом и пациентом.

Пользователями будут не только те, кто имеет проблемы с ментальной сферой. Целенаправленное использование медитации может открыть совершенно новые горизонты ученым, изобретателям, творческим личностям. Это связано с тем, что глубокая, сложная умственная работа и медитация близки по сути. Рассматривая явления с помощью личного ментального погружения, «путешествия», возвращения к

рождению и т.д., можно достичь прямого познания сути явлений. Этим успешно пользовался Н. Тесла и другие.

Технологии медитации, как ни удивительно, могут быть переведены на язык естественных наук и использованы в сфере материального производства и медицины.



означает непрерывное созерцательное освоение добродетельного объекта с целью преобразования ума.

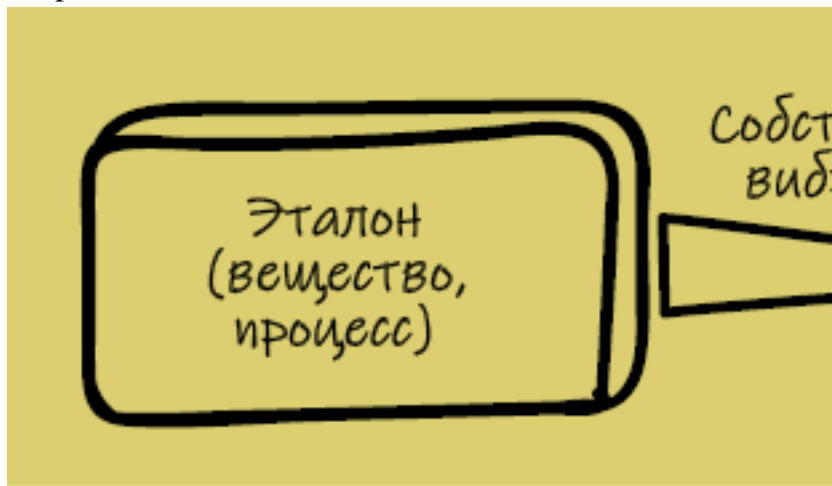
Для достижения устойчивости ума на объекте наблюдения необходимо сначала установить, что это за объект. Будда говорил о четырех типах: объектах, служащих «чистке» поведения, искусственных объектах, объектах для «очистки» от неблагоприятных эмоций и объектах, распространенных повсюду.

Далай-лама

В буддистских практиках эти объекты определены вполне конкретно. Эти представления могут успешно соединяться с современными достижениями физики и технологиями об-

работки информации и дать рождение новому направлению в материальных и лечебных технологиях.

С помощью стандартизованных веществ и форм или процессов, являющихся эталонными (в т.ч. биообъекты), можно выращивать материалы с заданной структурой, воспроизводить с высокой точностью нужные процессы. Для этого надо каким-либо образом перенести их собственные излучения (вибрации) на объект воздействия. Это будет стимулировать его повторять, воспроизводить структуру или поведение эталона (рис. 12).

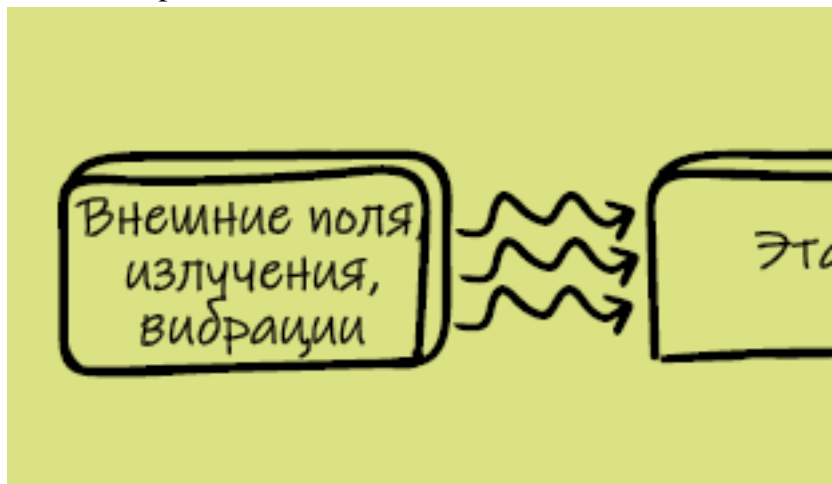


12. Перенос действия от эталона на объект

Примерно таким образом генетический код воспроизводит себя из окружающей субстанции.

Такие методы ограничено уже есть в материальных технологиях. Например, использование затравки в процессе роста кристаллов. Точно так же в природе образуются снежинки.

В «Практике» изложены практические методы использования эталона. Его действие может быть усилено с помощью внешних воздействий: магнитных полей, акустических вибраций и т.д. (рис. 13).



13. Усиление действия эталона с помощью внешних воздействий

Другие варианты использования практики медитации – в различных разделах книги и в работе «Практика».



из главных целей медитации – освобождение от этой естественной реакции (бей или беги), возникшей в ходе эволюции.

Далай-лама

С помощью медитации можно достичь успокоения сознания, прерывания ритмов заикливания и понимания сути явлений. Это позволяет не тратить бессмысленно ментальную и физическую энергию на «преобразование мира» в соответствии со своим видением (п. 5.10). Это процесс «ноль» – бесплатное созерцание и поглощение информации, нормализующее каналы связи.

Существует неявное сходство между медитацией и известными квантовыми феноменами. На этом уровне материи проявляются разнообразные эффекты, в чем-то внешне сходные с ментальными явлениями, обнаруживается взаимосвязь материи и наблюдателя.

Вероятно, что вибрации квантового уровня по темпу и форме приближены к частотам сознания и тела. Такие кван-

товые системы, как нанотрубки, фуллерены и иные, и особенно их неравновесные состояния, могут, вероятно, использоваться в качестве контактов с ментальным уровнем человека. Это отдельная тема исследований («Практика»).

5.3. Сострадание

Важнейшим условием на пути к счастью является сострадание живым существам.



– одна из сложнейших мотиваций человека, требующая от него большого мужества. Но именно оно возвышает и исцеляет как ничто другое.

Кратчайший путь к своей радости – радовать других.

...Но странным образом получается, что мы отдаем, а нам прибавляется: просто мы освобождаем место для даров.

Не счастье делает нас благодарными, а благодарность делает нас счастливыми.

...При встрече с людьми мы в первую очередь должны помнить, что им тоже хочется прожить счастливый день, месяц или целую жизнь. У них тоже есть право достигнуть этой цели.

...Если искать счастье намеренно, ничего не выйдет. В результате лишь зацкливаешься на себе. Люди как цветы. Их бутоны раскрываются, и они распускаются благодаря другим людям.

...Наивысшей степени внутреннего равновесия можно достичь путем развития в себе чувства любви и сострадания. Чем больше мы заботимся о счастье других людей, тем более гармоничным становится наше ощущение собственного благополучия. Возращение в себе сердечной доброжелательности и участливого отношения к другим людям автоматически успокаивает ум. Это помогает избавиться от каких бы то ни было страхов и ощущения незащищенности, которые мы можем испытывать, и дает нам силы на преодоление каких-либо препятствий, которые могут стоять на нашем пути. Это подлинный источник успеха в жизни.

В процессе возвращения подлинного сострадания мы развиваем ум, который искренне заботят сокрушенными страданиями живые существа, ум, который относится к ним с любовью. Но при этом мы должны осознавать природу страданий, которыми поражены эти живые существа. Это две отдельные темы, которые должны быть включены в нашу практику... Мудрость направлена на просветление, а сострадание – на потребности живых существ.

Когда мы говорим о пробуждающемся уме, мы подразумеваем ум, который направлен на исследование

возможности уничтожения страданий бесчисленных живых существ и определение способов достижения этой цели.

Главной практикой для развития пробуждающегося ума является практика обмена себя с другими. Существуют различные объяснения того, как осуществлять эту практику. Но все они имеют одно общее положение: необходимо с самого начала относиться к живым существам с любовью.

Далай-лама

Сострадание, счастье (радость), доставляемое другим людям, и любовь очень близки по своей сути. Это разные стороны одного и того же явления. И они имеют, на мой взгляд, вполне ясное физическое объяснение.

Чтобы некая физическая система, находящаяся в неравновесном состоянии относительно своего окружения, пришла в равновесие, надо, чтобы она избавилась от неравновесной части своей энергии или вещества (рис. 14).

Неравновесное
состояние

L (параметры системы:
энергия, структура)



ТРАЕКТОРИИ
ВО ВР

14. Переход системы из неравновесного к равновесному со-

стоянию

1. Биосистемы всегда неравновесны по отношению к окружению. Они постоянно импортируют необходимые для их жизнеобеспечения энергии, вещества и впечатления. Но при этом сами подчиняются законам физики и, как обычные физические системы, стремятся к равновесию с окружением. Поэтому они постоянно экспортируют вовне неравновесные части своей энергии, вещества и производимые ими ментальные продукты.

Освобождаемые при этом энергетические уровни системы являются потенциальными получателями (акцепторами) для новой энергии и информации, которые вносят жизненно необходимую организму новизну и положительную динамику (рис. 15).

1 Этап

Экспорт
неравновесных
продуктов



Уровни
неравновес
энергии



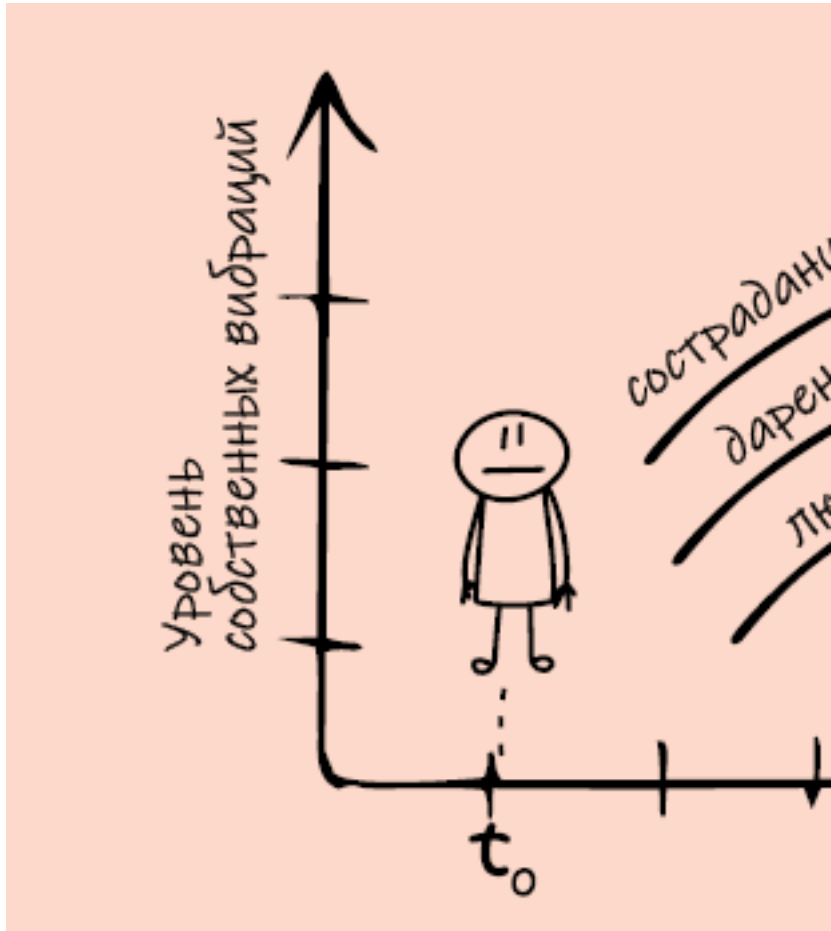
Свободные
уровни
энергии

15. Движение энергии, вещества, ментальных продуктов в биосистемах

Перефразируя Далай-ламу, можно сказать: даря любовь другим, мы освобождаем место для любви к себе.

Таким образом, сострадание, любовь являются необходимой частью нормальной здоровой биологической игры. Их отсутствие неизбежно приведет к нарушению функционирования и деградации организма и разума. Избыточная внутренняя энергия, не находящая выхода вовне, рождает бессознательный страх, неуверенность. Примерно такие же внутренние ощущения неосознанно вызывает вид громадной волны и другие природные и искусственные явления, обладающие огромной энергией и разрушительной силой. В данном случае это внутренняя «волна».

2. При определенных условиях передача энергии от неравновесной системы окружению может оказаться лишь частью процесса внутренней алхимии. Например, низшие формы внутренней энергии (вибрации) трансформируются и переходят в высшие. Это не противоречит фундаментальным законам физики (п. 4.6.3 и «Практика») и может иметь место при сострадании, дарении и других положительных деяниях (рис. 16).



16. Трансформация внутренних вибраций под влиянием положительных деяний



Хорошие отношения противоположны плохим. Например, любовь и озлобление не могут возникать в одной и той же личности... данные типы сознания являются взаимоисключающими, противоположными. Вот почему, практикуя и умножая сострадание и любовь – добрую сторону ума, будете автоматически искоренять другую ее сторону.

Далай-лама

Так алхимически действуют любовь и сострадание против страдания.

Наглядный физический пример трансформации вибраций – лазер. В нем неорганизованная энергия трансформируется в высокоупорядоченное направленное излучение фотонов с помощью специального резонатора.

В ментальных процессах роль резонатора как раз и играет сострадание или любовь. При этом сам организм приходит в равновесие (спокойствие). Ментальное донорство (сострадание, сочувствие) еще и поднимает нашу самооценку.

Аналогичные по смыслу результаты достигаются при определенных физических нагрузках. Существует огромная разница в результатах от занятий любимым видом спорта и обременительным рутинным физическим трудом. В первом случае улучшается настроение и физическое состояние, укрепляется внутреннее равновесие. Во втором результаты прямо противоположные.

Таким образом, ненасильственное энергетическое и ментальное донорство полезно во всех аспектах жизни. Через избавление от части внутренней энергии достигается спокойствие и равновесие, которые определяют качество динамики ментальных и физиологических процессов.



– очень практичный навык. По сути, сочувствие окружающим очень разумно.

Далай-лама

Для эффективного управления системой следует освобождать в ней место для внешней энергии. Для этого необходимо хотя бы периодически избавлять ее от формирую-

щихся внутренних структур и избыточной энергии, поэтому пути экспорта внутренней энергии, вещества и ментальных продуктов должны быть исправными и открытыми. Эти положения имеют особое значение для медицины («Практика»).

Из концепции сострадания можно извлечь ряд существенных идей для многих материальных технологий.

Вывод.

Любовь и сострадание присущи всем уровням материи. Они являются проявлением закономерностей, существующих на материальном уровне, и имеют физическое объяснение. Объединяющие принципы – это физические явления: электромагнетизм, гравитация, сродство и т.д. Это знание делает мир ментальных явлений доступным для исследования физическими методами.

5.4. Установление границ



большего несчастья, чем незнание границ своей страсти, и нет большей опасности, чем стремление к приобретению.

Лао-цзы

Очевидно, что критичное нарушение или исчезновение границ любой системы означает разрушение ее целостности. К таким нарушениям относится в том числе чрезмерная захватническая агрессия: поглощение окружения в количестве, которое не может быть освоено без нарушения самости системы. К катастрофам может приводить и искусственное, но внутренне одобряемое нарушение границ с помощью внешних воздействий. Это имеет место в современной медицине, которая часто по незнанию переходит «красные линии» нормального функционирования организма, не пытаясь их даже очертить.

Я полагаю, что сама постановка и осознание проблемы нарушения естественных границ организма способна изменить наши представления о стратегии медицины и принципы взаимодействия с биообъектами.



каждых десяти имеются еще три человека, которые умирают от своих деяний. Это происходит оттого, что у них слишком сильно стремление к жизни.

...Если же он распускает свои страсти и поглощен своими делами, то не будет спасения от бед.

Чему учат люди, тому обучаю и я: сильные и жестокие не умирают своей смертью.

...Существо, полное сил, стареет – это называется нарушением дао. Кто дао не соблюдает, погибает раньше времени.

Лао-цзы

Слишком часто мы чрезмерно деятельны и суетливы. Далеко не все, чего мы хотим и достигаем, нужно нам на самом деле: не все пройдет тест на пригодность в будущем. Большинство из того, что мы делаем, не ведет к счастью. Более то-

го, многими действиями мы сознательно заполняем временную пустоту, напрасно тратим внутренний потенциал. Расплата за такую трусливую беспечность рано или поздно наступит. Будет ли это вечером, когда вы останетесь с собой наедине и врать про себя будет некому, или в конце жизни – неважно. Важно, что вы осознаете, а значит, заплатите. Не могу не вспомнить забытый шедевр об альтруизме и смысле жизни «Как закалялась сталь»: «Самое дорогое у человека – это жизнь. Она дается ему один раз, и прожить ее надо так, чтобы не было мучительно стыдно за бесцельно прожитые годы, чтобы не жег позор за подленькое и мелочное прошлое и чтобы, умирая, мог сказать: вся жизнь и все силы отданы самому главному в мире: борьбе за освобождение человечества». Понимая, что главный враг все же внутри, стоит добавить: ...и себя от своего «Я».

Недеяние – это то, что мы можем не делать без ущерба своему здоровью и сознанию. Но это и не значит сложить руки. Есть два типа активности. Первая – потенциально необходимая для поддержания эволюции. Любой человек вовлечен в какую-то деятельность. Но чем ближе эти действия к естественным формам движения, тем они эффективнее. Иной вид активности, порождаемый поглощенностью собой, буйством страстей и т.д., противоречит естественным потокам, законам здоровой ментальности, не гармонирует с физическим телом и ведет к исчерпанию жизненных сил.

Спокойствие сознания и тела – один из важнейших спо-

собою противостояния этим негативным процессам.

Лучший способ не наносить ущерб себе – это придерживаться универсальных правил, сформулированных в разных религиях и отдельными мыслителями. И это не вопрос веры, а ментальная профилактика.

“

излечивающим недомогание, являются правильные пути.

Далай-лама

“

не теряет свою природу, долговечен.

Лао-цзы

Непоглощенность собой, открытость – это естественное состояние материи. Чтобы не терять свою Природу, надо ее понимать и самоосознавать: отражать свое «Я» в любом подходящем «зеркале» и найти ответ на вопрос «Кто Я?».

5.5. Работа с телом

Тело и разум едины, но отличаются по спектру вибраций. Ментальные процессы напрямую влияют на тело.



же радость (горе), как сознание, может почувствовать и наше тело.

Мы думаем вместе с телами.

Фритьоф Капра

Верно и обратное. Действия с телом влияют на ментальное состояние. Природа автоматически поддерживает незримый баланс между разумом и телом. Чем сильнее напрягается одно, тем меньше проблем у другого. Компенсация проблем разума телом и наоборот – это важный способ управления («Практика»).

Вариант, испытанный мной неоднократно. Когда наступало состояние болезненности, слабости или плохое настроение, тревога и т.д., я устраивал себе физические нагрузки:

лыжи, велосипед, плавание. И это приводило к неожиданным результатам. Организм как будто включался, становился активным, задействовал внутренние ресурсы и перерабатывал немочь. От прежнего состояния и настроения не осталось и следа. И в дальнейшем не было расплаты в виде ухудшения состояния.

Знаю по себе, и чужой опыт об этом ясно свидетельствует, что наши внутренние резервы намного больше, чем мы можем, но часто боимся себе представить и использовать. Мы должны уметь их задействовать.

5.6. Изменение угла зрения



угол зрения, мы изменяем свои ощущения и действия, что в свою очередь меняет мир вокруг...своим умом создаем собственную реальность.

...Сместить фокус с себя на других, со страдания на страдание.

...Простой способ борьбы с тревогами: размышления об окружающих. Думайте о людях, которые оказались в такой же, а может, и худшей ситуации, чем вы, но выжили и даже смогли стать счастливыми.

Далай-лама

Как бы ни выглядело это цинично, но, демонстрируя человеку чужие страдания и беды, можно лечить его душевные недуги. Для этой «грязной» затеи можно предложить массу способов. Хочешь понять, насколько ты несчастлив, ор-

ганизуй себе экскурсию в палату с безнадежными раковыми больными.

Смещая внимание с себя, со своих неурядиц на страдания других, мы избавляемся от внутренней заикленности.

В практической медицине можно менять предмет воздействия с одной цели на другую – с одного органа на другой. Это автоматически изменит внимание тела и освободит его от первоначальной боли и автоматической блокировки. С помощью искусственных вибраций это можно делать и на ментальном уровне (п. 6).

На любое воздействие организм реагирует всеми своими системами, но в разной степени. Если правильно использовать взаимосвязи между ними, можно путем внутренних переключений добиться многого. Например, дыхательные практики могут уравновесить сердечный ритм, воздействия по меридианам влияют на не связанные, казалось бы, с ними процессы и т.д.

Восточные практики часто используют внутреннюю визуализацию для решения проблем со здоровьем. Это достигается с помощью медитации и методов переключения внимания.

5.7. Юмор



должен сообщать людям, что у них есть что-то общее.

Далай-лама



Юмор, как ничто другое, способен создать для человека некую дистанцию между ним самим и его ситуацией, поставить его над ситуацией.



Я считаю смешливость и чувство юмора универсальным мерилom духовного развития.

Далай-лама

Юмор (как и логические парадоксы – коаны) – это не просто трюизм языка, а сложная ментальная конструкция. Юмор, язык и логика – порождение материи. И это является поводом для размышлений и изобретательности («Практика»).

Юмор обладает важнейшим психологическим эффектом.



о чем тьма способна думать, все, что она постигает и понимает, является тьмой; стало быть, ее рассеивает только то, что неожиданно, нежелательно и непостижимо.

Карл Густав Юнг

Юмор и парадоксы производят сингулярный переход от бессознательного к сознанию, освещая путь человеку.



ведет нас к понимаю полноты жизни.

Карл Густав Юнг

Юмор в физическом смысле может быть оценен как

нечто объединяющее необычным образом различные явления, сущности. К подобным же явлениям можно отнести симбиоз различных веществ, процессов, технологий, приводящий к синергетическому усилению или появлению нового качества. Этим подходом человечество успешно пользуется на протяжении всей своей истории. Но теория и потенциал этого метода далеко не исчерпаны. Особо это касается медицинских технологий, которые, за исключением диагностических методов, являются весьма консервативными.

5.8. Радость



пребывайте в радостном состоянии ума.

Преследование цели или стремление достигнуть чего-либо не имеют никакого отношения к умению радоваться жизни. ...Радость живет в уме человека и его душе.

Каждый день нам выпадает шанс начать сначала. Каждый день – наш день рождения.

Радость гораздо более объемнее счастья.

Важно, чтобы наша повседневная жизнь была осмысленной, а наше отношение позитивным, сердечным и лишенным уныния.

...Грустный не может влиять на действительность.

Далай-лама

Но могут ли такие сложные феномены, как юмор, ра-

дость и счастье, быть предметом физического исследования и управления, или это только свойства сознания? У меня пока нет доказательного ответа. Но, несмотря на кажущуюся дистанцию между материальной реальностью и чувственным миром, я не сомневаюсь в возможности положительного решения.

5.9. Стресс

5.9.1. «Вред» стресса

Современные концепции стресса априори предполагают его вредоносное значение. Но ведь Природа изначально встроила в нас механизм защиты в виде автоматической мобилизации внутренних ресурсов при стрессе. Заблуждение об абсолютном вреде стресса противоречит биологическим законам.



есть яд, ничто не лишено ядовитости, и все есть лекарство. Одна только доза делает вещество ядом или лекарством.

Парацельс



что нас не убивает, делает нас сильнее.

Фридрих Ницше

Использование стресса в профилактических и лечебных целях сегодня весьма ограничено. Самыми известными являются прививки, психологическая стресс-терапия и некоторые другие. Но в целом потенциал этого явления явно недооценен.

Изменив точку зрения на стресс с негативной на прагматическую, можно добиться удивительных результатов.

Используя подсказки Природы, можно научиться ее искусству «алхимии» и преобразовывать (инвертировать) нежелательное в ценное, отрицательные физические и ментальные стрессовые воздействия – в здоровье, радость и иные полезные вибрации. Для этого и стараться почти не придется, так как организм сделает это автоматически.

Приведу высказывания, в которых не только оценка роли стресса, но и контуры будущих, по-настоящему природных медицинских технологий, раскрывающих и использую-

щих внутренние ресурсы организма.



Переживание печали и горя – важная веха на пути к истинной радости.

Взрастил человеческие качества не вопреки, а благодаря им.

...Красота невозможна без боли, недовольства и страдания. Такова природа вещей, так устроена наша Вселенная.

Но одно дело – понимать необходимость страдания умом, и совсем другое – вспомнить об этом в пылу гнева, испытывая разочарование и боль.

...Открывая в себе умение радоваться жизни, мы учимся смотреть в лицо страданиям, не озлобляясь. Страдание облагораживает. Переживая беды, мы не ожесточаемся, залечивая душевные травмы, не чувствуем себя сломленными.

...Слезы, стресс и раздражение способны стать источником, животворящие воды которого подпитывают наше эмоциональное и духовное развитие.



коль скоро судьба возложила на человека страдания, он должен увидеть в этих страданиях, в способности перенести их свою неповторимую задачу.

Виктор Франкл



камень нельзя отполировать без трения.

Конфуций

5.9.2. Экстремальный стресс

Как ни парадоксально, но полезным может быть даже экстремальный стресс, превышающий некие пороговые, но не смертельные значения.



трагедия таит в себе возможности... истинную природу счастья возможно разглядеть лишь в свете болезненного опыта. Только резкий контраст с болезненными переживаниями учит ценить мгновения радости.

Далай-лама

Знаменитый психотерапевт Виктор Франкл, переживший ужасы концлагерей и сумевший сохранять в них жажду познания, так характеризует свой экстремальный опыт.



Самая тяжелая ситуация как раз дает человеку возможность внутренне возвыситься над самим собой.

Достоевский, определивший человека как существо, которое ко всему привыкает. Если бы нас спросили, насколько это верно, мы бы ответили: «Да, это так. Человек ко всему привыкает. Но не спрашивайте нас – как».

Жизнь в лагере полна контрастов, которые высвечивали определенную относительность страданий.

Угасание нормальных чувств. Это тоже лекарство.

Апатия, внутреннее оцепенение, безразличие – эти проявления второй фазы психологических реакций делали его менее чувствительным. Именно этот род нечувствительности можно считать необходимейшей защитной броней, с помощью которой душа пыталась оградить себя от тяжелого урона.

Иссякла его вера в будущее и устремленность к нему – и организм сдался.

При стрессе реальность сужается. Все мысли

и чувства концентрируются на одной-единственной задаче – выжить!

В Аушвице заключенный, находящийся в состоянии первичного шока, совсем не боится смерти.

...Мы были совершенно голые и мокрые на холоде осенью. Но никто не схватил даже насморка. Учебники лгут. В них написано, что человек не может обходиться без сна столько-то часов – вранье!

...Пришлось забыть о зубных щетках; разумеется, мы испытывали жесточайший авитаминоз, но состояние десен было лучше, чем когда-либо раньше, в периоды самого здорового питания.

Виктор Франкл

Аналогичный пример: на фронте у солдат, находящихся в чрезвычайных условиях, было на удивление мало простудных заболеваний. Люди, пережившие голод и лишения, чаще обычного обладают железным здоровьем и оказываются долгожителями. Я могу это свидетельствовать на примере своей матери и ее ровесников, переживших страшные голодные годы войны.

По себе знаю, какое состояние эйфории и энергетической полноты и подъема наступает после преодоления тяжелого эмоционального стресса!

5.9.3. Использование стресса

Стресс может запускать физиологические и ментальные изменения, порождающие новые процессы, идеи и смыслы. Известно, что в экстремальных ситуациях человек часто находит необычные эффективные решения. Это свидетельствует о потенциальности этого метода для генерации нестандартных идей. Это, конечно, не повод подвергать ученых экстремальному стрессу, чтобы лучше соображали. Например морить голодом (но на некоторых из них стоит так подействовать). Однако разумные практические методы на этой основе сформировать возможно («Практика»).



есть из жадности. А есть, чтобы выжить.
Далай-лама

Голодание и ограничения в питании активно используются. Это особенно актуально для регулярно и «хорошо» пи-

тающегося организма современного человека.

Но главное заключается в другом:



всегда думать о том, как наше тело питается, на более глубоком уровне.

Далай-лама

Давно подмечено, что в аномальных условиях (альпинизм, концлагерь и т.д.) баланс потребляемой и расходуемой энергии часто оказывается отрицательным. Человек в этих условиях должен умереть, но он жив. Существует загадочная энергетическая кладовая, которая открывается в таких ситуациях.

Помимо классической пищи наше тело питается и другими способами. И это не противоречит законам физики. Оно напрямую извлекает энергию из окружения – теплового хаоса, Солнца, магнитного поля Земли, процессов неорганической материи. Важную роль в этом играет внутренняя вода организма («Практика») (рис. 17 а).

Обычная пища помимо традиционных функций может

выступать в качестве фермента, катализатора скрытых процессов преобразования «несъедобной» энергии.

Важную роль играют вибрации, получаемые по визуальному и акустическому каналам в виде впечатлений.

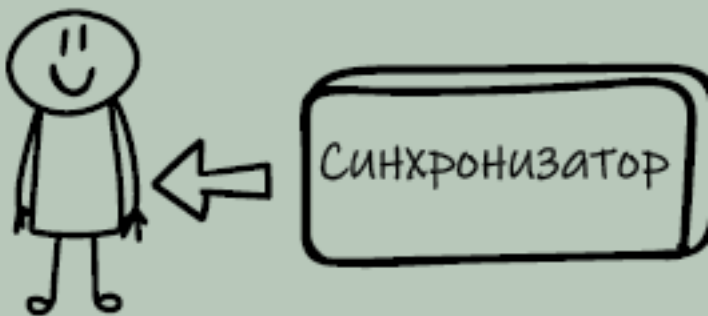
Существует возможность искусственно усилить процессы скрытого потребления энергии, если между окружающей средой и человеком поместить устройство, синхронизирующее их. Тогда энергию для жизни можно будет извлекать в любое время, в любом месте, в любых количествах. Принцип его работы может быть основан на природных топологиях движения («Практика») (рис. 17 б).

Окружающая среда

а)



б)



17, а, б. Непищевое извлечение энергии организмом из окружающей среды

В будущем такой процесс сможет управляться непосредственно сознанием.

Вероятно, что и КПД обычной пищи зависит от ментального состояния.

Дети, у которых, как правило, позитивный настрой, производят огромную сумму движений, но потребляют обычное количество еды.

В состоянии депрессии, при стрессе человек ест много и обычно малоподвижен. При этом не полнеет.

Понимание того, как и чем организм питается, на самом деле может привести к революционным изменениям («Практика»). Но это пока мало изучено.

Искусственно затрудненное дыхание, гипоксия, дыхательные практики с необычной модуляцией. Помимо использования в качестве самостоятельной лечебной процедуры они могут применяться, например, во время физиотерапевтических воздействий.

Парадоксально, но даже непродолжительное регулируемое специальным образом отсутствие обычного сна может быть лечебным.

Интересные эффекты может дать кратковременное полное исключение звуковых, визуальных, природных электромагнитных и иных воздействий на человека. Это погружение

в радикально новую для организма ситуацию создает контраст (полярность) с обычным состоянием и активирует собственные ресурсы. Одним из действующих устройств такого рода является камера сенсорной депривации.

В известных опытах Филатова было обнаружено, что предварительно замороженные ткани приживались лучше и стимулировали работу всего организма:



попадая в неблагоприятные, но не смертельные условия, начинают вырабатывать стимуляторы, способные активизировать работу всего организма.

Владимир Филатов

Наша идея состоит в том, что подобным образом можно обрабатывать собственную кровь и другие жидкости организма, отдельные органы, микроорганизмы и т.д. Делать это можно непосредственно в организме человека или вне его, возвращая назад обработанную субстанцию. Нас могут ждать удивительные результаты («Практика»).



Внутриутробное развитие ребенка действительно регулируется подобным биологическим законом. ...Похоже, именно стресс и противостояние стимулируют внутриутробное развитие. Если биологического стресса нет, стволовые клетки не проходят дифференциацию, т.е. не преобразовываются в человека. Без стресса сложные формы жизни, вроде нашей, никогда бы не развились. Мы бы никогда не появились на свет.

Далай-лама

Это весьма важное наблюдение с интересными практическими перспективами («Практика»).

Особую роль могут сыграть необычные физические нагрузки. Спектр возможных вариантов ограничивается только фантазией.

Даже искусственно спровоцированный взрыв гнева в определенных условиях может привести к облегчению и успокоению сознания и тела. Стресс выступает как разрядка

и выброс лишней энергии.

Известно, что собственные излучения и поля биообъектов резко возрастают в критических условиях. Эти энергии, искусственно обращенные внутрь с помощью метода автостимуляции (п. 4.2), способны вызвать активацию и перестройку внутренних процессов.

Стресс может быть полезен, но не стоит забывать, что:



и фрустрация – очень часто главные источники ненужных или искусственно созданных страданий, проблем со здоровьем.

Далай-лама

Использование стресса – сложная задача со множеством переменных. При ее решении придется обязательно отвечать на вопросы: чего мы хотим? какой системе и как устроить полезный стресс? какова его амплитуда и продолжительность? Главное – не навредить. Стресс не может стоить слишком дорого.

5.9.4. Модуляция

Симметрия ведет к стабильности, асимметрия создает полярность и порождает новые состояния. Поэтому важно, чтобы стрессовое лечебное воздействие содержало элементы асимметрии, а организм не привыкал к нему и не реагировал как на повторяющийся стимул.

Необходим баланс между строгой периодичностью и асимметрией, а также синергия с третьей силой. Это относится ко всем внешним лечебным воздействиям («Практика»).



пауза давала свободу и позволяла ответить, а не реагировать сгоряча.

Мы перестаем быть рабами своих реакций именно в тот момент, когда научимся продлевать краткий миг между стимулом и ответом.

Далай-лама

Пауза между начальным небольшим воздействием с последующим нарастанием амплитуды дает возможность организму адаптироваться и естественно, правильно реагировать на него. При этом достигается максимальный результат лечения. Этот принцип должен применяться при использовании стресса и других воздействий («Практика»).

5.9.5. Выводы

Радость, счастье и физическое здоровье на одном полюсе бытия, страдания – на другом. Эти полюса связаны и неразрывны. Современная доктрина максимального постоянного комфорта жизни явно противоречит биполярной природе и сущности биоматерии, запечатленной в ее эволюционной памяти.

Стресс может быть лекарством от душевных проблем, заглушая такие проявления и реакции, которые могут нанести еще больший урон. В такие моменты сознание со всеми его проблемами ослабевает и уходит в тень, уступая место естеству, самой жизни.

Правильно организованные стрессы являются важным естественным средством продуцирования жизненной силы и профилактическим способом избегать проблем, привнесенных ложными удовольствиями. Стресс может стать важной медицинской технологией.

5.10. Автоматизмы и зацикленность

5.10.1. Природа автоматизмов

Множество ритмов в работе организма – это результат работы автоматического механизма стабилизации его состояния. Он препятствует потерям энергии и информации и обеспечивает сохранение его целостности в меняющемся окружении. И в ментальной сфере мы тоже подсознательно стремимся к предсказуемости, стабильности своих ритмов и отношений.

Автоматизм, реализуемый через цепочки положительной обратной связи (ПОС), – это проективная эволюция неорганической материи, запечатленная в живом (п. 4.6.2).

На самом деле Природа всячески избегает однообразия и постоянства – главных препятствий на пути эволюции. Поэтому автоматизмы имеют и обратную сторону. Они в любом случае неизбежны и необходимы, но они же всегда ведут к деградации. Такое неизбежное противостояние с внешним окружением приводит к растрачиванию ресурсов и в любом случае – к проигрышу и смерти. Это неустраняемая причина разрушения организма.

Защикленность (автоматизм), развитая в избыточной мере, имеет отрицательный эффект. При определенных обстоятельствах благо становится злом, защита переходит в свою противоположность – агрессию, самость, сохраняя себя, запускает механизм саморазрушения. Полезные и необходи-

мые цепочки положительной обратной связи, перешедшие в критический режим, могут замыкаться непредсказуемым образом, превращаясь в разрушительные потоки, приводя к стагнации, блокированию новаций, усилению негативных процессов и деградации системы. Примером является прогрессирующее развитие различных болезней, в частности рака. Из мира физики: лазерное излучение, ядерные реакции и т.д. В основе всех подобных явлений лежит резонанс и синхронизация.

Противоречие между замкнутостью, зацикленностью биосистем и необходимостью их открытости на всех уровнях, в т.ч. и ментальном, – это проявление фундаментального диалектического закона.

5.10.2. Ментальная зацикленность

Особо остро проблема автоматизма распространена в ментальной сфере, которая часто становится ареной жестокой и смертельной борьбы, и, как правило, в отсутствии объективных причин для этого.

Сознание и мысли, сформированные в обществе потребления и благоденствия, несут массу горя и проблем. Сознание создает искаженную реальность, порождая муки душевные и, как следствие, физические недуги.

Особый вред приносит человеку ментальная зацикленность на самом себе. (Правда, сложность причинно-следственных связей и необратимая потеря начальных условий часто делают бессмысленными попытки разделения ментальных процессов на внутренние и внешние.)



мы замыкаемся и зацикливаемся на себе, однажды это неизбежно приведет к сильнейшему – глубочайшему –

разочарованию.

Когда мы чересчур сосредоточены на себе, наше видение сужается и даже незначительная проблема кажется несоразмерно важной и непреодолимой.

...Излишняя заикленность на себе запирает дверь в душе человека, и ему становится трудно общаться. Но если нас заботит благополучие других, эта дверь открывается и коммуникации легко налаживаются.

Если я не буду прощать своих обидчиков, они отнимут у меня и остаток жизни. Отказываясь прощать, мы лишаем себя возможности наслаждаться жизнью и ощущать ее ценность.

Как только люди перестанут заикливаться на себе (на своем узком мире), они сразу почувствуют небывалую радость.

Все ученья о драхме сходятся в одном – уменьшить поглощенность человека самим собой.

Далай-лама



и земля долговечны, потому что существуют не для себя.

Лао-цзы

5.10.3. Последствия

Защелченность означает развитие самозамкнутой системы с постоянным воспроизводством внутренней информации. На это организм вынужден бесполезно расходовать ограниченный запас внутренней энергии, необходимый для поддержания гомеостаза и потенции. В условиях критического усиления внутренних цепочек положительной обратной связи объем потребления этой энергии может резко возрасти.

Эта бессмысленная плата подобна работе демона Максвелла из физики, который обязан тратить свою внутреннюю энергию для обработки информации. В условиях усиливающейся замкнутой циркуляции информации демон Максвелла, по иронии названный демоном, превращается в реальность, пожирающую человека изнутри, во внутреннего демона. Это странным образом совпадает с религиозной и метафизической терминологией!

Лазер – хороший пример, как защелченность рождается в процессе многократного отражения излучения и через положительную обратную связь приводит к концентрированному выбросу энергии. Для организма такой выброс может оказаться губительным.

Защелченность создает изолированность и самоограничение. В соответствии с законами термодинамики (использу-

ются в данном случае условно) в системе, попавшей в такие условия, качество энергии и информации деградируют, энтропия растет. Разрушается семантическая составляющая.



большинство базовых вещей о мире уже все знаем, как нам кажется, а все то, что может заставить поломать голову, искусно избегаем, пользуемся старой информацией, паразитируем на ней и избегаем новой, отчего мозг и тело деградируют.

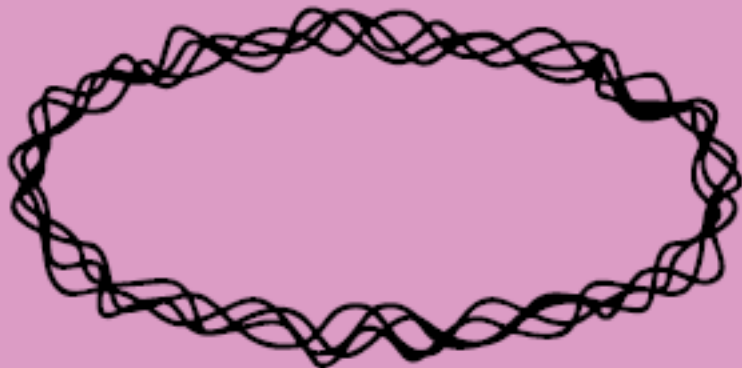
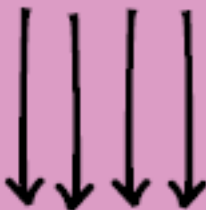
Татьяна Черниговская

Эволюции свойственно самоограничение и самоотречение. Это проявляется в забывании начальных условий. Верхние уровни структуры возникают из порядка, существующего на нижних уровнях. Но при этом они подчиняют их своему поведению, отрицают их самостоятельность и тем самым исключают начальную индивидуальность.

Иерархическая подчиненность нижних уровней высшим наблюдается во всех самоорганизующихся (СО) системах. Это следствие резонанса и принудительной синхрониза-

ции. Чем более строги и выражены основные ритмы СО системы, тем четче ритмы внизу (рис. 18).

Верхние чρο



Нижние чρο

18. Усиление четкости ритмов верхних уровней приводит к замкнутости и четкости

Психологическая зацикленность – это выраженный замкнутый ритм. Как верхний уровень, в соответствии с принципом подчиненности, он транслирует свое поведение и управляет нижними уровнями: нервной, эндокринной, иммунной и другими системами организма, уровнем физико-химических взаимодействий. Это приводит к усилению замкнутости и четкости ритмов этих систем.

Не находя выхода вовне, производимая внутренняя энергия поглощается химическим уровнем. Это приводит к увеличению скоростей кристаллизации неорганических соединений в организме и, как следствие, к жесткости, ослаблению пропускной способности каналов передачи энергии, вещества и информации и в итоге – к утрате функционала систем жизнеобеспечения. Это делает организм уязвимым для внешних воздействий («Практика»).

Это выглядит как парадокс. Чем более точны и воспроизводимы высшие ритмы, в том числе физиологические, тем более консервативной становится система. Зацикленность блокирует поступление новой информации и энергии и по своей сути противоречит принципу обязательной открытости биологической системы.

Таким образом, зацикленность в ментальной сфере ослабляет жизненную потенцию.

Вредоносные процессы ментальной и физиологической избыточной зацикленности сходны по своей природе, поэтому к ним применимы подобные по смыслу методы разрушения.

Зацикленность приводит к сбоям в механизмах экстракции энергии, т.к. степени свободы, которые должны поглощать полезную энергию, оказываются постоянно заняты энергией, генерируемой внутри.

Таким образом, утратившие по каким-либо причинам естественные ограничители и не остановленные в своем развитии цепочки положительной обратной связи превращаются из необходимого элемента существования жизни в свою противоположность. Они одновременно добро и зло, жизнь и смерть.

Зацикленность – это один из ярких примеров нарушения естественной сбалансированной логистики информации и энергии как внутри организма, так и между человеком и внешним миром (рис. 19). Это фундаментальная проблема, порождаемая внутренней Вселенной человека и эволюцией нижнего уровня – неорганической материей.



Нормальный объем организма
с окружающей средой при низком
уровне зацикленности

Частым проявлением эволюционно выработанной реакции «Бей или беги» является сосредоточенность на негативных моментах отношений между людьми или каких-либо ситуациях. Память о них постоянно воспроизводится, всплывает в сознании. Но главная неприятность в том, что она затеняет хорошее, положительное. Помним о плохом, забывая хорошее. Если бы мы были более объективными в отношении себя, фиксировали и сознательно воспроизводили положительные моменты из прошлого, то могли бы существенно улучшить наше ментальное состояние и отношения с людьми. Простая терапия через документирование и автоматическое напоминание способна решить многие проблемы заикленности и предвзятости. В любом случае объективность и логика возьмут верх над негативными эмоциями, особенно когда они предъявляются самому себе.

Пустотная информация.

До информационной революции человек получал информацию непосредственно от Природы и в относительно узком кругу общения.

Сегодня наблюдается ее колоссальный рост и обобществление. Это открывает новые перспективы эволюции человечества. Но есть и обратная сторона. Человек независимо от своего желания погружен в этот поток информации, производимой, препарированной другими людьми. И даже если он не пытается ее осмыслить, то бессознательно все равно воспринимает и вынужден обрабатывать. Еще более неприят-

ная картина возникает, когда человек пытается вникнуть в эту палитру индивидуально окрашенных мнений. А по сути, этот огромный массив информации в подавляющем объеме не важен для конкретного индивидуума. Это избыточная, пустотная информация. Она заставляет с напряжением работать внутренние системы организма, бесполезно растрачивая энергию. Избыточность переполняет каналы связи и не дает возможности получать и осмысливать действительно важную и необходимую информацию. В таких условиях мозг перестает аналитически работать (знаю по себе). Демон продолжает свою черную работу независимо от того, возник он сознательно или бессознательно.

5.10.4. Как разорвать круг

Полностью исключить заикленность принципиально нельзя (п. 5.10), но ослабить ее вполне возможно. Взгляд на эту проблему под разными углами рождает различные технологии ее преодоления. Этот положительный момент в то же время означает, что в границах нашего разума недостижимо универсальное эффективное решение.

Изменяя, размывая ритмы заикленности на ментальном уровне, мы дестабилизируем ритмы внизу. Это уменьшает скорость и интенсивность кристаллизации неорганической компоненты.

Методы преодоления заикленности содержатся в многих практиках. Кратко опишу основные принципы.

Заикленность – одна из причин страданий, поэтому для ее устранения применимы все методы преодоления страданий.

5.10.4.1. Дайте что-нибудь новенькое!

Привнесение новизны – лучший способ избежать губительного действия удушающей четкости ритма. Он эффективен для всех уровней и систем организма. Мозг и тело живы и не угасают при наличии новизны, источниками которой могут быть и внешняя среда, и внутренний мир.

Несложно заметить, что в человеке живет якобы немотивированная, а на самом деле встроенная в его бессознательное тяга к перемене мест, смене половых партнеров, видов деятельности и т.д. Человек неосознанно стремится избегать одиночества, приводящего к замкнутости.

Так же как необходимы телу пища и воздух, человеку важны ментальная информация и впечатления. Без первых двух он может прожить какое-то время, без ментального потока – ни мгновения.

Поэтому так важны способы обновления ментальной и физической ситуации (смена питания, режима дыхания и т.д.). Даже небольшие изменения в привычках способны вызвать положительный эффект.



поистине работает только тогда, когда сложно, когда нужно что-то понять и поломать голову.

Татьяна Черниговская



начинается, когда вы закрываете книгу.

Гегель

Почему творческие люди живут, как правило, дольше и точно счастливее?! Они стремятся любыми способами стать свободными, более открытыми миру. Поэтому и рождают новизну: новый стих, глагол, становятся поэтами. Че-

рез творчество обновляется внутренний мир. Это, вероятно, самый эффективный и безопасный способ избегать ментальной и, как следствие, физической деградациии.

Но все имеет меру, и все индивидуально. Суперстресс, избыточная новизна, которую невозможно освоить и переработать, ставят в тупик, парализуя разум и организм, и опять приводят к внутренней зацикленности. Избыточное лекарство становится ядом.

При медленном, слабом внешнем воздействии стекло, железо, лед меняют форму. И из них можно слепить то, что необходимо. Но резкий удар разбивает их.

Управляемые изменения привычных ритмов человека тоже будут восприниматься им как обновление физической и ментальной ситуации. Но они должны быть не менее осознанными, чем прием лекарства больным: в нужное время и в нужном количестве. (Методы привнесения новизны с помощью модуляции внешних условий и искусственных внешних воздействий изложены в «Практике».)

Современные теории когнитивной психосоматики, эндокринной и иммунной систем не учитывают необходимости открытости организма, обеспечивающей поступление «новинок» для его эффективной работы. Это существенно ограничивает их возможности.

5.10.4.2. Расширьте горизонты и не прячьтесь

Биосистемы непрерывно потребляют извне вещество, энергию, информацию. Они преобразуют эти субстанции в новые формы и расходуют внутри, а частично возвращают в окружающую среду.

И хотя этот круговорот имеет уникальные свойства для каждого субъекта, существуют общие правила его нормальной трансформации. Они напрямую влияют на качество жизни.

Препятствия и искажения этого потока приводят к серьезным внутренним проблемам с физическим и ментальным здоровьем. И это напрямую воспринимается субъектом как состояние несчастья. С этих позиций ощущение счастья возникает при относительно гармоничных отношениях с внешним миром.

Ментальные технологии, по сути, предназначены для облегчения и нормализации процессов взаимного обмена человека с окружением путем соответствующей модуляции и трансформации. Это будет одной из важных задач медицины будущего.

При всей непохожести круговорота вещества, энергии и информации в организме и сознании с техническими

устройствами можно многое использовать для взаимного улучшения («Практика» и п. 6).

Взаимообмен организма с окружением можно искусственно активировать, улучшив каналы коммуникаций между ними. Если их пропускная способность возрастает, организм оживает, получая большие возможности для экстракции максимума из окружающей среды. Это еще один взгляд на проблему, позволяющий найти дополнительные способы избежать заикленности. Существует множество вариантов улучшения работы этих каналов («Практика»). Это одинаково полезно для ментальной сферы и физического тела.

5.10.4.3. Играйте полюсами

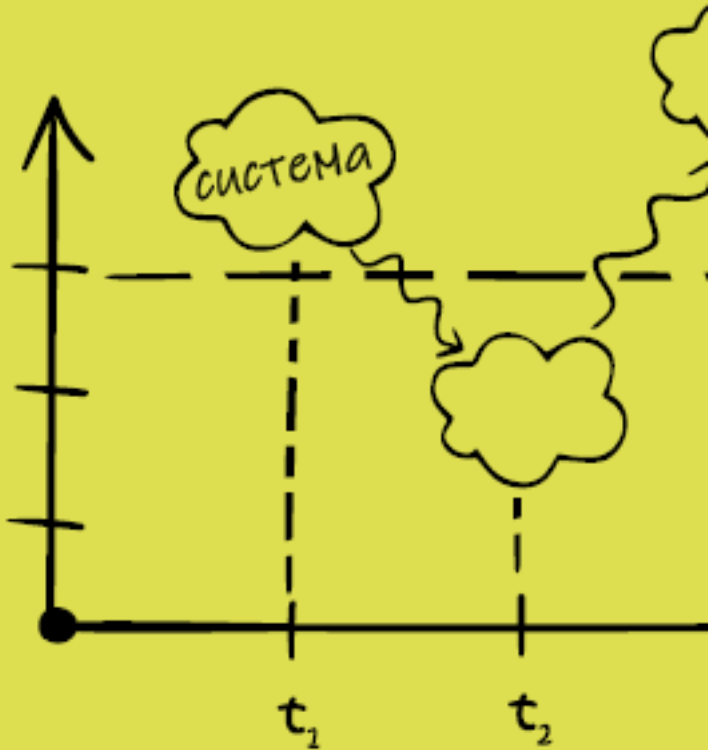


*прямота похожа на кривизну, великое остроумие
похоже на глупость, великий оратор похож на заику.
Ходьба побеждает холод, покой побеждает жару.*

Лао-цзы

Любая динамическая система всегда движется между своими различными состояниями – потенциалами (рис. 20). Поддержание оживляющей разности потенциалов – необходимое условие ее функционирования, поэтому достаточно создать условия, которые вызовут ее движение между различными состояниями – полюсами.

Состояние системы



Использование полярности позволяет формулировать приемы управления, отличные от тех, которые используют принципы ритма и равенства вибраций, хотя все они генетически взаимосвязаны.

Неравновесность, создание полярности, смена условий, амплитуд воздействий привносят разнообразие и новизну.

Полярность можно реализовать через смену и модуляцию способов лечения, физиотерапевтических воздействий, лекарств, упражнений и т.д.: нагрев – охлаждение, включение – выключение поля, излучения, переключение их полярности, модулирование подачи энергии и вещества, смена направления вращения и т.д. («Практика»).

Это не только запускает и ускоряет внутренние процессы, но и порождает качественно новые состояния. Пример – закалка металлов. Анаэробные тренировки лыжников на выносливость обязательно перемежаются силовыми комплексами, иначе высокие результаты недостижимы.

Создание полярности для биообъекта может заключаться в доведении его до критичных, но не смертельных условий с последующим их снятием.

Для достижения максимальной эффективности полярные воздействия должны содержать элементы асимметрии (п. 5.9.4).

6. Физические методы ментальных трансмутаций – алхимия счастья

6.1. Возможность



главной побудительной причиной, лежащей в основе буддийской традиции исследования реальности, является непреклонное стремление победить страдание и улучшить человеческое существование, традиция буддийского исследования всегда была ориентирована главным образом на познание человеческого ума и различных его функций. Эта традиция исходит из предположения, что благодаря более глубокому проникновению в человеческую психику можно выработать методы преобразования наших мыслей, эмоций и лежащих в их основе глубинных склонностей с целью обеспечения более благоприятного для нас образа бытия. Именно поэтому в буддийской традиции была разработана обширная классификация ментальных состояний, а также созерцательные техники, способствующие

совершенствованию определенных качеств ума.

...Несмотря на распространенное представление об обратном, разум поддается изменению.

Далай-лама

Это важнейшее заключение основано на многовековых наблюдениях. Оно означает, что имеется «окно возможностей» для управления сознанием и его производных с разных уровней материи.



полагают, что биологические формы и функции возникли с появлением живых организмов. На самом же деле на биологическом уровне не было создано ничего принципиально нового.

...Никакие формы и функции не возникают de novo; они появляются как комбинация элементов предшествующего эволюционного уровня. Комбинирование – это ключевое явление, создающее то, что представляется новым. Этот принцип основывается на данных, что комбинирование действует на каждом уровне.



секрет радости рождался в ходе странных алхимических преобразований ума и материи.

Далай-лама



как и любой биологический феномен, имеет физико-химическую основу. Борьба за справедливость и стремиться к истине человека побуждают физико-химические сигналы, возникающие в его организме. Альтруизм и сотрудничество находят свое объяснение в присущих автоэволюции процессах самосборки.

Улыбка всегда появляется у человека в трехмесячном возрасте, причем даже у слепых и слепо-глухих детей.

Антонио Лима-де-Фариа

Нет принципиальной разницы между процессами в неорганической материи, органическим развитием и психическими процессами. Счастье, радость, горе и т.д. – итог череды сложных физико-химических взаимодействий. И в этих процессах нет никакой предопределенности и умысла. В мире живой материи и духа нет ничего принципиально нового, что бы мы не могли обнаружить в явлениях самоорганизации неорганической материи. Мы просто наделяем эти явления мифической феноменологией.

Наше стареющее тело, сознание (по крайней мере, грубые его уровни), страдание, любовь и сама смерть есть наследие неорганического материального мира.

Тело человека мало отличается от приемника, психические состояния определяют наши рецепторы. Например, алкоголь, наркотики, адреналин, секс и многое другое – средства добычи счастья.

Человеческое сознание – это автоматическая производная материи, а не порождение абсолютно независимого Сознания. Поэтому и существует принципиальная возможность искусственно корректировать и стимулировать психические состояния с помощью полей, излучений и вибраций. И, по-видимому, это единственный объективный способ достижения счастья. Ни религии, ни ментальные практики не имеют

потенциала его достижения. Объективный мир, нагруженный разнообразными эволюциями, не позволяет им этого.

Мы создали инструменты, которые расширили возможности наших органов чувств, открыв новые измерения материи. Такой же переворот совершит объективная наука в самом инструменте познания – в нашей психике. Сделает ее более уютной и безопасной. Это возможность построить научное основание психики.



нашему понимаю и не дано пока найти мосты, соединяющие друг с другом видимость и осязаемость мозга и кажущуюся бесплотность психических образов, но есть, несомненно, уверенность в их существовании.

Карл Густав Юнг

Вопрос об искусственнизации счастья и других явлений психики сводится, по сути, к признанию или отрицанию возможности искусственными физико-химическими методами влиять на психические состояния человека.

Искусственнизация счастья возможна хотя бы потому, что материальные технологии уже успешно применены к телу и части психических процессов.

Другой аспект такой возможности связан с возникновением и успешным использованием человеком целесообразной разумности. Мы опираемся на разум и традиции.



разумности есть величайшее завоевание человечества.
Карл Густав Юнг

Разумность как успешная познаваемость Природы происходит из автоматичности сознания, порожденного самой материей.

И наш опыт, как следствие разумности, будет подсобником счастья. Счастья можно достигать через объективный опыт.

К искусственному выращиванию счастья применимы все принципы, открытые наукой, на которых базируются наши технологии: ритм, полярность, вибрации, единство. Технология «искусственного счастья» (ТИС) должна сделать путь

к счастью и само счастье измеримым и воспроизводимым. (Министерство счастья уже существует в Бутане).

Но ТИС никогда не смогут быть успешными без учета структуры сознания, и не договорившись с ним.

ТИС может породить нечто удивительное. Но возможно она и не содержит в себе некоего важнейшего элемента, без которого не достичь истинной степени радости и счастья.

6.2. Экспериментальные ВОЗМОЖНОСТИ



*к росту – это введение более высоких измерений
сознания в наше осознание.*

Лао-цзы

Автоматичность сознания означает лишь то, что все его проявления есть не мифические дополнительные измерения, а другие не известные нам области на шкале вибраций, более высокие, чем привычные колебания изученной материи. Часть из них непосредственно связана с восприятием окружающего мира и имеет тот же диапазон, что и его явления. Другая внутренняя часть, подобно микромиру, скрыта от наших органов чувств и очень высока.

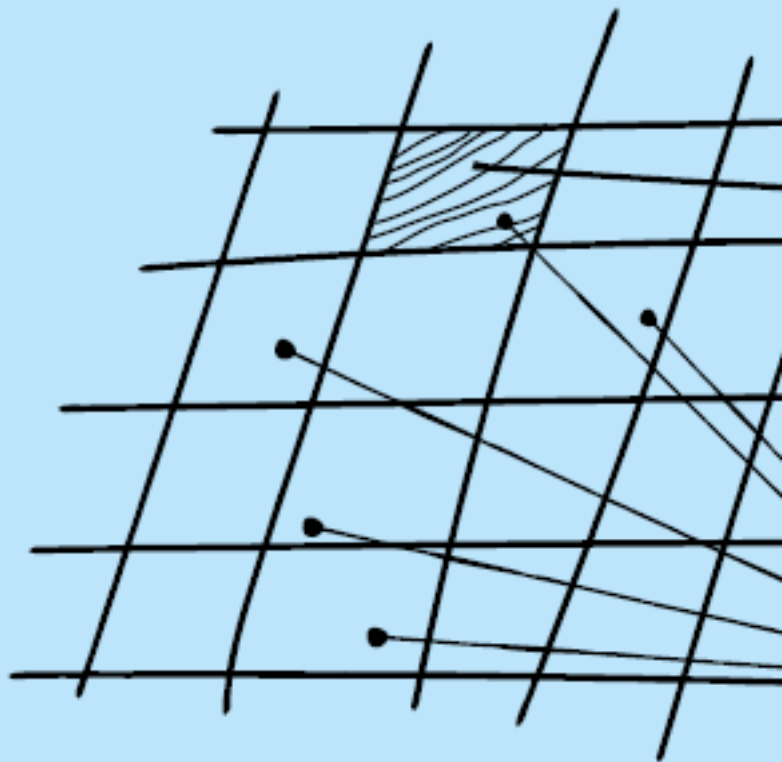
Фундаментальных форм вибраций сознания не так уж много. Вероятно, они подобны семи кристаллографическим

группам. Но внешние условия порождают огромное число из комбинаций и разнообразие.

Ментальные уровни могут быть исследованы с помощью известных физических методов изучения материи, даже несмотря на то, что их вибрации очень сильно отличаются от известных нам колебаний и ритмов материального мира как по темпу, так и по форме. В будущем мы сможем научно классифицировать и управлять этими уровнями.

Одна из таких возможностей.

Современные методы сегодня позволяют исследовать различные физические параметры тела: проводимость, спектр излучения, акустические вибрации и т.д. Существует огромное количество точек на внешней поверхности и во внутреннем объеме тела, в которых можно измерить эти параметры. Проведя такие измерения одновременно в максимально возможном количестве точек, можно получить гиперкуб данных (рис. 21). Такие массивы информации успешно формируются и исследуются, например в технологии гиперспектральной съемки. Разносторонний анализ этих данных способен выявить корреляции между психологическим и физическим состояниями человека.



21. Формирование массива данных о состоянии системы

Возможность использования принципа гиперсъемки основана на экспериментально подтвержденной связи тела, бессознательного и сознания: эмоции – сердечный ритм, медитация – нейроактивность мозга и т.д. Но взаимосвязи в организме настолько сложны и запутаны, что измерение только одного или нескольких физических параметров в одной или нескольких точках тела, которые нам представляются информативными, не позволит установить истинную природу корреляций. И это ограничение может оказаться фундаментальным, а не быть просто порождением сложности причинно-следственных связей в организме.

Можно усложнить задачу и измерять временную эволюцию этого многомерного массива данных. Это позволит с помощью алгоритмов, разработанных для анализа хаотических нелинейных систем, получать дополнительную информацию: определить число независимых параметров порядка, которыми управляется организм, траекторию движения системы в фазовом пространстве, образуемом ими, и другие.

Сложные современные процедуры обработки информации (анализ многомерного облака – гиперкуба, когерентное накопление, нелинейный анализ данных и другие) способны приблизить нас к решению задачи выявления связи между физическим и ментальным мирами человека.



буддизм – значит участвовать в борьбе между светлыми и темными силами нашего сознания... Нет никаких физических индикаторов, которые могли бы стать мерилom успеха в борьбе между положительными и отрицательными силами нашего сознания.

Далай-лама

При всем уважении перед духовным величием буддизма стоит добавить, что пока нет никаких физических индикаторов... Но принципиально то, что, по крайней мере на грубом уровне сознания, можно дифференцировать различные ментальные состояния с помощью объективных физических показателей тела.

Многое из того, что производит сознание, мы сможем в перспективе перевести на уровень измеряемых физических величин и найдем показатели положительных и отрицательных состояний. Ситуацию может осложнить тот факт, что эти вибрации помимо привычного нам представления в ви-

де классического спектра имеют и определенную пространственную форму – топологию, которая может оказаться важнейшим ее показателем («Практика», «Поле Кода»).

Эти параметры будут, точно так же как ДНК, индивидуальными для каждого субъекта и могут быть «паспортизованы».

Эффективные способы регулирования сознания и состояния тела могут быть созданы на основе исследований бессознательного слоя психики. Вероятно, эта часть ментального мира наиболее сильно связана с неорганической и биологической первоосновой организма. Поэтому она может исследоваться и управляться методами, применяемыми к этим уровням.

6.3. Управление

Основные принципы управления ментальными процессами подобны тем, которые используются в материальных технологиях. Они частично изложены выше: использование резонанса и синхронизации, создание неравновесных условий, следование природным топологиям, эталон, катализаторы и т.д.

6.3.1. Запись состояний

Если будут найдены и «паспортизированы» комплексы физических показателей тела, соответствующие различным ментальным состояниям, то они могут быть записаны, сохранены и впоследствии усилены и воспроизведены. Их можно использовать для:

- коррекции психологического и физиологического состояний как самого носителя (автостимуляция), так и других людей (рис. 22);
- управления биообъектами и процессами в неорганической материи, квантовыми объектами (рис. 22) («Практика»);
- модуляции полей и излучений, используемых для управления («Практика»).

Биоизлучения являются высокогерентными и обладают особой топологией, присущей только живому.



Собственные
вибрации
человека

22. Формирование массива данных о состоянии системы

Радость, счастье могут быть закодированы в виде определенного спектра и топологии колебаний различной природы, в вибрациях ДНК («Практика») и других носителях. Близкой аналогией такого процесса является музыка.

6.3.2. Донорство

Переведенные на физические носители положительные и отрицательные ментальные состояния могут быть использованы как донорские. Это аналогично применению эталона (п. 4.2).

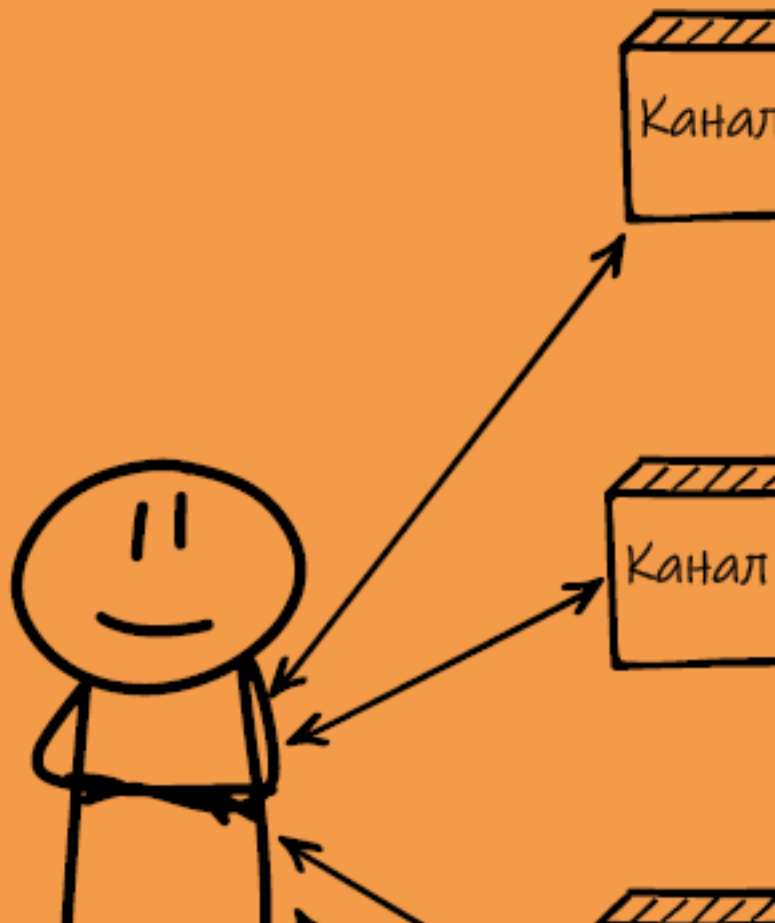
Ментальное донорство существует и сейчас: психологи, священники, добрые люди, музыка и т.д. Но оно не имеет научного основания.

Контакт донора с пациентом может быть установлен с помощью различных полей, излучений, колебаний, через соединение напрямую значимых точек тела донора и пациента («Практика»).

6.3.3. Каналы связи

Ментальные преобразования могут проводиться, например, с помощью промодулированных и синхронизированных с мозгом внешних высокочастотных воздействий. Для этого подойдут известные методы исследований психических и физиологических процессов, но с обратным смыслом.

Принцип прост и применяется, например, в радиотехнике: то, что является источником сигнала, может быть и его приемником, и наоборот. Передача управляющего сигнала на собственных частотах субъекта может быть осуществлена по каналам связи, которые используются для его диагностики. Это касается всех методов измерения электромагнитных полей и излучений: ЭКГ, ЭЦГ, МРТ и т.д. (рис. 23).



23. Управление по каналам диагностики

Первые прообразы такого рода аппаратов, работающие на простейших принципах, уже функционируют. Например электросон, электростимуляторы для повышения умственных способностей и мозга, чтобы стать умнее.

6.3.4. Автостимуляция

Возможен вариант, когда измеряемый сигнал замыкается сам на себя, образуя цепочку положительной обратной связи. Это аналог автостимуляции (п. 4.2) и эксперимента, известного как «обратная видеосвязь», в котором камера, наведенная на экран, смотрит сама на себя. Аналогичный принцип используется в лазерах.

В такой схеме возможно не только усиление процессов за счет отражения от «зеркала», но и возникновение новых режимов поведения системы. Она может служить моделью медитации и заикленности, в которой могут появляться необычные психические феномены типа встречи со своим «Я».

Этот же принцип можно использовать для определения совместимости человека с различными субстанциями – пищей, лекарствами, биоорганизмами и т.д.

6.3.5. Выводы

Вырастает ли счастье изнутри или источник его лежит вне человека и сознания?

Наука и религии отвечают по-разному. Религии и буддисты – что счастье возвращается изнутри. На деле они заняты детоксикацией, терапией сознания. И это большая разница: не страдать – хорошо, но быть счастливым – совсем другое. Материалисты убеждены, что счастье достигается извне – «Бытие определяет сознание».

Оба направления не абсолютны и правы наполовину. Оба должны использоваться совместно. И надо честно признавать, что наука по своей сути принципиально не отличается от метафизики и религии.



*искусство и наука – это ветви одного и того же дерева.
Наука без религии хрома, религия без науки слепа.*

Несмотря на благообразность целей, стоит критично отнестись к различным течениям и практикам достижения счастья, имеющим даже тысячелетние традиции.

В длинных изнурительных практиках буддизма проедается драгоценное время жизни, чтобы не оставалось возможности для раздумий. Какое же «величие духа» – не слышать самих себя! Борьтсья за свой разум или боротсья с ним? Ответа у них нет. Будда делал по-своему все, что мог. Но это было в прошлом.

Другие «умники» от религии предлагают ежедневно уговаривать свой хрен не вставать и не исходить истомой во имя Отца и всех его родственников, истощая и унижая тело – самое совершенное из всех созданий, которыми мы обладаем.

Психологи изощренно препарируют сознание и на его развалинах стремятся воздвигнуть храм счастья. Но принудительное вскрытие души, проповедуемое ими, приведет к такому же «счастью», как и вскрытие вен.

Поэтому в книге нет одного универсального рецепта.

Я убежден, что объективная наука сможет создать технологии, генерирующие у человека состояние счастья. И нет никаких сомнений в положительном исходе. Юнг, Тесла и многие другие говорили о возможности опытной проверки и научного описания психических процессов.

Научные принципы, внедренные в психологию, полностью изменяют эту науку. Но всегда стоит помнить, что как

только научный подход начнет применяться к сознанию, мы столкнемся с той же проблемой, что и современная физика. Общие законы физики применимы к психике, так же как они применимы ко всему. Но именно поэтому они не способны объяснить, что-либо на индивидуальном уровне.

Всегда ли счастье достижимо под внешним искусственным воздействием? Наличие бессознательного, в котором могут находиться наследуемое родовое архаическое страдание и наполняющие человека неверие в возможность счастья, не позволяет достоверно ответить на этот вопрос.

Дело в том, что и при искусственном управлении мы будем использовать индивидуальные проекции психики человека. А они могут быть необратимо заражены вирусом несчастья. Поэтому и искусственнизация не обязательно будет успешной, по крайней мере, на дистанции одного поколения. Оптимизм основан на том, что и несчастные люди под воздействием наркотиков, алкоголя и т.д. часто ощущают себя счастливыми. Значит, и универсальные сигналы счастья существуют, но для некоторых личностей носят кратковременный характер.

Многие кривые дороги ведут к счастью. Но ни одна из них не избежит простого разрешения в течение жизни – исход всегда один...

Счастье будет достигаться маленьким шагами. Важно, чтобы день завтрашний был чуть лучше дня сегодняшнего.



в тысячу миль начинается с одного шага.

Лао-цзы

Но где же это видано, чтобы новости становились веселее, женщины – красивее, а люди – добрее или хотя бы умнее?

7. Последняя любовь человечества

Главная цель книги – метафизическая концепция Технологии «искусственного счастья».

Но есть необходимое условие прогресса. Наш разум может достигать чего-то по-настоящему важного и нужного только при условии синхронизации его идей и технологий с законами Вселенной. Для этого мы должны с альтруистическими намерениями порождать альтруистические знания и технологии. И ближе всего к этому подошли как раз мистики Востока и части Запада. Не получится создавать чистые прогрессивные технологии с замыслом, не соответствующим законам Вселенной. Причина всегда порождает следствие.

Когда я говорю о чистых мыслях, то имею в виду не то, что обычно окормляется моралью, а что они должны быть основаны на глубоком знании законов естественной материальной природы, знании свободном от ложных оценок, предвзвешенных, плена логики, страданий.

Вселенная всегда держит открытыми свои формы движения. Надо научиться видеть и копировать их в создаваемый нами мир.

Духовные практики преобразуют старый мир, в котором пока еще живет наше сознание. Это мир страданий, обмана, иллюзий, беспокойства. Мир, порожденный противоречиями с нашей основой – материей. Но сами эти проблемы в ма-

терии не содержатся. Поэтому такой наследуемый геном может быть разрушен. Сначала на ментальном уровне. За этим последует разрушение наследуемых традиций страдающего физического тела.

Отказавшись в физике от таких императивов, как мораль, страдание и других, мы быстро достигли выдающихся результатов в понимании и управлении Природой. Прогресс науки особо очевиден на фоне регресса и стагнации всех морализованных институтов разума: общества, государства, семьи, гендерного воспитания и т.д. (последнее растворяет принцип полярности и пола, противоречит Природе и будет уничтожено).

Наука имеет огромные достижения и преимущества по сравнению с религиями, которые породили войны, страдания и смерть.

Страдание и мораль – лишь следствия объективного мира, поэтому могут рассматриваться как понятия избыточные, с точки зрения науки, и не пройдут отбор «бритвы Окамма». Они давно находятся под угрозой.

Разум к своему освобождению движется путем восприятия естественности, объективизации угнетающих его факторов и сведения их до уровня материальных процессов.

Если мы сможем денонсировать сложившиеся представления, удалив с них налет субъективности, мистики, религиозности, необходимости, смирения и т.д., то должны будем уничтожить мораль и ее производную культуру в их се-

годняшнем виде.

Речь не только в переименовании целей, как обычно мы привыкли переназывать своих богов, любовников, жен, друзей и врагов, а об уничтожении старых миров со всеми их демонами и богами.

Сегодня все это выглядит как ересь.

Я убежден, что, используя мощь своего интеллекта, человек неизбежно будет стремиться и сделает себя счастливым с помощью объективной науки.

Сознание, так же как и материя, производной от которой оно является, будет физически изучено и описано. В итоге с математической точностью и научной достоверностью будут определены индивидуально для каждого человека различные состояния сознания.

Но для этого придется, по-видимому, измениться и самой науке.

И это искусственное состояние будет совершенно неотличимо от того, что мы испытывали бы естественным образом. Это будет еще более глубокое замещение естества, которое будет поддерживать даже танцующие причуды чувств.

Применив науку к человеку и его сознанию, мы начнем понимать инструмент, которым пользуемся при объективном изучении мира, и то, как субъект влияет на картину познания.

Наконец-то наука изменит свою цель покорения материи и займется своим настоящим делом – сделать создателя сво-

его счастливым. Она научится выращивать нужный людям «хлеб». Человек будет счастлив от самого осознания, что ему надо стать счастливым, а не покорять, насиловать и подчинять. Если, конечно, захочет и не уничтожит сам себя.

Мы взорвем человеческий разум и интеллект. Способности его многократно умножатся, как в недавнем прошлом были усилены наши органы – руки, глаза, уши.

Объединение сознания и физического мира в единую картину неизбежно. Постепенно проникая в тайны их взаимодействия, мы будем достигать состояний, когда разум сможет напрямую управлять материей: ее созданием и уничтожением, собиранием в нужные формы. Эта эволюция гениально описана Н. Теслой в его знаменитой статье «Величайшие достижения человека».

По своему разумению человек будет распоряжаться телом, сознанием и бессознательным, самостоятельно наделая себя безграничной мудростью.

Он преодолет дуальность своей психики, диалектически соединив в единое обе ее половинки – черную и белую, исключив тем самым тяжесть противоречий и страданий, порождаемых косной материей в его теле.

Так родится новый сверхчеловек, о котором говорили Тесла, Ницше и не отрицали другие провидцы. И есть надежда, что он не будет Франкенштейном.

Будет ли он обладать мудростью Соломона, Гермеса? Нет. Другой, еще более глубокой!

Овладев своим счастьем, человек наконец-то оставит Природу в покое, прекратит вымещать на ней свои нелепые замыслы и злость непонимания самого себя. А Природа ответит ему тем же.

Но на этом пути ему придется встретиться со своей тенью, живущей в бессознательном. Встретив самого себя, он будет удивлен, испуган, но не остановится. Он осознает, что главная опасность самого его существования находится в сознании.

При всем величии овладения сознанием навсегда останется вопрос: а мы понимаем, что творим? И на него не будет определенного ответа. Это будет единственной никогда не решаемой проблемой и источником сомнений.

ТИС станет технологией высшего уровня, т.к. решит главную проблему человека – стать счастливым при жизни. Ведь другого ему и не надо. Через опыт все наши проблемы, страдания будут аннигилированы в счастье.

Но это будет **ПОСЛЕДНЯЯ ЛЮБОВЬ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА**.

Главные цели ТИС: освободить сознание от оков костной материи, возвысить живую материю над неорганической, затормозить неизбежную деградацию сознания и тела. Это позволит оторвать сознание от хаотического вихря повседневности и вернуть к собственному началу, к своей постоянно ускользающей сущности и покою как высшей форме движения. Тогда происходит самоосознание и рождается «Я», тогда появляется не выражаемая языком цель, называ-

емая смыслом жизни. Она и рождает истинное счастье.

Но вопрос о смысле жизни не может иметь общего ответа.



Дело не в том, чего мы ждем от жизни, а в том, чего она ждет от нас. ...Тут необходим коперниканский переворот: мы должны не спрашивать о смысле жизни, а понять, что вопрос обращен к нам, и мы должны на него отвечать – не разговорами и размышлениями, а действием, правильным поведением. Ведь в конечном итоге жить – значит нести ответственность.

Франкл о состоянии человека в концлагере.



Для нас вопрос о смысле жизни давно уже был далек от того распространенного наивного взгляда, который сводит его к реализации творчески поставленной цели. Нет, речь шла о жизни в ее цельности, включавшей в себя также и смерть, а под смыслом мы понимали не только «смысл жизни», но и смысл страдания и умирания. За этот смысл мы боролись!

Виктор Франкл

“

кого есть «зачем», тот выдержит почти любое «как».
Фридрих Ницше

“

Только любовь есть то конечное и высшее, что оправдывает наше здешнее существование, что может возвышать и укреплять.

Виктор Франкл

Через осознание собственной природы и цели обретается бессмертие. Оно находится не только в физической плоскости, но и является продуктом сознания. Бессмертие можно взрастить в себе.

Нужен ли нам будет Бог?

Объявление Бога Богом основано на чуде, как сверхсилы недостижимой и непонятной. Но человеку, понимающему, что он сам может ее обрести, Бог не нужен. Для него Он превращается в свою противоположность. Не потребуется Бог и для обуздания его духа и разума.

Бог будет упразднен.

Вместе с Богом исчезнет и Дьявол. Помирившись в человеке, они оставят его в покое.

Объективная наука и технологии, как ржавчину, уберут плесень морали, религиозности с сущности человека.

И это будет второе пришествие: но не Христа, а пришествие здравого смысла.



однажды расширивший свои границы, никогда не вернется в прежние.

Альберт Эйнштейн

8. Еще несколько слов

Я бы с облегчением поставил точку в конце последнего предложения. Но сомнения в своей правоте, предчувствие какого-то гениального обмана заставляют продолжить.

Может ли тело человека, этот мешок белков, содержащий в себе свой конец, награжденный от рождения и постоянно воспроизводящий страх смерти и распада, дать своему владельцу покой и счастье в принципе? Или разум дан нам не для осознания радости бытия, а с целью спасения, бегства от самого себя?

И, к сожалению, мой внешний оптимизм возможности обретения счастья – лишь перевернутое отражение полного пессимизма внутри. Но в вопросе: «Есть ли счастье?» – смысла больше, чем в ответе на вопрос о смысле жизни.

Правда уже прозвучала: Бог не играет в кости. Да! Не костями со случайным исходом играет Он, а нами и всем сущим. У него всегда следствие рождено от причины. Потому именно Он решил не делать или просто не смог сделать (что одно и то же) детей своего чрева счастливыми. Игра, как вечное движение, которую он проживает, не может быть сыгранна счастливыми фигурами в принципе. Иначе она закончится... вместе с ним.

И это устроено так, что разрушению и смерти сопротивляется все – от человека до мельчайшей частицы. И какая раз-

ница, какова высокая цель Подателя жизни, если в результате все неизбежно страдает?!

Он не производит материю и сущее. Поэтому, будучи ограниченным в своих возможностях, Он разрушает все, что создал, и творит из праха снова и снова. И в этой игре Он совершенно изощрен, поскольку Сам не совершенен и не бесконечен. А мы трусливо и глупо принимаем Его существование за совершенство.

Каждое сущее страдает и одновременно является источником страданий для других. И мы вынуждены играть в Его адскую рулетку без выигрыша. Сумма страданий этого мира неизменна, и она – его главный и единственный приз.

Поэтому, пока продолжается эта чудовищная, гнусная пьеса, всегда будет литься кровь, а мы назначены страдать. И мы – даже не буквы сюжета этой драмы, а атомы и молекулы чернил, которыми она написана. И нет у нас не то что трона, но и крошечной скамейки на этой сцене.

Неизбежным пожизненным страданием награжден каждый человек. И его нельзя разделить или передать. И не Бог страдает за нас, а мы за Него. Нашей личной болью и несчастьями кормим мы Его ненасытную, одинокую, трусливую сущность. Свой маленький кусочек радости не может Он никак получить, кроме как через наши страдания. Но его мастерство трансформации нашего ада в свой рай завораживает. И мы пытаемся подражать.

«Только через несчастье познаете вы радость», – поют

оправдывающие Его. «Мы сами творцы своей жизни и счастья», – вопят от безысходности отчаявшиеся. «Счастье – это отсутствие несчастья», – баюкают себя убогие. «Счастье – есть ловкость ума и рук», – гнусавит Черный человек. «Счастье является качеством лжи», – выдыхает разочарованный поэт. «Я родился, и это все, что нужно для счастья», – оправдывается отец атомной бомбы. Все они хотят, но не могут дотянуться до звезды по имени Счастье. Потому что ее нет!

Как же громки, призывны и сегодня «Заветы Богов» (Библия, Коран, Тора и др.), написанные для нашего душевного врачевания тысячелетия назад! Потому что человечество не продвинулось по шкале счастья ни на йоту.

Счастье как интуитивная и философская субстанция не достижимо. Это мифическая, экзистенциальная конфетка для нас.

И если это так... да если и не так, то есть только один способ стать счастливым – нажать эту кнопку вне себя. Внутри ее нет. Кнопка эта, для простоты понимания, может быть каким-то физическим полем, химией и вообще чем угодно... даже пистолетной пулей. И какая разница, какого происхождения это счастье – выстраданное или искусственное!

Мы не можем быть счастливы как род, семья. Мы не будем счастливы, пока мы вместе рабы-актеры этой драмы. Объединяет нас только страх одиночества, страх поднять глаза и взгляд под ноги. Взгляд на небо и звезды ведет нас к себе, к

нашей прааматери, к бесконечному одиночеству и к бессмертию... Но и в нем не будет счастья. Но это и есть то единственное, что мы можем решить и достичь сами.

Пушкин, Пушкин... успел понять:

На свете счастья нет, но есть покой и воля.

Давно завидная мечтается мне доля –

Давно, усталый раб, замыслил я побег

В обитель дальнюю трудов и чистых нег.